

# 令和7年度 健康ポイント 主な対象事業

事業名	対象者	実施時期(予定)等	ポイント数
特定健康診査	40～74歳	[集団]10/9、10/29、10/30[個別(施設)]	いずれか1回 2ポイント
健康づくり健康診査	35～39歳 75歳以上		
胃・肺・大腸がん検診	40歳以上	[集団]10/8・10/9・10/29・10/30・10/31	1項目 1ポイント、 年間2ポイントまで
前立腺がん検診	50歳以上		
子宮頸がん検診	20歳以上		
乳がん検診	30歳以上	[集団]11/6・11/13・11/30[個別(施設)]	
胃がん内視鏡検査	50歳以上偶数年齢	[個別(施設)]	
肝炎(C型・B型) ウイルス検診	40歳以上肝炎ウイ ルス検診未受診者	[集団]10/8・10/9・10/29・10/30・10/31 [個別(施設)]※(他の健診等と同時実施の方を除きます)	1ポイント
人間ドック	35歳以上	(特定健康診査や健康づくり健康診査 でポイントを受け取った方を除きます)	2ポイント
ウォーキング記録	18歳以上	ウォーキング記録等を健康課へ (令和7年1月1日以降の記録)	30日間1ポイント、 年間3ポイントまで
体重測定記録 または 血圧測定記録	18歳以上	血圧記録または体重記録を健康課へ (令和7年1月1日以降の記録)	
健康づくりステーション 利用	18歳以上	測定結果の記録等を健康課へ	測定2項目以上で 1ポイント 年間3ポイントまで
骨密度測定会	18～74歳	8/27(水)【申込み5/12～】	1ポイント
健康スポ・レク2025	18歳以上	6/1(日)【健康づくりコーナー参加者】	
公民館事業(運動教室等)	18歳以上	ホームページ、広報紙等に掲載します	初回時に 1ポイント
なかい文化財めぐり ウォーキング	18歳以上		
「みんなでラジオ体操」 しませんか?(夏季開催)	18歳以上		
フレイルチェック	おおむね65歳以上		
母親・父親教室	☆参照	☆ 【産前】妊婦さんとそのパートナー 【産後】生後2か月～はいはい前までの お子さんのお母さん・お父さん	
産後ほっとステーション	産後1か月健診後から 3～4か月児健診前まで	健康カレンダー等をご確認ください	
育児相談	育児中(就学前まで) の方、妊娠中の方	 <input type="text" value="中井町 健康カレンダー"/> <input type="button" value="検索"/>	
離乳食講習会	4～8か月児の保護者		
和太鼓フィットネス	18歳以上		
転倒骨折予防教室(全域)	おおむね65歳以上		



初回時に  
1ポイント

実施時期は予定です。また、気象状況などから、事業を中止・延期する場合があります。広報紙や町ホームページ等でご確認ください。

上記以外に追加事業がある場合は広報紙等に掲載します。

勤務先(社保)の特定健診や人間ドックの受診もポイントの対象です。

お問合せ先  
中井町健康課  
TEL 0465-81-5546