

# 健康223プロジェクト



スタート！奮ってご参加ください～

検診)受診、食生活の改善など、健康づくりへの意識を高め、健康寿命を延ばして、  
をつくりましょう。

業で、町民の皆さまの健康を応援します。 ☎ 62-9134  
住民福祉課 保健予防係 (保健センター) メール juufuku@town.fujimi.lg.jp

## 〈健康ポイント事業〉

500 ポイント貯めて、500 円分の商品券と交換しよう

- 【参加対象者】 町内に住所を有する20歳以上の方
- 【対象期間】 令和2年6月1日(月)から、令和3年1月31日(日)
- 【商品券交換期間】 令和3年1月4日(月)から、令和3年3月31日(水)
- 【ポイントカード交付場所】 保健センター、町民センター、コミュニティ・プラザ、  
役場国保年金係、対象事業実施会場 (年間ひとり1枚です)



### ① ポイントを貯めよう！

対象事業に参加してポイントを集めましょう。

### ② 商品券と交換して利用しよう！

500 ポイント貯まったら、商品券(500円)と交換できます。  
保健センターにポイントカードをお持ちください。



## ポイント対象内容

### ① 各種健診・検診を受診

ポイント対象	ポイント
特定健診・一般健診・後期高齢者 健診・人間ドックのいずれか	200
各種がん検診 (胃・肺・大腸・前立腺・乳房・子宮頸)	各50
歯周疾患検診	50
20歳の歯科健診	50
骨密度検診	50

※令和2年2月1日～5月31日間に受診した健(検)診も  
対象となります。  
受診結果を保健センターへお持ちください。

### ② 健康イベント

ポイント対象	ポイント
献血	50
町内スポーツ大会※	各50
各種健康イベント等※	各50

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、各種健康  
イベントの開催が流動的になっています。開催について  
は随時お知らせします。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、運動する時は、人と人との間隔はあけましょう

### ③ マイチャレンジ

ポイント対象	取組 ポイント	成果 ポイント
体重管理記録を休まず1ヶ月つける	100	50
血圧管理記録を休まず1ヶ月つける	100	50
週3回20分以上の運動を休まず 1ヶ月続ける	100	50
体操(ラジオ体操等10分以上)を 休まず1ヶ月続ける	100	50
主食・主菜・副菜のそろった食事を 毎日2回以上摂ることを1ヶ月続ける	100	50
ご自分で工夫した取組を休まず 1ヶ月続ける	100	50

### ④ 健康アプリ「FiNC(フィンク)」登録

ポイント対象	ポイント
健康アプリ「FiNC」無料会員登録 「みんなで健康223」コミュニティ参加	200

健康アプリ「FiNC」は歩数管理、町内での歩数競走、  
健康に役立つ情報を配信できるアプリです。  
詳しくは、3ページをご覧ください。

# 「みんなで健

～ 6月1日から

一人ひとりが運動の習慣づけや健診（  
「町民がいつまでも健康で活躍するまち」

町は健康ポイント事業と健康アプリ事

## 〈健康アプリ事業〉

スマートフォン専用の健康アプリ「FiNC」を使って、**素敵な景品**をもらおう

【参加対象者】 町内に住所を有する20歳以上の方

【対象期間】 令和2年6月1日(月)から、令和3年1月31日(日)

【景品交換期間】 令和3年3月1日(月)から、令和3年3月31日(水)

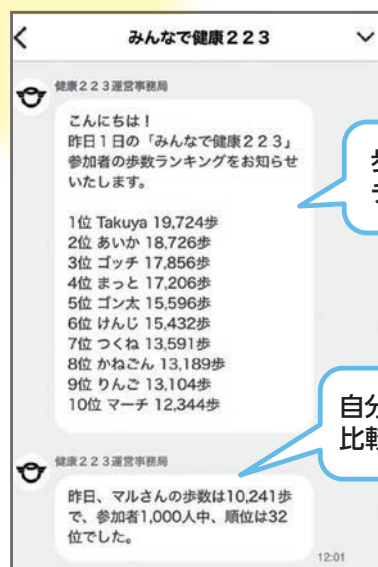
- ① 健康アプリ「FiNC」★のダウンロード後、「みんなで健康223」コミュニティに参加する。
- ② 毎日スマートフォンを携帯しながら運動する。(特に累積歩数の多い方は景品をもらえる確率が上がります)
- ③ 指定された町内健康イベントに参加する。(対象となる検診やイベントは、随時お知らせします)

★健康アプリ「FiNC」とは…

株式会社 FiNC Technologies が提供するヘルスケアアプリです。歩数計測だけでなく、健康に役立つコンテンツが視聴可能で、カラダのすべてをひとつのアプリでチェックできます。

※具体的な景品の入手条件や内容は、「みんなで健康223」コミュニティで発表します。

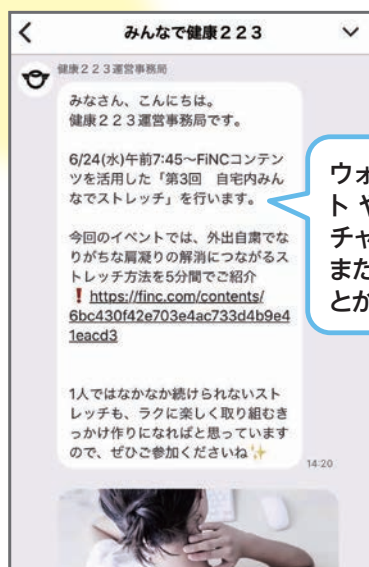
### ★町内の歩数ランキングや自分の歩数をチェック



歩数ランキング上位を  
チェックできます

自分の歩数を町内の方と  
比較、競争できます

### ★町内の健康イベントや検診情報をチェック



ウォーキングイベントや健康情報を  
チャット配信で受信、  
またコメントを返す  
ことができます

●2つの作業でカンタン登録！ 下のQRコードからお試ください

① 健康アプリ「FiNC」の  
ダウンロード



② 「みんなで健康223」  
コミュニティへ参加



QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です