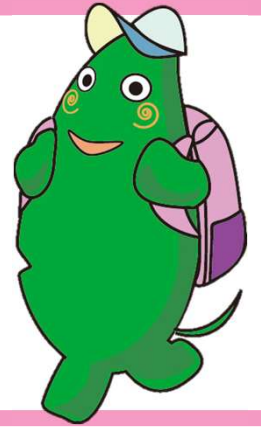




**Walk**



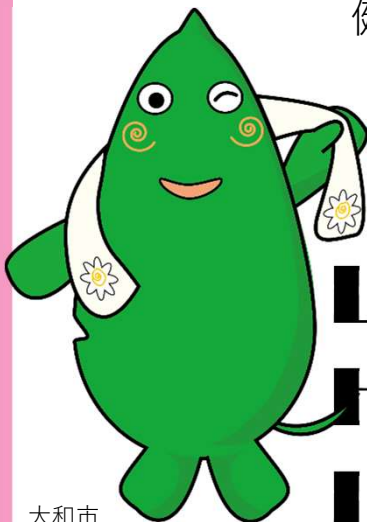
**Swim**



**Study**



健康都市やまと



**Live a  
Healthy  
Life!**

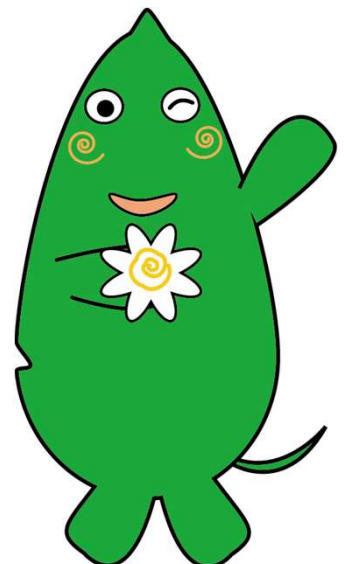
大和市  
イベントキャラクター  
ヤマトン

ヤマトン  
健康ポイント  
協力認定団体  
ガイドブック

# ヤマトン健康ポイント 協力認定団体ガイドブック 目次

- 目次 ..... 1
- ヤマトン健康ポイントって何? ..... 2
- ポイントを貯めてみよう! ..... 3
- ポイントの計算方法 ..... 4
- 応募する前に確認しよう! ..... 5
- 応募ボックス設置場所一覧 ..... 6~7
- 抽選と景品について ..... 8
- 年度繰り越し制度を活用しよう ..... 9
- ガイドブックの見方 ..... 10
- 協力認定団体一覧 ..... 11~28

各協力認定団体の掲載順は  
11~12ページを見てね!



# ヤマトン健康ポイントって何？

ポイント対象事業となっている健康づくりに関する講座や、外出促進となるイベント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。

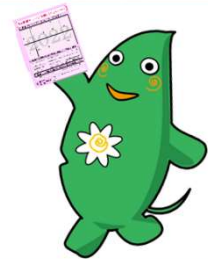
- 対象者：20歳以上の市内在住者（年度内に20歳になる方は参加対象者です）
- ポイント有効期限：ポイントを取得した年度内（3月31日）まで  
ただし、年度内に20ポイントに満たなかったカード1口に限り、次年度取得ポイントと合算して応募可能。詳しくは11ページをお読みください。
- 最終応募締め切り：ポイントを取得した年度の翌年度4月10日まで

## ヤマトン健康ポイントに参加する3ステップ

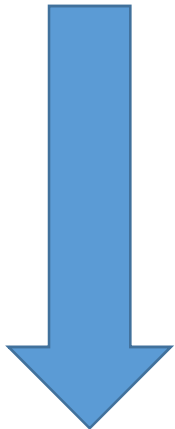
### ①ポイントカードを入手



- ・大和市検診・健診ガイドに同封
- ・広報やまとと併せて配布
- ・応募ボックス設置場所で入手
- ・市のホームページからダウンロード

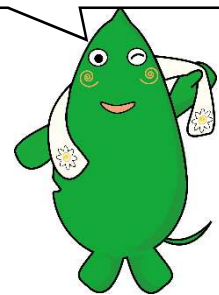


### ②ポイントを貯める



- ・ポイント対象になっている講座やイベントに参加
- ・指定の市内施設に来館
- ・シリウス4階健康度見える化コーナーで測定
- ・ヤマトン健康ポイント協力認定団体の事業に参加
- ・健診等を受診
- ・健康づくりの取り組みを記録
- ・友だちや家族に紹介

