



健康都市やまと

ヤマトン健康ポイントのご案内

ポイント対象事業(裏面参照)に参加するとポイントが貯まります。20ポイント貯めて応募すると、抽選で100名に景品が当たります。

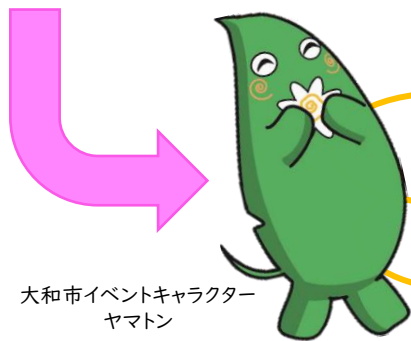
- 対 象 ▶ 20歳以上(平成16年4月1日以前生まれ)の市内在住者
- ポイント有効期限 ▶ 令和6年3月31日まで
- 応募期間 ▶ 令和5年4月1日～令和6年4月10日

※ただし、年度内に20ポイントに満たなかったカード1口に限り、次年度取得ポイントと合算して応募することができます。その場合の最終応募締め切りは令和6年7月10日です。

抽選は年に4回 各回100名に景品が当たる!

景品

- ・お米(国産5kg)(7月と1月)
- ・カタログギフト(10月と4月)



大和市イベントキャラクター
ヤマトン

さらに…Wチャンス!

令和5年度応募者の中から各年代別
(20代、30代、40代、50代、60代、70代、80歳以上)
5名様に10,000円分のQUOカードをプレゼント♪

年に1回
令和5年度応募終了時に抽選



【応募ボックス設置場所】

- ・市役所本庁舎
- ・保健福祉センター
- ・中央林間分室
- ・渋谷分室
- ・大和連絡所(シリウス2階)
- ・桜ヶ丘連絡所
- ・つる舞の里歴史資料館
- ・つきみ野学習センター【改修工事完了後に設置】
- ・桜丘学習センター
- ・渋谷学習センター
- ・ポラリス
- ・大和スポーツセンター
- ・図書・学び交流課(シリウス6階)
- ・コミュニティセンター桜森会館
- ・たすけ愛しもつま
- ・南林間地区たすけあいセンター
- ・ぷらっと高座渋谷

《問い合わせ先》 〒242-8601 大和市鶴間1丁目31番7号(保健福祉センター4階)

大和市健康づくり推進課 健康施策・歩こう係 TEL:046-260-5803 FAX:046-260-1156

ポイント対象事業について

大きく分けて6つの方法でポイントを貯めることができます。それぞれポイント取得の仕方が異なりますので、よくお読みください。

(1)ポイント対象事業となっている講座やイベントに参加する

ヤマトン健康ポイントガイドの中面に主なポイント対象事業の一覧が記載されています。

講座やイベントに参加して、スタンプを押してもらいましょう。

詳しいイベント開催日については広報やまとでご確認するか、事業所管課にお問い合わせください。



(2)指定の市内施設に来館するシリウスで健康測定をする

下記の施設への来館や健康測定をするなどして、スタンプを押してもらいましょう。ただし、ポイントにできるのは、それぞれ1日1ポイントまでです。

①来館ポイント(各施設1ポイント)

- ・**NEW!**つる舞の里歴史資料館
- ・中央林間図書館
- ・ぶらっと高座渋谷
- ・シリウス4階 健康都市図書館
(シリウスはスタンプ台にてご自身で押します。)

②測定ポイント(1ポイント)※R5年4月現在休止中

シリウス4階 健康度見える化コーナー

(3)ヤマトン健康ポイント協力認定団体の事業に参加する

ヤマトン健康ポイントガイド裏面に協力認定団体の一覧が記載されています。

協力認定団体が実施している健康に関する内容の教室や講演会、体操、スポーツなどの身体活動、交流を目的としたサロンなどのイベントに参加してスタンプを押してもらいましょう。

