



健康づくりにチャレンジして 健康ポイントをもらおう！



現在のサンカード有効期間は令和5年9月30日まで/

三戸町では、町民の皆さまの健康づくり活動を応援する「さんのへまち健康ポイント事業」を実施します。

この事業は、特定健診やがん検診の受診者、通いの場やてくてく歩こうさんのへウォーキングへ参加された方に、三戸スタンプ会のサンカードポイントを進呈するものです。

健康づくりにチャレンジして、たくさんポイントをもらいましょう。

対象者

三戸町に住所を有し、対象年齢等の条件に該当する方（対象年齢は、年度末年齢）

対象活動・付与ポイント数



健やか力向上推進
キャラクター『マモルさん』

200
ポイント

人間ドック受診（40歳以上）

各
50
ポイント

特定健診、がん検診受診

特定健診（30歳以上の三戸町国保加入者）、後期高齢者健診（後期高齢者医療保険加入者）
胃がん検診（40歳以上）、大腸がん検診（40歳以上）、肺がん・結核検診（40歳以上）、
喀痰検査（40歳以上）、子宮頸がん検診（20歳以上）、乳がん検診（40歳以上）、
前立腺がん検診（50歳以上）、骨密度検診（40歳以上）、肝炎検診（40歳以上）、
歯周病検診（40歳以上）、脳ドック（40歳以上）

200
ポイント

通いの場に参加（年間10回以上）

合計
400
ポイント

**てくてく歩こうさんのへ
ウォーキング**に参加（20歳以上）

ウォーキング事業に参加で 200ポイント
浅虫クアオルト体験に参加で 50ポイント
城山ウォーキングに参加で 50ポイント
ウォーキング事業終了時に 100ポイント

対象期間

令和4年4月1日～令和5年3月31日
（申請期限：令和5年4月30日）



健康ポイントの取得方法

- 集団健診（各会場）及び三戸中央病院で受診された方は、その場でポイントを受け取れます。
- 八戸西健診プラザで受診される方及び歯周病検診を受けられた方は、三戸町保健センターにお越しただいて、ポイントを受け取っていただきます。
- 職域検診（特定健診は、三戸町国保加入者のみ）を受けられた方は、三戸町保健センターにお越しただいて、ポイントを受け取っていただきますので、結果の写しをお持ちください。
- 「通いの場」、「てくてく歩こうさんのへウォーキング」に参加された方には、イベント毎にポイントの取得方法をお知らせいたします。

お問い合わせ 三戸町役場健康推進課（保健センター） ☎ 20-1152