20ポイントで1口分の応募になるよ！



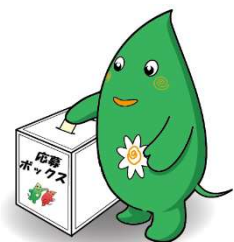
### ③応募する



- ・市内の公共施設等にある応募ボックスに投函
- ・健康づくり推進課に持参
- ・封筒に入れ、切手を貼って郵送（消印有効）

応募締切日は年に4回あります。

①7月10日、②10月10日、③1月10日、④4月10日



当選した方に当選通知が届き、応募締切月の翌月に景品が発送されます！

# ポイントを貯めてみよう！

## (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

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。ポイント対象事業となっている講座やイベントについては、「広報やまと」や「ヤマトン健康ポイントのご案内」リーフレットをご確認ください。

## (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)

・中央林間図書館 ・ぷらっと高座渋谷 ・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) ※令和4年10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

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、ご注意ください。

## (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、それぞれ年度に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クで留めて応募しましょう。ただし、ポイントにできるのは、それぞれ抽選毎に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。また、ホームページからもダウンロードできます。

- ① 歩数記録シート (5ポイント) : 30日間、ご自身の歩数計等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) : 健康遊具を使った健康づくりの取り組み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。

# ポイントの計算方法

**R4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

1 22.04.01 1	2 22.04.01 2	3 22.04.02 3	4 22.05.10 24	5 22.05.13 24
6 22.06.01	7 22.06.01	8 22.06.01	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
歯科健診/5ポイント 年 月 日	健康診断/5ポイント 4年7月5日 特定 長寿・女性・親子 de ・職場の健診

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

**★健康遊具記録シート★**

健康遊具を使った公園名: ○○1号公園

START

1日目 4月5日 使用した遊具 5種類

健康遊具を使った公園名: ○○1号公園

2日目 4月7日 使用した遊具 1種類

健康遊具を使った公園名: ○○1号公園 □□公園 △△公園 ××広場

3日目 4月10日 使用した遊具 10種類

健康遊具を使った公園名: ××広場 △△公園

4日目 4月13日 使用した遊具 6種類

健康遊具を使った公園名: ××広場 △△公園

5日目 4月21日 使用した遊具 4種類

健康遊具を使った公園名: △△公園

6日目 5月2日 使用した遊具 5種類

健康遊具を使った公園名: ○○1号公園 □□公園 △△公園 ××広場

7日目 5月4日 使用した遊具 12種類

健康遊具を使った公園名: △△公園

8日目 5月8日 使用した遊具 2種類

健康遊具を使った公園名: ○○1号公園

9日目 5月11日 使用した遊具 4種類

健康遊具を使った公園名: ××広場 △△公園

GOAL

10日目 5月13日 使用した遊具 5種類

裏面の説明書を読んで健康づくりの記録をつけよう♪



ポイントをたくさん貯めたけれど、このカードが、ちゃんと20ポイント貯まってるか不安だなあ……

ヤマトンのポイントカードを例に計算をしてみましょう。

①来館ポイント・協力認定団体・各種講座などのスタンプ=計8ポイント

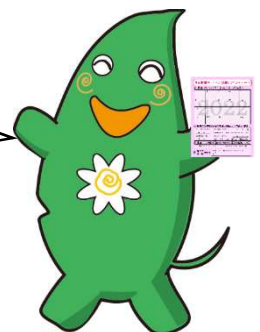
②健診受診日を記入する=5ポイント

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を記入する=2ポイント

①+②+③+④=合計20ポイント。1口分の応募です。

20ポイント貯まっているから、応募することができるね♪  
早速応募ボックスに投函しようっと!