ポイントを付与する事業は認定団体の事業全てではありませんので、詳しくはヤマトン健康ポイント協力認定団体ガイドブックをご覧ください。

(4)健診等を受診する(5ポイント)

下記の健診等を受診したらヤマトン健康ポイントカードにご自身で受診日を記入しましょう。ただし、ポイントにできるのは、それぞれ1年度につき1回までです。

- ①各種がん検診(いずれか1種類まで)
- ②特定・長寿健診、女性のための健康診査、親子 de 健診、職場での健診
- ③歯科健診(保険適用外の健診のみ)
- ④人間ドック

(5)健康づくりの取り組みを記録する

健康づくりの取り組みを専用のシートに記録して、記録したシートをヤマトン健康ポイントカードにホッチキスで留めて応募しましょう。ただし、ポイントにできるのは、それぞれ抽選につき1回までです。記録シートは応募ボックス設置場所にあります。

①歩数記録シート(5ポイント)

30日間、ご自身の歩数計やアプリを使って歩数を記録するシートです。

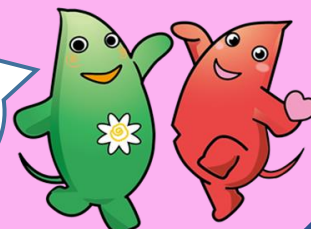
②健康遊具記録シート(5ポイント)

お近くの公園に出かけて、健康遊具を使って健康づくりに取り組んだことを記録するシートです。

(6)ヤマトン健康ポイントを友人や家族に紹介する(2ポイント)

ヤマトン健康ポイントを友だちや家族に紹介して、ご自身が紹介した友だちや家族の名前をヤマトン健康ポイントカードに記入しましょう。

ヤマトン健康ポイントを貯めて楽しく健康づくりをしよう!



ヤマトン健康ポイントQ&A



R5 年度ヤマトン健康ポイントカード

① 教室、イベントなどに参加、スタンプをもらう

23.04.01 1	23.04.01 2	23.04.07	23.04.22	23.05.07
23.06.01	23.06.01	23.06.01	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

② 健診等を受診(自分で受診日を記入)【年度に1回】

人間ドック/5ポイント 年 月 日	がん検診/5ポイント 年 月 日
前科健診/5ポイント 年 月 日	健康診断/5ポイント 5年7月5日

③ 健康づくりの記録(記録シートを添付)【抽選毎に1回】

歩数記録シート/5ポイント	健康遊具記録シート/5ポイント
---------------	-----------------

④ 友だち
家族を紹介

紹介した方の名前(お一人まで)/2ポイント
ふりがな やまと はなこ
氏名 大和 はな子

Q1.ポイントの計算方法がわかりません。

左の例を計算してみましょう。

- ①教室、イベントなどのスタンプ=計8ポイント
 - ②健診受診日を記入=5ポイント
 - ③健康遊具記録シートをホッチキスで留める。
=5ポイント
 - ④友だちに健康ポイントを紹介して、紹介した友だちの氏名が記入されている=2ポイント
- ①+②+③+④=合計20ポイント。1口分の応募です。

日	健康遊具を使った公園名	使用した遊具の種類
START	〇〇1号公園	
1日目	4月5日	使用した遊具 5種類
2日目	4月7日	使用した遊具 1種類
3日目	4月10日	使用した遊具 10種類
4日目	4月13日	使用した遊具 6種類
5日目	4月21日	使用した遊具 4種類
6日目	5月2日	使用した遊具 5種類
7日目	5月4日	使用した遊具 12種類
8日目	5月8日	使用した遊具 2種類
9日目	5月11日	使用した遊具 4種類
GOAL	5月13日	使用した遊具 5種類



Q2.健診等のポイントを分割して使用できますか？

A.健診等のポイントは、分割できません。5ポイント分を 20ポイントの応募内でお使いください。

Q3.ポイントの年度繰り越しは出来ますか？

A.年度内に20ポイントに満たなかったカードに限り、次年度に繰り越して、合算することが出来ます。次年度取得したカードに繰り越しをするカードをホッチキスで留めて、令和6年7月10日までにご提出ください(繰り越し応募は、1口分を1回まで)。ただし、年度内に20ポイントに達したカードは、繰り越すことが出来ませんので、必ず令和6年4月10日までにご提出ください。

