



健康スポーツ文化都市
Well-being Sports Culture City

令和6年度

野田市健康・スポーツポイント事業



実施期間

ポイントを貯める期間

2024 02.01 (木) ~ 2025 01.31 (金)

達成者
全員プレゼント

応募期間

応募用紙を提出する期間

2024 11.01 (金) ~ 2025 02.04 (火)



クオカード
1,000円

ポイントを貯めて最大 3,000 円分の賞品をゲット！

検診（健診）やイベントに参加してポイントを貯めて希望の賞品に応募しましょう！

対象者

平成18年4月1日以前生まれ(18歳以上)で野田市に住民登録がある方

《応募先》

保健センター、関宿保健センター、スポーツ推進課、関宿支所、
各出張所、インフォマージュアリーナ（野田市総合公園体育館）、
関宿パーク MOPS（野田市関宿総合公園）体育館、各公民館

（郵送の場合）令和7年2月4日の消印有効

〒278-0003 野田市鶴奉7-4 保健センター

詳しくは、こちら →



野田市健康・スポーツポイント 検索

【問合せ先】 保健センター Tel:04-7125-1189

スポーツ推進課（市役所7階） Tel:04-7123-1367

【応募までの流れ】



【よくある質問 Q & A】

Q：応募は1人につき何回でもできますか？

A：お一人様1回のみご応募いただけます。

Q：応募期間外に応募用紙を提出しましたが、受け付けてもらえますか？

A：応募期間外の受付はできません。応募期間を確認の上、ご応募ください。

Q：応募後に希望していた賞品を変更したいのですが、どのようにすればよいですか？

A：応募後の賞品の変更はできません。

Q：検診等は野田市で受診しましたが、その後他市に転出しました。対象になりますか？

A：応募受付日時点で野田市に住民登録がない場合は対象外です。

Q：4月2日で18歳になりました。応募の時は18歳なので対象になりますか？

A：4月1日時点で18歳以上の方が対象です。今回の場合は対象外です。

Q：予防接種を何回も受けました。どのように記入すれば良いですか？

A：それぞれの枠に記載できるのは1回分のみなので、予防接種の場合は「各種予防接種」に1回分と「その他の教室など」に1回分の合計2回分400ポイントが記載可能です。

Q：応募期間内に用紙を持参できません。どのようにすれば良いですか？

A：令和7年2月4日の消印有効で郵送も受け付けています。

【ポイントの貯め方】

健康ポイント ※上限なし

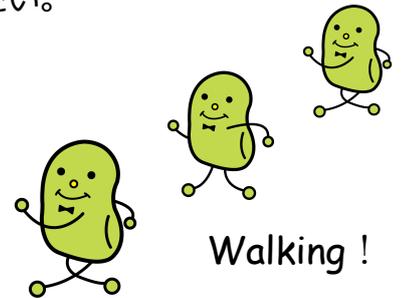
スポーツポイント ※上限なし

- ・ 各事業に参加するとポイントが獲得できます。
- ・ 対象事業とそれぞれのポイントは応募用紙に記載されています。
- ・ 同じ事業に複数回参加した場合も、ポイントの獲得は各 1 回のみになります。
- ・ 応募用紙に実施した日付、獲得ポイント数、会場等をご記入ください。

チャレンジポイント ※上限 500 ポイント

- ・ 目標を立て、20 日間達成すると 100 ポイント獲得できます。
- ・ ポイント対象となる目標は 5 つまでです（すべて別々の目標）。

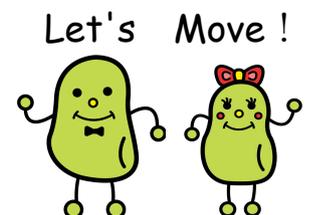
△ 下記以外でも自分の健康づくりに合った目標を立てて実施してもポイント対象になります。△



健康に関すること	
体重を記録する	コーヒーは砂糖、ミルクを入れずブラックで飲む
毎日朝食を食べる	休肝日を設ける
毎食野菜を食べる	飲酒量を今より減らす
間食をしない	禁煙する
計量スプーンを使って調味料を計る	1 日 3 回（朝・昼・晩）はみがきをする
食品の表示（エネルギーなど）を確認する	歯間ブラシなどを使って歯と歯の間を清掃する
スポーツに関すること	
ラジオ体操をする	ウォーキングをする
ランニングをする	サイクリングをする
1 日 30 分以上体を動かす	オンラインレッスン等における運動を実施する
えだまめ体操をする	 ←市ホームページ

ヘルスアップポイント（BMI） ※達成で 500 ポイント

- ・ 目標となる BMI を維持または改善できた場合にポイントが獲得できます。
（獲得基準は応募用紙をご覧ください）
- ・ 応募用紙に取り組み開始前と応募時の BMI を記入してください。



【本人控え】 応募した内容の控えとしてご使用ください。

ご自身の情報をご記入ください

申請日	令和	年	月	日
ふりがな				
氏名				

ご自身の獲得ポイント数をご記入ください

健康ポイント(上限なし)		ポイント
チャレンジポイント(最大 500)		ポイント
ヘルスアップポイント(500)		ポイント
スポーツポイント(上限なし)		ポイント
合計		ポイント

応募口数と賞品を選んでください (○をつける)

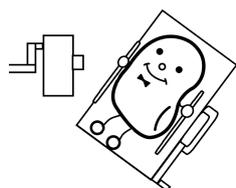
野田市共通商品券	1口	・	2口	・	3口
まめバス回数券	1口	・	2口	・	3口
クオカード	1口	・	2口	・	3口
合計 (最大 3口)	1口	・	2口	・	3口

がん検診を受けてポイントをゲット！！

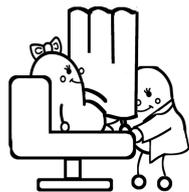
各種検診 (健診) のご案内 →



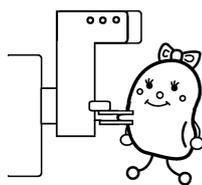
集団検診 (健診) のご予約方法 → → →



〈胃がん検診〉



〈子宮がん検診〉



〈乳がん検診〉



〈肺がん検診〉



〈大腸がん検診〉