# 応募する前に確認しよう！ チェックシート



ポイント不足や必要事項の記入漏れなどで、応募したカードが無効応募になってしまうことがあるよ。応募をする前に、下のチェックリストで確認してみよう！

ポイント数は合計で20ポイントに達していますか？

ポイントを切り貼りしていませんか？

来館ポイント等※が同じ日付で複数個押されていませんか？

※来館ポイント・測定ポイントはポイントにできるのが、1日に1ポイントまでとなっています。

※協力認定団体ポイントは、1事業につき1日1ポイントまでです。

同じ健診について年度内で複数回記入していませんか？

※健診ポイントは、ポイントにできるのが年度に1回までとなっています。

※がん検診は、いずれか1種類までポイントにすることができます。

歩数または健康遊具記録シートを同じ抽選期間内で複数回提出していませんか？

※歩数記録シートと健康遊具記録シートは、ポイントにできるのがそれぞれ抽選毎に1回となっています。

※ヤマトン健康ポイントは、年に4回(7月・10月・1月・4月)抽選があります。

記入した氏名・生年月日・住所にお間違いはありませんか？

氏名・生年月日・住所に記入漏れはありませんか？

# 応募ボックス設置場所一覧 北部地域

施設名	設置場所	所在地	開館時間※1
つきみ野 学習センター 【R5.2月開館予定】	受付前	つきみ野 5-3-5	午前9時～午後9時30分 (年末年始を除く)
つる舞の里 歴史資料館 【R5.1月まで設置予定】	受付前	つきみ野 7-3-2	午前9時～午後4時30分 (月曜日、祝日の翌日、 年末年始を除く)
たすけ愛 しもつるま	入口付近	下鶴間 2335-10	火、木： 午前10時～午後12時、 午後1時～3時 (祝日・年末年始を除く)
中央林間 東急スクエア	3階 中央林間分室	中央林間 4-12-1 東急中央林間 ビル	月～金： 午前10時～午後6時30分 (祝日・年末年始を除く)
ポラリス	1階 受付前	中央林間 1-3-1	午前9時～午後9時30分 (年末年始を除く)
南林間地区 たすけあい センター	1階 入口付近	南林間 1-7-19	月、水、金： 午前10時～午後3時 (祝日・年末年始を除く)
市役所本庁舎	1階 正面玄関付近	下鶴間 1-1-1	月～土： 午前8時30分～午後5時 日： 午前8時30分～12時30分 (祝日・年末年始を除く) ※土日は一部の窓口のみ 行っております。
	1階 情報公開 コーナー		
保健福祉 センター	1階 正面玄関付近	鶴間 1-31-7	月～金： 午前8時30分～午後5時 (年末年始を除く)

# 応募ボックス設置場所一覧 南部地域

施設名	設置場所	所在地	開館時間※1
文化創造拠点 シリウス	2階 大和連絡所	大和南1-8-1	月～金： 午前8時30分～午後5時 (祝日・年末年始を除く)
	6階 図書・学び交流課		午前9時～午後5時 (年末年始を除く)
大和 スポーツセンター	1階 入口付近	上草柳1-1-1	午前9時～午後9時 (第3月曜日を除く※2)
コミュニティ センター 桜森会館	1階 入口付近	桜森3-5-21	午前10時～午後5時 (月曜日・年末年始を除く)
桜ヶ丘連絡所	受付付近	福田5511-1	月～金： 午前8時30分～午後5時 (祝日・年末年始を除く)
桜丘学習センター	1階 入口付近	福田1-30-1	午前9時～午後9時30分 (年末年始を除く)
IKOZA	1階 渋谷分室	渋谷5-22	月～金： 午前8時30分～午後5時 (祝日・年末年始を除く)
	1階 ぷらっと高座渋谷		午前10時～午後6時 (水曜日・祝日・ 年末年始を除く)
	3階 渋谷学習センター		午前9時～午後9時30分 (毎月最終月曜日※3・ 年末年始を除く)

※1:新型コロナウイルス感染症やイベント開催の影響等により、開館時間が異なる場合があります。詳しくは各施設のホームページをご覧ください。

※2:スポーツセンターの第3月曜日について、その日が祝日の場合は翌日が定休日となりますのでご注意ください。

※3:渋谷学習センターの最終月曜日について、その日が祝日の場合は前の週の月曜日が定休日となりますのでご注意ください。



## 抽選と景品について

抽選は年に4回あり、抽選月によって景品が異なります。  
また、応募口数に制限はありません。何度でも応募することができます。

抽選月	応募締め切り日	抽選でもらえる景品
7月	7月10日	お米(国産5kg)
10月	10月10日	カタログギフト
1月	1月10日	お米(国産5kg)
4月	4月10日	カタログギフト

