

～健診を受けてお得な商品を GET！～

# 国保健康ポイントのご案内

## ○国保健康ポイントとは？

健康をご自身で管理し、いつまでも元気に生活するためには、定期的な健診受診や生活習慣の見直しが必要です。

そこで、今まで健(検)診や特定保健指導を受けていなかった方への「きっかけ作り」として、健診の受診に応じてお得な商品に交換できる「国保健康ポイント」を実施しています。

## ○対象要件（対象となる方、健(検)診等及びポイント）

対象	健(検)診等名称	内容	ポイント ※1ポイント=100円相当
<b>①昨年度の特定健診は未受診、今年度は受診した方</b> ※前年度の特定健診を受診された方は、ポイントの対象にはなりません。 ※特定健診と合わせて受診した「がん検診」「成人歯科健診」もポイントの対象となります。			
	特定健診【必須】	身体測定や血液・尿の検査等 前橋市健康診査受診シールで受診	3ポイント
	がん検診	前橋市健康診査受診シールでがん検診を受診 ※対象：胃がん・大腸がん・胸部(結核・肺がん)・子宮頸がん・乳がん ・前立腺がん検診(複数受診した場合も2ポイントを上限とします。)	2ポイント
	成人歯科健診	前橋市健康診査受診シールで成人歯科健診を受診 ※今年度 40・45・50・55・60・65・70 歳になる方が、ポイントの対象です。	2ポイント
<b>②特定健診結果に基づき、特定保健指導（初回）を開始した方</b> ※昨年度の特定健診受診に関わらずポイントの対象となります。			
	特定保健指導	今年度特定健診の結果、特定保健指導の対象となった方が生活改善に向けた支援を受ける	5ポイント

※取得したポイントは、5ポイント以上でお得な商品と交換することができます。

## ○ポイントが貯まると交換できる商品（例）

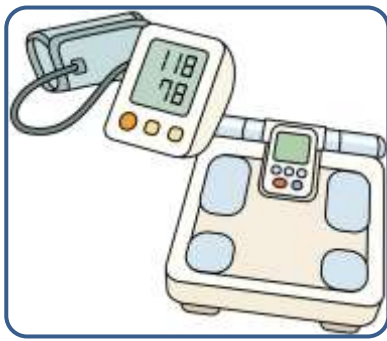
所要ポイント	商品名	概要
5ポイント	図書カード(500円分)	書店などで書籍・雑誌等の購入に利用できます。
	QUOカード(500円分)	コンビニエンスストア・ドラッグストア・ガソリンスタンドなどで利用できます。
	Qのまち共通商品券(500円分)	前橋中心商店街協同組合の加盟店で利用できます。
	ころとんグッズ ※下記のいずれか1品 ○シャープペーパー ○ポルパソ ○ファイル(2冊) ○ぬいぐるみストラップ	前橋市マスコットキャラクター「ころとん」のグッズです。

※手続き等については、裏面をご確認ください。

## ○手続き（商品をもらう方法）

### ①対象の健(検)診等を受診する。

○対象となる健(検)診等は、表面のとおりです。



### ②保健センター（3階）で申請する。

○受診した各種健(検)診等の結果(写)を添えて申請してください。



### ③ポイントに応じて商品と交換する。

○交換できる商品(例)は、表面のとおりです。

○一部商品は申請時に交換可(※一部は後日郵送)



### ④定期的な健診等受診でみんな元気！



### 【よくある質問】

(Q1) 前年度・今年度共に特定健診を受診しましたが、「国保健康ポイント」の対象になりますか？

⇒(A1) 本制度は、これから健診等を定期的に受診していただくための「きっかけ作り」として実施する制度で、前年度の特定健診を受診された方はポイントの対象にはなりません。

(既に定期的に健診を受ける習慣が身についているため。)

今後も定期的な受診により、ご自身の健康管理をお願いします。

また、がん検診や成人歯科健診のみ受診した(特定健診の受診を伴わない)場合はポイントの対象にはなりません。(特定健診と受診日・医療機関が別々でも可)

(Q2) 以前から特定保健指導を利用していますが、ポイントの対象になりますか？

⇒(A2) 生活習慣を改善することは、簡単ではありません。特定保健指導の対象となったら、毎回受けていただくことが健康管理には効果的です。

このため、今年度の特定保健指導対象者が初回面接を受けた場合、前年度の特定健診受診に関わらずポイントの対象となります。

※その他、ご不明な点がありましたら、下記「お問い合わせ先」をお願いします。