

ポイント対象事業一覧

区分	事業名	P	区分	事業名	P	
基本健診・がん検診等	特定健診・職場健診	6	総合型スポーツクラブ	シェイプアップ教室	1	
	人間ドック	6		ヨガ教室	1	
	脳ドック	3		体カアップ教室	1	
	心臓ドック	3		エアロビ教室	1	
	後期高齢者健診	6		水中運動教室	1	
	ヘルスアップ健診	6		フォームローラーを使った筋膜リリース教室	1	
	前立腺がん検診*	3		リラックスヨガ教室	1	
	胃がん検診*	2		やさしいヨガ教室	1	
	大腸がん検診*	2		ステップエクササイズ教室	1	
	子宮頸がん検診*	2		ボディコンディショニング教室	1	
	乳房超音波検診*	2		膝腰メンテナンス教室	1	
	マンモグラフィ検診*	2		ボディトリートメント教室	1	
	肺がんらせんCT検診*	2		ダンス教室	1	
	すい臓がん検診*	2		マシン教室	1	
	骨密度検診*	2		総合型スポーツクラブ登録・継続	3	
	健診等 結果提供 (年1回のみ)	4		フィットネスルーム・マシン利用 (5回毎) 要会員登録・上限あり	1	
重点年齢 歯科検診	2	教育委員会・公民館	もいちど小中学校	1		
健康づくり	らくらく適塩教室		1	各種講座	1	
	特定保健指導		1	身近なもので防災キャンプ	1	
	インターバル速歩教室		1	陶芸教室	1	
	ノルディックウォーキング教室		1	絵画入門教室	1	
	アラウンド古希の健康で長寿になる教室		1	農業体験教室	1	
	オーバー還暦のマシントレーニング教室		1	手話入門講座	1	
	まめでいきいき教室		1	源流図書館 (10冊貸出)	1	
	ふれあいクッキング		1	エコ	節電家電の購入	2
	地域健康教室 (出前講座)		1		木祖村安心エコ住宅リフォーム補助金利用	2
	離乳食教室	1	木祖村リサイクル事業補助金利用		2	
	幼児食教室	1	電気使用量前年度同月より10%減		1	
	幼児歯科教室	1	ガス使用量前年度同月より10%減		1	
	健康アプリ「えってこ」提示	1	生ごみ・プラごみの外袋5枚持参		2	
	ヘルス&エコ	ヘルス&エコポイントを他の人に紹介	1			

P=受診または参加・登録につき付与されるポイント数

基本健診およびがん検診については、年度内につき1人1回分のポイントを付与します。

*医療機関にて検診の目的で検査をした場合のみポイントの対象とします (治療の一環の場合は除く)

自分と地球を大切に ヘルス& エコポイント

令和8年度より

健康ポイントがリニューアル!

ポイントを10個以上ためると
抽選で豪華賞品が当たる!

村のみなさまが楽しみながら健康づくりに参加できるよう進めてきた健康ポイントがもっと使いやすくパワーアップ!
令和8年度からは健康ポイントとエコポイントが1つになり「ヘルス&エコポイント」に生まれかわります!!
ポイントが今までより集めやすくなります。ご活用ください。

対象者

20歳以上の村民の方

ポイントカードの配布場所

木祖村役場・保健センター
幸せテラス まめのわ
にぎわい広場 笑ん館
各検診会場・各運動教室会場

▶健康ポイントカードの郵送も可能です。
希望される方は役場住民福祉課までご連絡ください。

問い合わせ先

木祖村役場 住民福祉課
電話：0264-36-2001



ポイントの貯め方

村の集団検診受診時や各種教室参加時にポイントカードを提出いただくことでポイントが貯まります。(対象事業は別紙参照)

医療機関や職場で健診を受けられた場合は、健診結果を住民福祉課窓口までお持ちください。ポイントを付与させていただきます。

▶ 医療機関や職場で健診を受けた場合にポイント付与の対象となる健診

- ・ 特定健診 ・ 職場健診 ・ 人間ドック ・ 脳ドック
- ・ がん検診を目的とした「前立腺がん検診」「胃がん検診」「大腸がん検診」「子宮頸がん検診」「乳房超音波検診」「マンモグラフィー検診」
- ・ 村の重点年齢無料クーポン券を利用して受けた「子宮頸がん検診」「マンモグラフィー検診」

*注意 ①ポイントの付与は、各検診につき年1回まで

②治療の一環として受けた検査についてはポイント付与の対象外

交換特典

- ▶ 特典1 獲得ポイントに応じた木祖村商工会商品券をプレゼント&商品券交換の方のなかから抽選で豪華賞品獲得のチャンス!
- ▶ 特典2 10ポイント以上貯めた方へもれなく集団検診クーポン券1,000円分プレゼント

獲得ポイント /特典	特典1	特典2
	木祖村商工会商品券	集団検診クーポン券
10	500円分	1,000円分
20	1,000円分	
30	1,500円分	

ポイントの交換・抽選方法

- ・ 令和9年4月1日から4月30日のポイント申請期間にポイントカードを住民福祉課保健係まで提出し、申請書をご記入ください。
その場で獲得ポイントに応じた特典をお渡しします。
- ・ ポイントカード交換期間終了後に提出いただいたものの中から抽選します。
当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。



ヘルス&エコポイント Q&A



Q.節電家電とは?

A 統一省エネラベル表示対象製品(エアコン・テレビ・冷蔵庫・照明器具等)かつ、省エネ性能☆2つ以上のものです。
購入レシートと製品の型番がわかるものを住民福祉課の窓口へお持ちください。
家電の省エネ性能については右のQRコードよりご確認ください。



Q.木祖村安心エコ住宅リフォーム補助金とは?

A 個人住宅の質の向上や地球温暖化防止のための省エネルギー対策のための工事に対する村の補助金です。
交付決定通知書を住民福祉課の窓口へお持ちください。
補助金についての詳細は右のQRコードよりご確認ください。



Q.木祖村リサイクル事業補助金とは?

A 生ごみ処理容器もしくは家庭用生ごみ処理機の購入に対する村の補助金です。
交付決定通知書を住民福祉課の窓口へお持ちください。
補助金についての詳細は右のQRコードよりご確認ください。



Q.電気・ガス使用量前年同月より10%減の申請方法は?

A 電気・ガス省エネチェックシートを住民福祉課窓口でご用意しています。
そちらに使用量や金額を記入し住民福祉課窓口へお持ちください。

Q.生ごみ・プラごみの外袋5枚持参の申請方法は?

A これまでのポイントシールを廃止し、「生ごみ指定収集袋」および「プラスチック容器包装指定袋」の外袋5枚で2ポイントを付与します。
外袋が5枚貯まりましたら住民福祉課の窓口へお持ちください。

Q.ヘルス目標の達成とは?

A ご自身の健康に関する目標を立てて達成したら教えてください。自己申告制です。
例) 1ヶ月間毎日5,000歩あるく、体重を3キロ減らす、毎日だれかと話す、など
住民福祉課保健係の窓口で受け付けています。(1人1回まで)

Q.ヘルス&エコポイントを他の人に紹介とは?

A 今年度よりリニューアルしたヘルス&エコポイントをご家族やお友達にご紹介ください。自己申告制です。
住民福祉課保健係の窓口で受け付けています。(1人1回まで)

不明点は住民福祉課にお気軽におたずねください!