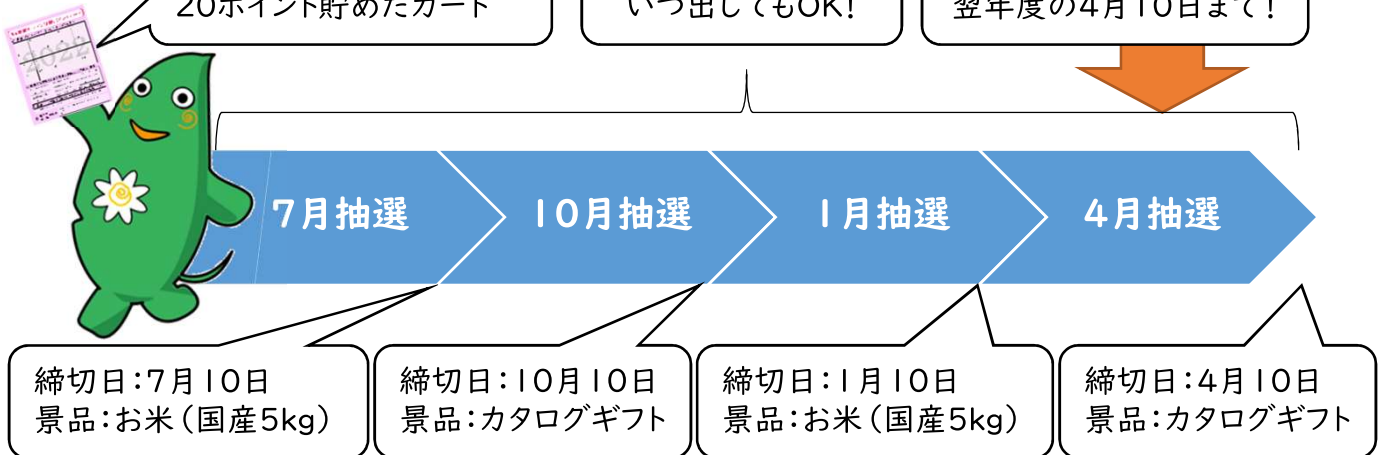


(例)

4月1日(年度初め)から  
20ポイント貯めたカード

4回の抽選のうち、  
いつ出してもOK!

最終応募締め切りは  
翌年度の4月10日まで!



### ・景品の発送

抽選の結果は、当選者のみに通知します。  
当選者には、抽選実施月の翌月に景品を発送します。  
ただし、発送地域は大和市内とさせていただきますので、ご了承ください。

### ・Wチャンス抽選

4月抽選終了後、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名に  
10,000円分のQUOカードが当たる抽選を行います。  
抽選の結果は、QUOカードの発送をもって代えさせていただきます。



# 年度繰り越し制度を活用しよう

ヤマトン健康ポイントは、年度に1回健診等を受けていただきたいという思いから、有効期限を年度末に設定しています。

しかし、年度末までに20ポイントを貯めることが出来ず、ポイント獲得や健診等受診を諦めてしまうという皆様からのお声があり、年度繰り越し制度を令和3年度より開始しました。ぜひ制度を活用して、健康づくりとポイント獲得を続けましょう！



## 翌年度ポイントとの合算方法

今年度ヤマトン健康ポイントカード					翌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					① 教室、イベントなどに参加、スタンプをもらう				
22.03.27	22.03.28	22.03.29	22.03.30	22.03.31	22.04.01	22.04.02	22.04.03	22.04.04	22.04.05
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
6	7	8	9		6	7	8	9	10
									15
									20
② 健診等を受診(自分で受診日を記入)【年度に1回】					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	がん検診/5ポイント	4年3月15日			人間ドック/5ポイント	がん検診/5ポイント	年 月 日		
年 月 日	※検診種類のいずれか1つのみがポイントとなります				年 月 日	※検診種類のいずれか1つのみがポイントとなります			
歯科健診/5ポイント	健康診断/5ポイント	年 月 日			歯科健診/5ポイント	健康診断/5ポイント	4年4月12日		
年 月 日	特定・長寿・女性・親子de・職場の健診				年 月 日	特定・長寿・女性・親子de・職場の健診			
③ 健康づくりの記録(記録シートを添付)【抽選毎に1回】					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			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					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					紹介した方の名前(お一人まで)/2ポイント				
ふりがな 氏名					ふりがな 氏名				

①今年度分

ホッチキス  
で留めて  
提出!

