

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**以上貯まったら、「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

✕キトリ✕

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

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 ()	

C. 健康づくり 目標達成で1日1ポイント

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。

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
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 カスターア	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 体育館	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



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。
	ゆめタウン防府店	28-9986	
果子乃季	ゆめタウン防府店	25-9292	お買い上げ金額から 3%OFF
	イオン防府店	28-1355	
	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。