

健康づくりであかがねポイント 500ポイントをゲットしよう！

ポイントを貯めて、お得に健康づくり♪

《対象事業》

減量 (BMI) チャレンジ

- 対象:
BMI25以上の市民
BMI=(体重(kg)÷身長(m)÷身長(m))

内容:

- 3か月間で-2kg以上の減量目標をたて、BMIチャレンジカード(保健センターで配布)に記入する。
- 前回の体重測定から3か月後以降にBMIチャレンジカードを持って、保健センターで体重測定をする。
- 目標達成で500ポイントゲット！**

ダイエットしたいけど続かない…
そんな人におススメ！

今よりやせたい人 募集します



- 内容:簡単な食事記録を用いて個別の栄養相談を行う。
 - 料金:無料
 - 日時:平日9:00~16:00(要予約)
 - 対象:健康的に減量したい市民
先着20名
- ※本事業参加による獲得ポイントは50ポイントです。

禁煙チャレンジ

- 対象:市内禁煙外来で治療を完了した市民
- 内容:

- 外来で発行する「卒煙証書」またはそれに準ずる証書を保健センターに持参する。
- 500ポイントゲット！**



※あかがね(健康)ポイント付与の対象事業は裏面をご覧ください

お問い合わせ

新居浜市保健センター 35-1070
新居浜市庄内町4丁目7番17号

≪ あかがね(健康)ポイント付与事業 ≫

事業名	付与ポイント
集団けんしん	受診日ごとに 100 ポイント
人間ドック（職場健診含む）	100 ポイント （保健センターで受診した方は領収書、個別に受診した方は、健診結果を保健センターにお持ちください。）
病院でがん検診受診（乳・子宮クーポン利用含む）	検診項目ごとに 50 ポイント （検診結果を保健センターにお持ちください。）
大腸がん予防 キャンペーン	50 ポイント （検便提出時）
成人歯周病検診	50 ポイント （検診結果を保健センターにお持ちください。）
健康相談（体組成測定を含む）	50 ポイント
保健センター主催の各講演会	50 ポイント
保健センター主催の健康教室 （健康教室、ゲートキーパー、教育講座 等）	1 回参加ごとに 50 ポイント
減量（BMI）チャレンジ 対象者 BMI 25 以上で -2 kg 以上の減量目標を立てた方	目標達成ごとに 500 ポイント
禁煙チャレンジ 対象者 市内禁煙外来で禁煙治療を完了した方	500 ポイント

あかがねポイントとは、「銅（あかがね）の町・新居浜」を元気にするために生まれた本市専用の地域ポイントです。市加盟店での買い物金額 **100 円ごとに 1 ポイント** をもらえ、本市が実施する事業への参加によってもポイントがもらえます。たまったポイントは加盟店での買い物などの際に、**1 ポイント = 1 円**として利用できます。