

令和3年度

楽しみながら健康づくり！

健康ポイント 始まります！



【参加対象】20歳以上で武雄市に在住する方、市内に勤務する方

【実施期間】令和3年5月1日(土)～令和4年2月28日(月)

【記録カード交付場所】市の集団健診・集団接種会場、市役所健康課、各町公民館

健康ポイント

次のうち2項目に取り組んで200ポイントを達成しよう！

100
ポイント

健診ポイント

特定健診、がん検診、職場健診等を受診する
※受診回数にかかわらず、100ポイントが上限

100
ポイント

こつこつポイント

自分の健康づくりとなる目標を設定し、
90日実践する

100
ポイントコロナワクチン接種
ポイント

新型コロナワクチンを接種する
※ワクチンの種類に応じた接種回数を終了すること

内容を記入した記録カードを健康課へ提出してください。(500円分のQUOカード等の賞品あり)



記録カードを提出された方は、抽選で地域特産品3,000円分が当たります！

ウォーキングチャレンジ

1日3,000歩以上のウォーキングを90日実践しよう！

実施期間中に実践し、実施日と歩数を記入した記録カードを
健康課へ提出してください。(賞品あり)

★期間中であれば、何度でも記録カードを提出することができます。

ウォーキング
ガイドマップ

有料広告

「健康で長生き」を市民共通のテーマとして、

楽しみながら健康づくりをはじめませんか？ 詳しくは 健康課 ☎0954-23-9131

- 新築
- リフォーム
- 上下水道工事
- 浄化槽工事
- オール電化工事



総合建設業
通気断熱WB工法工事店

MIYAZOE (有) 宮副建設

佐賀県武雄市山内町大字大野8940

TEL0954-45-3790

FAX 0954-45-5231 E-mail: miyazoe@blue.ocn.ne.jp



・住宅の事なら何でもお任せください！ ・見学会では、体験カーや相談会、カフェもご用意しています。