

ポイント事業に関するアンケート

- 提出していただいた個人情報は、本事業の特典付与に関わることにのみ使用します。
- アンケートは個人が特定されないデータとして事業評価に利用します。

Q1	ポイント事業により、健（検）を受診しようと思いましたが。 □はい □いいえ □毎年受診している	☑し点で 回答して ください
Q2	ポイント事業により、生活習慣に変化がありましたか。（複数回答可） □運動習慣がついた □食習慣が改善した □血圧を測るようになった □体重を測るようになった □体脂肪を測るようになった	
Q3	ポイント事業により、成果（維持）があったことがありましたか。（複数回答可） □体重の減少・維持 □体脂肪の減少・維持 □血圧の低下・維持 □健診結果（血液検査の数値など）の改善・維持 □1日の運動量の増加・維持 □その他（ ） □特になかった	

名	前	
住	所	
生	年	月
電	話	番
参	加	回
数	初めて・2回以上（	回）
しらか ShiRaCa	CARD No.	

提出期限 令和9年1月29日（金）

しらか ShiRaCa カード裏面の
8桁の数字を記載してください。

【岐阜県の特典】詳細は県の公式ホームページをご覧ください。

【スマホから参加できます！】



スマホアプリ
「スポーツタウン WALKER」をダウンロード



アプリに関する詳細は、岐阜県ホームページ「岐阜県健康・スポーツ
ポイント事業」【地域スポーツ課】をご覧ください。
ウォーキング歩数に応じてポイントがお得にたまります。

チャレンジシートを
提出して下さった
方に郵送します。

特典【抽選】
2 豪華景品が当たる！
「岐阜県健康・スポーツポイント事業」の
応募券がもらえます。

特典【達成者全員】
3 「ミナモ健康スポーツカード」
がもらえる！

岐阜県内各地の協力店で「ミナモ健康
スポーツカード」を提示すると様々な特典
が受けられます。

令和8年度

健康づくりでお得をゲット！

白川町&岐阜県健康・スポーツポイント事業

～白川町豆まめ健康茶レンジ事業～



伸ばそう健康寿命！健康は毎日の生活から！健康づくりに取り組んで
10ポイント貯めて特典をゲットしよう！みんなでチャレンジ！

参加対象者：白川町に住所のある満20歳以上の方
実施期間：令和8年4月1日（水）～令和9年1月29日（金）
提出先：期日までに氏名等必要事項を記入の上、白川町保健福祉課保健係に提出
してください。

参加方法

1 健康づくりに取り組み、健康ポイントを貯めよう！（中面右チャレンジシート）
健（検）診を受診したり、町が指定するポイント対象事業（中面左）に取り組む事でポイントが
付きます。

2 10ポイント貯まったら「チャレンジシート」を保健福祉課保健係へ提出しよう！
下記「保健福祉課申告用QRコード」からでも可能です。



【提出期間】
令和8年6月1日（月）～令和9年1月29日（金）



白川町合併70周年記念

3 お得な特典をゲット！

達成者には
しらか ShiRaCa
3,000ポイント
プレゼント！

特典
1



この事業は、「岐阜県健康・スポーツポイント事業」に参加し、実施しています。
岐阜県の特典等については裏面をご確認ください。

お問い合わせ先：白川町保健福祉課保健係 ☎0574-72-2317（内線310・311）

ポイント対象事業一覧

- 各種健(検)診、歯科健診から必ず**1ポイント以上**貯めることが条件です。
- 自己申告制**です。提出するにあたり、スタンプの押印は必要ありません。ご自身でご記入いただき、**10ポイント**貯まったら提出期間中に提出ください。



※必須ポイント対象事業に加え、①非喫煙（やめた・吸わない）の方、②適正飲酒量を守っている方、③健診結果を維持、又は改善された方を対象に特典を進呈します。（①～③いずれかに該当する方）

対象事業の詳細		ポイント数	上限	
必須ポイント対象事業	各種健(検)診	各1	—	
	歯科健診	1	1	
ポイント対象事業	結果相談会 特定保健指導	1	1	
	指定健康教育・講演会・保健事業への参加（対象事業マークが目印） （体力測定・ヘルスマイト教室・夏休み親子料理教室など）	各1	3	
	健康宣言	1	1	
	スポーツリンク加入	スポーツリンクに加入	1	1
		対象事業に参加	1	2
	スポーツイベント	各1	2	
	その他	ウォーキング 5,000 歩/日	月 15 日以上で月 1 ポイント	3
		毎食野菜料理を 1 皿以上食べる		3
		非喫煙（やめた・吸わない）	1	1
		献血	1	1
適正飲酒量を守っている （※適正飲酒量の目安 ビール 5% : 500ml または日本酒 15% : 180ml）		1	1	
ジェネリック医薬品（後発医薬品）を選択する 意思がある		1	1	
マイナンバーカードと健康保険証を紐づける		1	1	
健康づくりに関する各地区公民館講座		1	2	
県が実施する「健康づくりチャレンジ月間」への参加	1	1		

チャレンジシート

【記入例】



ポイント対象事業に取り組んだ（参加した）日付を記入してください。

1P

令和 8 年 6 月 23 日
特定健診

取り組んだ（参加した）ポイント対象事業を記入してください。（左表参照）「健康宣言」は内容を記入してください。

1P

2P

3P

4P

5P

6P

7P

8P

9P

10P

裏面の「ポイント事業に関するアンケート」をご記入ください。