

山泉市の健康ポイントメニュー

— 令和6年度清流の国ぎふ健康ポイント事業 —

関係機関	事業名	ポイント数
健康介護課 22-6838	がん検診（胃、肺、大腸、乳、子宮）	各種類2
	特定健診、基本健診、後期高齢者健診	各種類2
	骨粗鬆症検診	2
	肝炎検診	2
	人間ドック	3
	職場の健康診断	2
	歯周病検診・さわやか口腔健診	2
健康介護課 22-6838	肺炎球菌予防接種	1
	帯状疱疹予防接種	1
	インフルエンザ予防接種	1
	コロナウイルス予防接種	1
予防接種 子育て支援課 22-6839	風しん予防接種	1
献血 健康介護課 22-6838	献血	1
生活習慣改善 (詳細右ページ)	食生活・運動習慣を見直して、感染症や生活習慣病を防ぐ体づくりをしましょう。	達成で1項目につき、1ポイント
介護予防教室 (65歳以上対象)	かんたん筋トレ、かんたん体操、月曜メンズトレーニング、ひらめき脳トレ いこいの広場、男の生きがい教室	各教室 1
健康介護課 22-6838	特定保健指導・結果相談会	1
	栄養教室（菜食健美教室・減塩教室）	各教室 1
	市民体験講座	各講座 1
	出前講座	各講座 1
	生活習慣病予防教室	各教室 1
	ゲートキーパー研修	1
	まちの保健室	各回 1
介護予防教室 社会福祉協議会 52-3010	まめかなクラブ	各講座 1
スポーツ レクリエーション 生涯学習課 22-6845	秋のウォーキングイベント	1
	山泉市レクリエーションフェスティバル	1
	やまがたジョギング大会	1
	ラジオ体操会	各回1
	市民スポーツ大会	1
TSC スポーツクラブ 総合体育館 22-6622	トレーニングルーム利用 (週1回以上、1か月間継続して利用のとき)	1
	スポーツ広場（会員プログラム）	1種目 1
	スポーツ教室	1種目 1

健診は必ずどれかひとつ入れてください！