

六ヶ所村健康づくりポイント事業2026

対象者

村に住所（住民票）を有する18歳以上の方（高校生は除く）

〈 事業のながれ 〉

健康ポイントカード
を手に入れる



ポイントを貯める



20ポイント達成して
特典と引き換え

① 健康ポイントカードを手に入れよう！

健康ポイントカードは、以下の場所に設置しています。また、対象事業に参加して手に入れることもできます。

健康ポイントカード設置場所

- ・保健相談センター
- ・六ヶ所村役場
- ・中央公民館
- ・尾駸コミュニティセンター
- ・屋内温水プールろっぷ
- ・二又集会所
- ・スパハウスろっかぼっか
- ・室ノ久保集会所
- ・平沼出張所
- ・老人福祉センター
- ・平沼集会所
- ・泊出張所
- ・泊地区ふれあいセンター
- ・千歳平地区公民館（千歳平出張所）
- ・倉内コミュニティセンター
- ・庄内集会所
- ・戸鎖集会所

② ポイントを貯めよう！ ポイント付与期間：令和8年4月1日～令和9年3月31日

③ 20ポイント達成して特典と引き換えよう！

20ポイント達成した健康ポイントカードは、保健相談センターへお持ちいただくか、以下の場所に設置している健康ポイントカード回収ボックスに提出することで、引換受付されます。

なお、引換受付後、簡易書留にて特典を送付させていただきますが、お手元に届くまでには1か月半程度かかる場合がございますのでご了承ください。

カード回収ボックス設置場所

・屋内温水プールろっぷ ・スパハウスろっかぼっか ・老人福祉センター ・泊地区ふれあいセンター
20ポイント達成するたびに、以下の4つのうち1つと引き換えができます（1,000円相当）

特典名	おこめ券	リーブ商品券	Aコープ商品券	健康増進施設利用券
引換受付期間	通年	通年	4月～2月	5月～1月
有効期限	なし	半年	なし	令和9年3月31日

対象事業一覧

各対象事業の詳細は都度
広報やホームページなどで
お知らせします。

保健相談センター事業

5ポイント付与 禁煙外来治療費助成事業

3ポイント付与 健康フェスタ

2ポイント付与

- ・こころの健康づくり講座
- ・こころ支えるゲートキーパー養成講座
- ・マッスルズコンディショニング教室
- ・5歳若返り!!筋力UP教室
- ・バランスボール教室
- ・コンディショニングトレーニング教室
- ・オトコの筋活教室
- ・ナイトヨガ教室
- ・脂肪燃焼ヨガ教室（初級・上級）
- ・COPD予防教室
- ・お薬教室
- ・歯周疾患予防教室
- ・ロコモ予防教室
- ・女性の健康教室
- ・地区別栄養教室
- ・栄養教室

健康課事業

2ポイント付与

- ・健診結果説明会
- ・スマートウォッチ健康ダイエット事業
- ・生活習慣病予防・改善教室
- ・フレイル予防講座

社会教育課事業

3ポイント付与

- ・軽スポーツレクリエーション大会
- ・歩け歩け運動

2ポイント付与

- ・村内各公民館で実施する運動教室、健康教室

福祉課事業

※65歳以上の方が対象（おれんじカフェ、ふれあいいきいきサロンを除く）

1ポイント付与

- ・青竹踏み&ストレッチ教室
- ・筋力アップトレーニング教室
- ・転倒・骨折予防教室
- ・脳の楽習教室
- ・口腔機能向上教室
- ・低栄養（フレイル）予防教室
- ・おれんじカフェ
- ・ふれあいいきいきサロン

その他事業

3～10ポイント付与

健康づくりチャレンジシートを活用し、健康づくりに取り組む

※ご希望の方は保健相談センターまでご連絡ください

1ポイント付与

屋内温水プールろっぷで運動に取り組む

※運動終了後に健康ポイントカードをろっぷ受付で提示してください（1日1ポイント付与）

地域家庭医療センターの対象事業に取り組む coming soon ...

《お問い合わせ》 六ヶ所村保健相談センター

電話：0175-72-2794 / メール：rks99050@rokkasho.jp