Q4.20ポイント以上貯まっていますが、応募は可能ですか？

A.20ポイント以上で応募は可能ですが、端数は切り捨てとなります。例えば、21ポイント貯まっていた場合、1ポイントは切り捨てとなり、1口分の応募となります。

Q5.応募したカードが無効応募になってしまうことはあるのでしょうか？

A.例えば、スタンプの切り貼りは無効応募となってしまいますので、スタンプが押されたカードを複数枚持っている場合は、それらをホッチキスで留めてください。他にも健診等、同じ受診に関して複数回記載することや、来館・測定ポイントについて同じ日付のスタンプを複数個押すこと等も応募したカードが無効応募となる場合がありますので、よくご確認の上、ご応募ください。

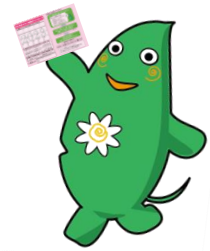
Q6.カードを忘れてきてしまいました。どうしたらよいですか？

A.ポイントの後付けは出来ませんので、その場で忘れたことを申し出て、新しいカードにスタンプを押してもらってください。ご自宅に帰られましたら、新しいカードとお忘れになられたカードをホッチキスで留めてください。

1. ポイントカードを入手しよう

次のいずれかの方法で入手できます。

- ①3月に大和市検診・健診ガイドに同封される。
- ②広報やまと併せて配布される(年に1回)
- ③応募ボックス設置場所で入手する。
- ④市のホームページから、ダウンロードする。

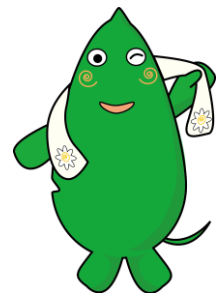


2. ポイントを貯めよう

ポイント取得方法は大きく分けて6つあります。

(詳細は中面の「ポイント対象事業について」をご覧ください。)

- ①ポイント対象事業となっている講座やイベントに参加する。
- ②指定の市内施設に来館する。シリウスで健康測定する。
- ③ヤマトン健康ポイント協力認定団体の事業に参加する。
- ④健診等を受診する。
- ⑤健康づくりの取り組みを記録する。
- ⑥ヤマトン健康ポイントを友人や家族に紹介する。



3. 20ポイント貯まったら応募しよう

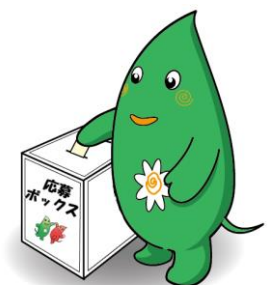
次のいずれかの方法で応募する。

- ①市内の公共施設にある応募ボックスに投函する。
- ②健康づくり推進課に持参する。
- ③封筒に入れ、切手を貼って郵送する(消印有効)。

※応募ボックスの設置場所、送付先は表面をご覧ください。
※応募ボックス設置施設によって開館日が異なりますので、ホームページ等を確認の上、ご応募ください。

応募締切日は年4回あります。

- ①令和5年7月10日、②令和5年10月10日、③令和6年1月10日、④令和6年4月10日



4. 抽選・景品発送

抽選月:令和5年7月、令和5年10月、令和6年1月、令和6年4月

・抽選を行い、当選者のみに通知をします。

・当選者には、抽選実施月の翌月下旬頃に景品を発送します。

※発送地域は大和市内とさせていただきます。

※景品の到着が翌々月になる場合がございます。予めご了承ください。

・Wチャンスとして令和5年度応募終了時に年間の応募者の中から各年代別(20代、30代、40代、50代、60代、70代、80歳以上)5名様に10,000円分のQUOカードが当たる抽選を行います。