②翌年度分

- ①今年度分: 来館5ポイント+がん検診5ポイント  
=計10ポイント
- ②翌年度分: 来館5ポイント+特定健診5ポイント  
=計10ポイント
- 年度を繰り越して合算し  
①+②=20ポイント
- 2枚をホッチキスで留めて、  
**翌年度の7月10日まで**  
に応募してください。

年度を繰り越す必要のないカードは  
4月10日までに応募してください。

### 今年度分ポイント応募可能期間

7月抽選

10月抽選

1月抽選

4月抽選

7月抽選

年度繰り越し制度を利用したカードは  
4月1日~7月10日までの間に応募してください。  
合算できるのは、**1口分(20ポイント)まで**です。

### 合算ポイント応募可能期間

翌年度ポイント応募開始

★前年度ポイントのスタンプが押されたカードが複数枚ある場合は、ホッチキスで留めてまとめてください。  
翌年度ポイントとの合計が20ポイントになっていれば、年度繰り越し制度を利用した応募が可能です。

# ヤマトン健康ポイント協力認定団体 ガイドブックの見方

団体のカテゴリ(自治会やフィットネスクラブ等)毎に数字が振られています。

健康ポイント付与の対象事業の一覧です。新型コロナウイルス感染症や各団体の事情により、事業の実施が中止となる場合がありますのでご注意ください。

**1** 大和市社会福祉協議会

1	地域福祉活動見学会
2	健康都市大学講座
3	ボランティア入門講座

※健康都市大学講座については、大和市図書・学び交流課が発行する「健康都市大学ガイドブック」をご覧ください。



☎①260-5633(総務課)  
③260-5643(ボランティア振興課)  
🏠①鶴間1-25-15(総務課)  
③鶴間1-31-7(ボランティア振興課)  
🕒平日…8:30~17:15  
📅土・日・祝日、年末年始  
ボランティア振興課は土曜日も営業しています。

活動の写真や注意書きが記載されています。

- ☎……問い合わせ先電話番号  
 ✉……問い合わせ先メールアドレス  
 🏠……店舗や事業所の所在地※  
 🕒……営業時間※  
 📅……休業日※






※自治会やサークルなど、定期的に関所している事業所がない団体は、ポイント付与対象事業の実施場所・時間が記載されています。

※各団体のご意向により、掲載のない項目がございます。ご了承ください。

# ヤマトン健康ポイント協力認定団体 ガイドブック掲載団体一覧

 <b>医療・福祉団体</b>		 <b>地域の協議体等</b>	
1	林間薬局	1	ハート公所つきみ野
2	鶴間かねしろ内科クリニック	2	たすけ愛しもつるま
3	日本赤十字社神奈川県支部大和市地区	3	南林間地区たすけあい協議会
4	大和綾瀬薬剤師会	4	がくいきの会
5	SOMPOケア ハッピーデイズ高座渋谷	5	中央地区支え合い協議会
 <b>フィットネスクラブ</b>		6	ねっとわ〜く福田北協議体
		 <b>スポーツクラブ・サークル</b>	
1	アリーナつきみ野スポーツクラブ	1	大和市グラウンド・ゴルフ協会 山王原支部
2	スポーツクラブNAS 南林間	2	鶴間健康体操会
3	エニタイムフィットネス鶴間店	3	大和シルフィードスポーツクラブ
4	スポーツクラブルネサンス大和24	4	きずなクラブ グラウンドゴルフ愛好会
5	健康習慣クラブ ALIVE 大和	5	代官庭グラウンドゴルフ
6	メガロス大和	6	大和ゆとりの森ラジオ体操の会
 <b>社会福祉協議会</b>		7	旭ヶ丘エンゼルス
		8	上和田グラウンドゴルフクラブ
		9	はなみずきGGC
		10	中福田グラウンドゴルフ会
		11	下福青空会
1	大和市社会福祉協議会		
2	中央林間地区社会福祉協議会		
3	南林間地区社会福祉協議会		
4	福田北地区社会福祉協議会		
5	桜丘地区社会福祉協議会		

