

①健康目標 1：健康診査の受診＝4ポイント

事業等	押印窓口	備考
町内の医療機関の健診 ・すこやか健診・国保特定健診・後期高齢者基本健診 ・国保みなし健診(情報提供)	各医療機関(当日)または 芽室町役場健康福祉課保健推進係	健診結果持参
保健福祉センター あいあい21の健診 ・巡回ドック	芽室町役場健康福祉課保健推進係	
その他の健診 ・脳ドック ・帯広厚生病院人間ドック ・職場健診 ・年1回分の定期通院の血液検査 等		

※ 定期通院中の血液検査は、空腹時血糖、ヘモグロビン A1c、血中脂質、肝機能、尿検査の結果が含まれているものに限ります。
※ 同じ年度内の重複ポイントは不可

②健康目標 2：芽室町の助成を利用したがん検診等の受診＝各1ポイント

事業等	押印窓口	備考
芽室町の助成を利用した各種がん検診	各医療機関(当日)または 芽室町役場健康福祉課保健推進係	健診結果持参または 領収書持参
(芽室町巡回ドックと同日開催分) ・肝炎ウイルス検査・エキノコックス検査・歯科検診	※すこやか健診は公立芽室病院 で押印可能	

③健康目標 3：健康づくり教室等への参加＝各1ポイント

事業等	押印窓口
町内施設を利用(団体料金を支払い)した団体での運動	利用料を納付している施設(総合体育館・温水プール)
その他、団体での定期的な運動	芽室町役場健康福祉課保健推進係
出前健康講座・健康福祉課担当の健康に関する講演会	

※「その他、団体での定期的な運動」は健康ポイント事業への登録条件があります。詳細は代表者様から保健推進係にお問い合わせください。

④健康目標 4：健康目標(食事・運動)の達成＝各1ポイント

事業等	押印窓口
「食事に関する目標」、「運動に関する目標」を決めて、6か月間取り組む。 例えば…(食事) 野菜を毎食摂る、(運動) 毎日 8,000 歩ウォーキングをする	芽室町役場健康福祉課保健推進係



芽室町

問合わせ先
健康福祉課保健推進係

電話 62-9723
メール h-hoken@memuro.net

有効期間のうち、カードの交換枚数はお一人様1枚です。

交換開始は令和7年5月12日(月)、交換終了は令和8年4月27日(月)

スタンプ1個からMポイント100Pに交換できます

- ・Mポイントへの交換日は毎月10日・25日
※土・日・祝日の場合は翌開庁日
- ・時間：9：00～17：30
- ・場所：芽室町役場1階2（健康福祉課窓口）

めむろ☆健康ポイントカード

有効期間：令和7年4月1日～令和8年3月31日まで

氏名： _____

生年月日： _____

住所： _____

電話番号： _____

問い合わせ先
芽室町健康福祉課
保健推進係
62-9723