

## 令和7年度やまぐち健康マイレージ事業

# 幸せます！みんなで健やかチャレンジ

ケンシンを受診し、健康づくり教室への参加や、生活改善に取り組んで健康ポイントを貯めるとお店でお得なサービスを受けられる「健康づくり応援カード」がもらえます！  
あなたもこの事業に参加して、健康とお得を手に入れてみませんか？



**対象者** 18歳以上の市民（在勤、在学を含む）

- 方 法**
- STEP 1 → 各ケンシン（必須）と、健康づくりにチャレンジして、ポイントをためよう！
  - STEP 2 → 35ポイント以上貯まつたら、「やまぐち健康づくり応援カード」をもらおう！  
申請：[窓口申請（保健センター・公民館）](#) または [オンライン申請](#)
  - STEP 3 → もらったカードを協力店で使おう！（★有効期間は交付日の3か月後の月末です。）

※健康ポイントの引き換えは、今年度中（令和8年3月末日まで）が期限です。

### ポイントシート 記載方法

※対象はR7.4月～R8.3月に受診・実施したものが対象です



#### A.ケンシン受診



申請をするためには  
ケンシンを受診することが  
**必須**です。  
ケンシンを1種類受診  
するごとに、  
**10ポイント**獲得できます！

#### B.行事等に参加



健康づくりに関する教室  
健康相談、イベント等や  
健康づくりにつながる  
地区行事（自治会清掃等）へ  
参加をすると、  
**5ポイント**獲得できます！

#### C.目標を1日実践

生活習慣改善、健康づくり  
のための目標を立てて、  
実践すると**1ポイント**  
獲得できます！  
(例)  
・朝食に野菜を1品取り入れる。  
・1日8000歩以上歩く。  
・歯科検診を定期的に受け  
る …等

### ポイントシート

※オンライン申請はポイントシートを記入して写真を撮り  
申込フォームに画像添付をお願いします。詳しくは裏面をご覧ください。

#### A. 必 須 → ケンシン受診で**10ポイント**

#### C.健康づくり 目標達成で**1日1ポイント**

胃がん検診		特定健診	
大腸がん検診		後期高齢者の健診	
肺がん検診		歯科検診	
乳がん検診		人間ドック	
子宮がん検診		職場の健診	
その他がん検診 ( )検診		その他の健診 ( )	

#### 目標:

目標達成出来たら✓をつけましょう！(1日1回まで)

1日達成！									10日達成！
									20日達成！
									30日達成！

#### B.地域参加 行事等に参加ごとに**5ポイント**

(例)ヘルスアップ教室(6月)

\_\_\_\_\_ (月)  \_\_\_\_\_ (月)  
 \_\_\_\_\_ (月)  \_\_\_\_\_ (月)

A. ポイント	B. ポイント	C. ポイント
------------	------------	------------

↓  
計 **ポイント**

(裏面もご記入ください)

# 1店舗1チャンス！ お一人さま1回限りグループ

有効期間中、各店舗でお一人様1回限り特典が受けられます。

店舗・施設名	電話	サービス(特典)内容
ChezMomu (シェ・モム)	22-1050	店内商品購入の方に「ぶっちークッキー」プレゼント
イタリアン食堂 良's	22-2078	お食事された方にプチデザートをサービス
御菓子処 三協製菓	32-0533	店内購入商品価格から10%OFF
ちっちゃな居酒屋 カスタリア	21-8986	お食事代10%OFF
ぱんの平井屋 藤兵衛	28-3646	お買い上げ金額から20%OFF
羽嶋松翠園	38-3543	季節の花苗プレゼント
防府市スポーツセンター 体育馆	27-2000	トレーニング室体験無料券をプレゼント
乗馬クラブクレイン 多々良	32-2770	乗馬体験1回コースご招待 ※別途装具レンタル・保険料必要
太陽フィットネス クラブ防府	28-7588	入会金無料。 無料体験カード(1回のみ)

「幸せます！みんなで健やかチャレンジ」は、  
山口県との協働事業です。  
協力店で「やまぐち健康づくり応援カード」を提示  
すると、さまざまなサービスや特典が受けられます。  
協力店やサービス内容は、ホームページでも  
ご覧になれます。

健康やまぐちサポートステーション

検索



## 有効期間利用グループ

令和7年4月1日時点

有効期間中に、特典が受けられます。

店舗・施設名	電話	サービス(特典)内容
SSS防府スイミング スクール	24-0505	入会金無料
仲間の集う場所 Greenスポーツクラブ	28-7290	各チケット100円引き スタジオレッスン 5本チケット4000円→3900円 10本チケット7000円→6900円 トレーニングジム 12回チケット8500円→8400円
カーブス イオン防府店	27-5086	1週間無料体験(女性限定) フリーダイヤル0120-441-029 に電話し、「やまぐち2623」と伝え、無料体験の申し込みをする。
カーブス ゆめタウン 防府店	28-9986	
果子乃季 ゆめタウン 防府店	25-9292	
果子乃季 イオン防府店	28-1355	
果子乃季 三田尻店	25-9330	
こんがりパン工房	38-8004	お買い上げ金額から5%OFF (パン・焼き菓子のみ)
進物の大進 防府店	25-4111	大進会員様価格にて、 お買い物できます。
吉本花城園	24-5500	ポイントカード2倍
シュクルヴァン	22-2200	お買い上げ金額から3%OFF

お問い合わせ

防府市保健センター

〒747-0805  
防府市鞠生町12番1号  
(0835)24-2161

×キリトリ×

## ★窓口申請(保健センター・公民館)

- ① 35ポイント以上貯める。
- ② ポイントシートを両面記入し、保健センター  
または公民館へ提出する。
- ③ 窓口で「やまぐち健康づくり応援カード」を  
受け取る。  
(公民館で申請された方は後日自宅へ郵送します)

## ★オンライン申請 ➔

- ① 35ポイント以上貯める



- ② ポイントシート(裏面)を記入し、スマートフォン等  
で写真を撮る。
- ③ オンライン申請フォームに必要事項を記入し  
②の写真を添付する。
- ④ 「やまぐち健康づくり応援カード」が自宅へ郵送される。

申請日	年	月	日
フリガナ			
氏名			
住 所	〒	—	
電 話			
年 代	歳代		
健康づくりへの ご意見			

※お預かりした個人情報につきましては、  
市の健康づくり施策にのみ使用します。