

提出用

＜太枠内を記入してお持ちください＞

(B で申し込まれる方は二重線枠内も記入してください)

◎パターン2(2回に分けて)で申込み予定の方には、最初の申込みの際に、新しい申込書をお渡します。

## あさひ健幸ポイント事業 第2弾 商品券申込書

申込日	
申込者氏名(健診受診者)	
生年月日	
住所	
電話番号	

### 【A 必須項目:健診受診】

※健康診断の結果をお持ちください。(A のみの申込みは、代理(家族)申込み可)

令和 年 月 日 に健康診断を受診しましたので、商品券を申込みます。

商品券番号(役場で記入)

### 【B 選択項目:健康づくりのための取組等】

※健康づくりのために取り組んだ内容がわかる記録をお持ちください。(ご本人が来庁ください)

令和 年 月～ 年 月 において、健康のため(フレイル予防含む)に下記のとおり取組みを行いましたので、商品券を申込みます。

取組み内容 (コース)	<input type="checkbox"/> 食べる	<input type="checkbox"/> 動く	<input type="checkbox"/> つながる
私の目標 〈なりたい私〉			
取組み内容			
目標を達成することはできましたか	<input type="checkbox"/> できた	<input type="checkbox"/> できなかった	<input type="checkbox"/> どちらともいえない
商品券番号(役場で記入)			

※裏面のアンケートにご回答ください。

## あさひ健幸ポイント事業第2弾 アンケート

このたびは、商品券のお申込みありがとうございました。  
今後の健康づくり事業の参考にしたいので、以下の質問の回答にご協力をお願いします。  
該当する番号に○をしてください。

1. あなたは健康診断（村の健診・職場健診・人間ドック）を毎年受けていますか？

①はい

②いいえ

③受けない年もある

理由

- 健康のため
- 毎年受けることが習慣になっている
- 健診料が安い・助成があるから
- その他（ ）

- 忙しい・日程が合わない
- 健診料が高い
- 健康だから
- 定期的に通院しているから
- その他（ ）

2. ご家庭に血圧計はありますか？ ①ある ②ない

3. 自分の血圧を知っていますか？ ①知っている ②知らない

・「知っている」と回答した方、その血圧の値はどこで測定したものですか？

- 家庭にある血圧計で測定
- 医療機関で測定
- 健診の時の結果
- その他（ ）

4. 食塩（ナトリウム）を多くとると高血圧につながることをご存じですか？

① はい ②いいえ

5. 野菜等に含まれるカリウムが減塩に効果があることをご存じですか？

①はい ②いいえ

6. 運動について、現状に近いものを選んでください。（1回30分以上している運動）

- ①定期的に運動をしている（週2回以上）
- ②たまに運動している（月2回以上）
- ③運動していないが、始めたいと思っている
- ④運動するつもりはない

・ ④と回答した方、理由を教えてください。

- 時間が取れない
- 運動が苦手・嫌い
- 仕事で動いている
- 病気・体調で運動ができない
- どんな運動をしたらいいかわからない
- その他（ ）

7. 健幸ポイント商品券は、健康づくりの取組みを行って申請するともう一枚受け取れますが、ご存じでしたか？

①はい ②いいえ

8. 「商品券」がもらえることで、健康づくりに取り組んでみようと思いましたが？

①はい ②いいえ ③商品券がもらえることとは関係なく取り組んでいる

ご協力ありがとうございました。