

2025.05.01

1号

なかさつない七色献立プロジェクト

# 健康ポイント事業だより

いよいよ、5月10日(土)より令和7年度の健康ポイント事業がスタートします。  
今年も、皆様の健康づくりを後押しするイベントやおしらせを随時行いますので、楽しみながらポイント獲得していきましょう！



## 参加のお申し込みはお済みですか？

令和6年度から継続して参加される方も、全員申し込みが必要です。

**チャレンジコースは7月31日(木)が締め切りです！お早めに！**

- <申し込み方法> ①サツドラ中札内店で申し込み(受付時間:10:00~19:00)  
②インターネットから申し込み:下記URLまたは二次元コードから  
URL:<https://www.harp.lg.jp/SkhOMS6a>



## 今年度の主な変更点

昨年度からの変更した部分を抜粋して紹介します。  
詳しくはホームページや手引きをご覧ください。

### <ポイント関係>

#### ○「ベジチェック測定ポイント」の新設

ベジチェックで、野菜摂取量を測定した場合にポイントが貯まります。

まちなかキッチンスタジオに設置してあるベジチェックで専用のカードに記載されているQRコードを読み込んだ後に測定を行い、測定日と結果をカードに記入してください。3回分または6回分の結果を記入したカードをサツドラ中札内店または福祉課(老人保健福祉センター)へ提出することでポイントが貯まります。上限400ポイントまで申請できます。

期間内に3回測定で200ポイント、6回測定で400ポイント

提出期限:10月31日(金)まで



### <データ送信・測定スポット>

#### ○「まちなかキッチンスタジオ」

ベジチェックによる野菜摂取量の測定ができます。

### <学校への寄附>

令和7年度の寄附先は「中札内小学校」です。

## 筋肉アップチャレンジ

**参加申込は9/30(火)まで！**

### <参加方法>

- ①測定スポットで体組成を測定し結果をサツドラ中札内店または福祉課(保健センター)に提出。
- ②3か月以上経過後に再度体組成を測定し結果を提出。筋肉量が「増加」または「平均範囲内で維持」の方に500ポイント付与します。

### ○団体戦の参加方法

- ①筋肉アップチャレンジに参加している方2~4名でチームを組み、申込書を提出。
- ②チームメンバーの筋肉増加量の平均で上位3チームのメンバー全員に100ポイント

## 第1回バーチャル歩数イベント

今年度も、楽しみながら歩数増加できるように、歩数イベントを開催します。

詳細が決まり次第、SNSやホームページ、データ送信・測定スポット等でお知らせします。



<実施時期> 令和7年5月下旬予定

<参加方法> イベント期間内に歩数データを送信

<ポイント> ゴール(完歩)した方に200ポイント

健康ポイントの  
イベント情報  
はこちら



村公式LINE  
の友だち登録も  
お願いします



問い合わせ:中札内村福祉課保健グループ(老人保健福祉センター)  
平日 8:30 ~ 17:15 ☎0155-67-2321