

# 健康ポイント交換申請書

越前町長 様

私が取得したポイントを交換したいので、越前町健康づくりポイント事業  
実施要項第4条の規定により、次の通り申請します。

|                  |                                  |
|------------------|----------------------------------|
| 氏 名              |                                  |
| 住 所              | 越前町                              |
| 生年月日             | 昭和・平成 年 月 日 ( 歳)                 |
| 電話番号             | ( ) -                            |
| メールアドレス          | @                                |
| 交換希望<br>(いずれかに○) | 越前町商品券(1,000円分) ・ はぴコイン(1,200円分) |

★商品券は、令和8年3月に送付します。

★はぴコインは、申請後おおむね1か月以内に読み取り用のQRコード・  
URLを送付します。

★景品の受領後の変更・再発行はできません。あらかじめご了承ください。

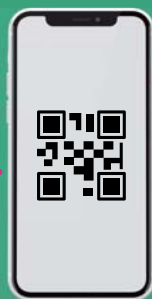
## ふくいのはぴコイン

スマートフォンアプリ「ふくアプリ」内で利用できるデジタル地域通貨です。

まずはふくアプリを  
ダウンロード

ポイントを付与

加盟店で2次元バー  
コードを読み取って  
お支払い



使えるお店は  
こちらから



健康ポイントをためて  
『健康』と『景品』  
をもらおう！

# 令和7年度 えちぜん

# 健康チャレンジ

令和7年5月1日(木) ~ 令和8年2月27日(金)

越前町  
健康づくり  
ポイント  
事業

越前町役場 健康保険課  
令和8年2月27日(金) 必着

ポイントカード兼申請用紙  
(この用紙)

18歳以上の越前町民

参加  
無料

提出場所  
期限

提出書類

参加資格

## 健康チャレンジって？

①健康に関する目標を立てる。  
毎日体重を測る などなんでもOK！

②ポイントを貯める。  
(合計100ポイント以上)  
○毎日ポイント 80ポイント以上  
○イベントポイント 20ポイント以上

③ポイントが貯まったら申請する  
(1人につき1回限り)

越前町商品券 1,000円分

または

はぴコイン 1,200円分

ポイントカードは内側へ⇒

お問い合わせ先 越前町役場 健康保険課  
〒916-0192 越前町西田中13-5-1

0778-34-8710

kenkou@town.echizen.lg.jp

## 毎日ポイント

毎日ポイントの目標を決めます。下記の表に目標を達成できた日付を書きましょう！  
できた日にち1日につき、2ポイントです。

### 毎日ポイントの目標例

- 1日〇〇分以上歩く
- 毎日、体重を測る・毎朝、血圧を測る
- 食事の時は野菜料理を先に食べる
- 3食以外の間食、甘い飲み物をやめるなど  
など、実践できる生活習慣に関する目標を立ててください。



目 標

開始日

月 日

連日じゃなくても大丈夫!!



START

|                      |                      |                      |                      |                      |                      |
|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| 1日目<br>月 日<br>2ポイント  | 2日目<br>月 日<br>2ポイント  | 3日目<br>月 日<br>2ポイント  | 4日目<br>月 日<br>2ポイント  | 5日目<br>月 日<br>2ポイント  | 6日目<br>月 日<br>2ポイント  |
| 14日目<br>月 日<br>2ポイント | 13日目<br>月 日<br>2ポイント | 12日目<br>月 日<br>2ポイント | 11日目<br>月 日<br>2ポイント | 10日目<br>月 日<br>2ポイント | 9日目<br>月 日<br>2ポイント  |
| 8日目<br>月 日<br>2ポイント  | 7日目<br>月 日<br>2ポイント  | 21日目<br>月 日<br>2ポイント | 20日目<br>月 日<br>2ポイント | 19日目<br>月 日<br>2ポイント | 18日目<br>月 日<br>2ポイント |
| 17日目<br>月 日<br>2ポイント | 16日目<br>月 日<br>2ポイント | 15日目<br>月 日<br>2ポイント | 22日目<br>月 日<br>2ポイント | 23日目<br>月 日<br>2ポイント | 24日目<br>月 日<br>2ポイント |
| 25日目<br>月 日<br>2ポイント | 26日目<br>月 日<br>2ポイント | 27日目<br>月 日<br>2ポイント | 28日目<br>月 日<br>2ポイント | 29日目<br>月 日<br>2ポイント | 30日目<br>月 日<br>2ポイント |
| 31日目<br>月 日<br>2ポイント | 32日目<br>月 日<br>2ポイント | 33日目<br>月 日<br>2ポイント | 34日目<br>月 日<br>2ポイント | 35日目<br>月 日<br>2ポイント | 36日目<br>月 日<br>2ポイント |
| 37日目<br>月 日<br>2ポイント | 38日目<br>月 日<br>2ポイント | 39日目<br>月 日<br>2ポイント | 40日目<br>月 日<br>2ポイント | 41日目<br>月 日<br>2ポイント | 42日目<br>月 日<br>2ポイント |
| 43日目<br>月 日<br>2ポイント | 44日目<br>月 日<br>2ポイント | 45日目<br>月 日<br>2ポイント | 46日目<br>月 日<br>2ポイント | 47日目<br>月 日<br>2ポイント | 48日目<br>月 日<br>2ポイント |
| 49日目<br>月 日<br>2ポイント | 50日目<br>月 日<br>2ポイント | GOAL                 |                      |                      |                      |



毎日ポイント ※80ポイント以上

イベントポイント ※20ポイント以上

合 計

|  |   |  |   |  |
|--|---|--|---|--|
|  | + |  | = |  |
|--|---|--|---|--|

## イベントポイント

健・(検)診参加(今年度受診したものがポイント対象)

ポイント

|                                                      |            |    |
|------------------------------------------------------|------------|----|
| 健康診査・人間ドックを受けた<br>(特定健診・人間ドック・事業所の健康診断・学校の健康診断などが対象) | (受診日: 月 日) | 10 |
| 健診結果について保健指導を受けた                                     | (参加日: 月 日) | 5  |
| 大腸がん検診を3年連続で受けた(受診年: 令和5年、令和6年、令和7年)                 |            | 5  |

これらの検診を受けたら記入してください。(3つまで)

肺がん・結核検診、大腸がん検診、胃がん検診、肝炎ウイルス検診、前立腺がん検診、乳がん検診、子宮がん検診、成人歯科健診

|     |                  |   |
|-----|------------------|---|
| ( ) | 検診を受けた(受診日: 月 日) | 5 |
| ( ) | 検診を受けた(受診日: 月 日) | 5 |
| ( ) | 検診を受けた(受診日: 月 日) | 5 |

社会参加(イベント・健康に関する教室・地域行事・ボランティア等への参加)

|           |                 |   |
|-----------|-----------------|---|
| 健康に関する教室等 | (参加日: 月 日 内容: ) | 5 |
| 健康に関する教室等 | (参加日: 月 日 内容: ) | 5 |
| 区の行事等     | (参加日: 月 日 内容: ) | 5 |
| 区の行事等     | (参加日: 月 日 内容: ) | 5 |

