

令和2年度

# 応募券

〈応募期間〉

※令和2年8月1日～令和3年2月28日まで

|      |         |      |                           |
|------|---------|------|---------------------------|
| 氏名   |         | 生年月日 | 年 月 生( 歳)<br>※R2.4.1日現在   |
| 住所   | 〒 ー 菊池市 |      |                           |
| 電話番号 |         | 加入保険 | 国保<br>後期 ・ 社保<br>・ その他( ) |

|                                       |       |   |
|---------------------------------------|-------|---|
| <b>応募コースの選択</b><br>応募したいコースを○で囲んで下さい。 | 個人コース | 学校・保育園幼稚園応援コース<br><small>応援したい施設名は、( )学校・保育園・幼稚園です。</small> |
|---------------------------------------|-------|---|

※すべて自己申告となりますので、ご自分でご記入ください。

## A 健診を受ける (該当する項目に○を付けてください。)



| 5ポイント | 受診内容   |
|-------|--|
| 5ポイント | ・生活習慣病健診(19歳～39歳)・特定健診(40～74歳)<br>・後期高齢者健診(75歳以上)・職場健診<br>・人間ドック(Bの欄もご記入ください。) |

## B がん検診等を受ける (参加した項目に○をつけてください。)

|       |        |       |              |
|-------|--------|-------|--------------|
| 5ポイント | 胃がん検診  | 5ポイント | 大腸がん検診       |
| 5ポイント | 乳がん検診  | 5ポイント | 肺がん検診または結核検診 |
| 5ポイント | 子宮がん検診 | 5ポイント | 歯周疾患検診       |

## C 健康に関する講座等へ参加 (参加した項目に○をつけてください。)

|       |                 |       |  |
|-------|-----------------|-------|--|
| 5ポイント | 健康に関する教室等に参加    | 5ポイント | 「あるき愛です」専用の歩数計所有   |
| 5ポイント | いきいき100歳体操教室に参加 | 5ポイント | くまもとスマートライフアプリ登録<br><small>くまもとスマートライフ 検索 登録番号11223344</small> |
| 5ポイント | 献血協力            | 5ポイント | その他の運動イベントに参加  |

## D 個人の運動習慣の実践 (出来たら○をつけてください。)

|       |                                     |
|-------|-------------------------------------|
| 5ポイント | 運動目標「 _____ 」について、3ヵ月以上取り組むことが出来ている |
|-------|-------------------------------------|

## E (ボーナスポイント) 菊池産の野菜を毎日食べる/アンケートに答える

|       |              |       |              |
|-------|--------------|-------|--------------|
| 5ポイント | 菊池産の野菜を毎日食べる | 5ポイント | 下記アンケートを記入した |
|-------|--------------|-------|--------------|

【アンケートにご協力ください】

※あてはまる番号に1つ○を付けてください

1.健康ポイントに参加した理由は?

①健康づくりのため ②家族・知人のすすめ ③その他( )

2.健康ポイントに参加して変わったことがありますか?

(1)生活・特定・後期高齢者健診について

①健康ポイントがきっかけで受けた ②以前から受けていた

(2)がん検診、その他の検診について

①健康ポイントがきっかけで参加した ②以前から受けていた

(3)健康ポイントがきっかけで生活習慣は改善されましたか?

①改善された(内容: \_\_\_\_\_) ②変わらない

(4)前年度の特定健診・がん検診・健康づくりへの受診状況について

①特定健診を受けた ②がん検診を受けた ③健康づくりを受講した ④受けなかった

※④を選択した方は、受けなかった理由をご記入ください。

( \_\_\_\_\_ )

(5)健康ポイント事業について、ご意見・ご要望がありましたらご記入してください。

( \_\_\_\_\_ )

※新型コロナウイルスの影響により、事業が中止や変更になる場合があります。

A+B+C+D+E  
合計ポイント

点