

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	
保健福祉センター あいあい21の健診 ・巡回ドック		健診結果持参
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	芽室町役場健康福祉課保健推進係	

※ 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	
（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	健診結果持参または 領収書持参

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ヶ月間取り組む。 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



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)

----- × キリトリ × -----

スタンプ1個からM^点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：	問合わせ先 芽室町健康福祉課 保健推進係 62-9723
生年月日：	
住所：	
電話番号：	