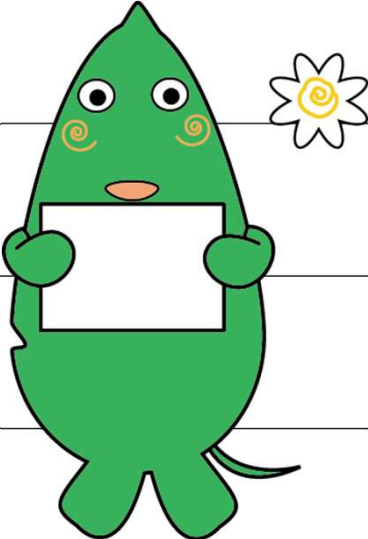
※この一覧に記載のない団体もございます。詳しくは健康づくり推進課までお問い合わせください。

 <b>シニアクラブ</b>		5	鶴間二丁目自治会
		6	コーポ下鶴間自治会
1	大和市シニアクラブ連合会	7	鶴間台自治会
2	健康クラブ福柳会	8	大和原自治会
3	桜ヶ丘親和クラブ	9	島津自治会
4	札の辻クラブ	10	相模大塚北自治会
5	善光明ジャンプ会	11	草柳自治会
6	みよし会	12	中央六丁目自治会
 <b>コミュニティセンター</b>		13	若葉会自治会
		14	善光明自治会
1	中央林間会館	 <b>ふれあい広場</b>	
2	深見北会館		
3	桜森会館		
4	深見南会館		
5	柳橋会館		
6	福田会館		
7	下福田会館		
 <b>自治会</b>		1	下鶴間・つきみ野地区
		2	南林間地区
		3	大野原小学校区
		4	大和東小学校区
		5	文ヶ岡小学校区
		6	上福田地区
 <b>その他</b>		1	中央林間地区体育振興会
		2	大和市スポーツ・よか・みどり財団
		3	南林間東北自治会
		4	南林間西南自治会

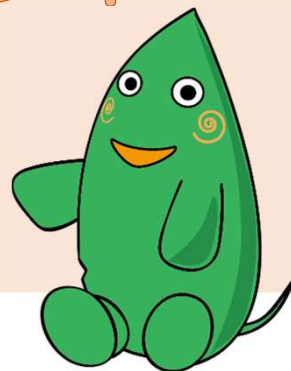
# メモ用紙



Handwriting practice area consisting of 12 horizontal solid black lines.



# ヤマトン健康ポイント 協力認定団体 登録受付中！



## • 登録するメリット

- ①健康ポイントを付与することによって、参加者・入会者を増やすことができる
- ②地域貢献をしていることをアピールできる

## • 登録の条件

- ①健康ポイント事業の目的に賛同している
- ②大和市内に活動拠点がある
- ③広く市民を対象としている活動である
- ④ポイントを付与する対象事業は、「健康に関する講座」「身体活動」「外出促進の効果がある」のいずれかを満たすものである

その他にも条件がありますので、  
お気軽に健康づくり推進課までご相談ください！

## • 登録までの流れ

### 申請書の提出

健康づくり推進課で、  
申請書を記入する。

#### 【持ち物】

- ・規約もしくは会則
- ・活動の状況がわかるチラシ等

※手続きが完了するまで  
1~2週間要します。

### 物品の受領

手続き完了後、  
ポイント付与に必要な物を受け取る。

#### 【受け取る物】

- ・登録決定通知書
- ・マニュアル
- ・スタンプ
- ・ポイントカード
- ・リーフレット

### 活動の開始

参加者にポイント  
カードやリーフレット  
を渡し、スタンプを押  
印する。

※1事業につき  
1日1ポイントまでの  
付与となります。

お問い合わせ先

〒242-8601 大和市鶴間一丁目31番7号 保健福祉センター4階  
健康づくり推進課 健康施策・歩こう係 TEL:046-260-5803