

【チャレンジ期間】



2021年5月1日(金)から

2022年2月28日(月)まで

【チャレンジシート提出先】

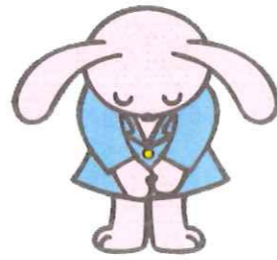
したら保健福祉センター

つぐ保健福祉センター(火・水・木)

* 枠の中を記入してください。

なまえ 名前			がっこう ほういくえんめい 学校・保育園名		
じゅうしょ 住所	〒			ねんれい 年齢	
せいべつ 性別	おとこ 男	おんな 女	でんわばんごう 電話番号		

アンケートにご協力ください(複数回答可)



- 参加しようと思ったきっかけはなんですか？
 - ① 健康づくりに興味があった
 - ② 内容がおもしろかった
 - ③ 景品が欲しかった
 - ④ 友人や家族、学校ですすすめられた
 - ⑤ その他 ()
- チャレンジシートを利用してよかったことはなんですか？
 - ① 健康を意識して生活できた
 - ② 生活を改善するきっかけになった
 - ③ イベントや教室、ボランティアに参加するきっかけになった
- 昨年、チャレンジされた方にお聞きします。まいかカードは利用されましたか？
 - ① はい (町内 町外)
 - ② いいえ
- 参加された感想をお書きください。

* 広報誌への掲載について【 ○ ・ × 】



【問い合わせ】 したら保健福祉センター ☎ 62-0901

保育園・小学校用



いきいきしたら計画第2次計画(2018~2027)では、こども分野の健康づくり目標を「みんなでやろう 早あき 早ね 朝ごはん 食べたら歯みがき」として推進しています。自分で健康づくりにチャレンジして、100ポイントためると、図書カード500円分と県内の協力店で特典が受けられる【あいち健康づくり応援カード(まいか)】に交換します。

100ポイントたまったら...

ぜんいん 全員プレゼント

500円分の図書カード



まいかカード

特典が受けられる協力店はインターネットで検索できます。

したら健康マイレージのため方

1 健診受診ポイント (1つ: 10ポイント)

保育園・小学校の内科健診・歯科健診を受けると、それぞれ10ポイントもらえるよ！
* 歯科医院で受けた健診でもOKです。

ないかけんしん 内科健診	月 日	しかけんしん 歯科健診	月 日
-----------------	-----	----------------	-----

ここに受けた日を書いてね。

2 自分で健康づくりチャレンジポイント (1日: 1ポイント)

健康づくり目標を決めて、90日間、取り組みましょう！

けんこう 健康づくり目標										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	

チャレンジ出来たら、数字の上にシールやスタンプをつけてね。



3 イベント・ボランティアなどの参加ポイント (1回: 5ポイント)

項目	
朝からいきいきラジオ体操(7月17日)	
からだいきいき月間 1ヶ月チャレンジ(10月)	
おいしい味探し体験	

ここに

* 参加したものや、応募したもののチェック欄に○をつけてね！

1 けんしんじゅしん 健診受診ポイント(1つ:10ポイント)

ないかけんしん 内科健診	月 日	しかけんしん 歯科健診	月 日
-----------------	-----	----------------	-----

1 合計 ポイント

2 じぶん けんこう 自分で健康づくりポイント(1日:1ポイント)

*健康づくり目標を決めて、90日間取り組みましょう!
*チャレンジ出来たら、数字の上にシールやスタンプをつけてね。

けんこう もくひょう 健康づくり目標

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60

61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90

2 合計 ポイント

3 イベント・ボランティアなどの参加ポイント(各5ポイント)

*参加したものや、応募したもののチェック欄に○をつけてね!

こうもく 項目	
あさ 朝からいきいきラジオ体操(7月17日)	
からだいきいき月間 1ヶ月チャレンジ(10月)	
からだいきいき月間 1ヶ月チャレンジ(2月)	
おいしい味探し体験	
きんえんひょうご おうぼ 禁煙標語の応募(4~5月)	
ひょうご おうぼ こころの標語の応募(11~12月)	
イベント()	

3 合計 ポイント



100ポイントをためたら提出しよう!

1 _____ ポイント

2 _____ ポイント

3 _____ ポイント

1 + 2 + 3 合計 _____ ポイント

2022年3月11日(金)
までに出すのじゃ!

