

# 健康ポイント = 合計100ポイントをためよう!!

1日  
10  
ポイント

## イベント健康ポイント

健康づくりに関する教室やイベントへの参加、各種検診を受けると1回ごとに10ポイントたまります。ポイントは自己申告で参加した証明は必要ありません。



ポイントの対象

### ★教室・イベントに参加する

- 健康づくりの教室、健康イベント
- 各区の保健センターで行っている健康づくりの教室、講座
- 健康に関するオンライン講座

### ★健診(検診)を受診する

- 特定健康診査、人間ドック、職場や学校の検診、歯科検診、眼科検診、骨粗しょう検診など
- がん検診(胃がん、大腸がん、肺がん、前立腺がん、子宮がん、乳がんなど)

### ★施設の利用や地域活動へ参加する

- スポーツ施設(スポーツセンター、プールなど)を利用する
- 地域の活動や集いの場に参加する。(町内会の活動、地域のボランティア、高齢者サロンなど)

### ★こころの絆創膏アプリを利用する

- 新規登録バッジ、または2026年度バッジのどれかを獲得する(自分の傾向画面で確認ができます)

詳しくは  
二次元コードへ ▶



「ぴよ吉」 「うさじ」

©becco

名古屋市いのちの支援広報キャラクター

## イベント健康ポイント「記録カレンダー」

講座・イベント名(健診(検診)名)	日にち	場所・医療機関名	ポイント
1	/		10
2	/		10
3	/		10
4	/		10
5	/		10
6	/		10
7	/		10
8	/		10
9	/		10
10	/		10

### イベント健康ポイント「記録カレンダー」 記入方法および記入例

- ① 参加した講座・イベント名等、日にち、場所・医療機関名を記入してください。
- ② ポイント欄に印をつけてください。(例:○・✓)

講座・イベント名(健診(検診)名)	日にち	場所・医療機関名	ポイント
1 ○○健康フェア	8/29	▲▲区○○町XXXビル	⑩
2 胃がん検診	9/12	○○検診センター	⑩