

5月  
開始

# 国保健康ポイント事業 ～あつめて健康! あぴぽチャレンジ～

今月の  
イチ面



保険年金課 ☎ 782-6494 ・ ☎ 775-9827

5月から、特定健診(12ページ参照)やがん検診など健康づくりに向けた取り組みを行い、ポイントを集めると、抽選で賞品がもらえる上尾市国民健康保険の新しい保健事業「国保健康ポイント事業」がスタートします。

ポイントを集めて楽しく健康づくりに取り組んでみませんか。詳しくは、案内チラシをご覧ください。

時 5月1日(金)～令和3年1月29日(金) 対 上尾市国民健康保険の被保険者で特定健診対象者(40～74歳)

## 1 あぴぽチャレンジ カードをもらおう!

あぴぽチャレンジカードは、案内チラシから切り取って使ってください。

### 【案内チラシ設置場所】

保険年金課、各支所・出張所・公民館、東・西保健センター ※健診実施医療機関には、5月中旬以降に設置予定です。



## 2 健(検)診などを受けてポイントを集める!

健(検)診会場や保険年金課で健康ポイントを付与します。ポイント対象となる取り組みとポイント数は下記のとおりです。 ※Aは必須です。

**A 特定健診、国保人間ドック、事業主健診などのいずれか一つを受診** **800ポイント**

**C 成人歯科健康診査を受診** **500ポイント**

上記の特定健診の受診者で次に該当する人はポイントを追加!

①国保加入後の初受診

②3年連続受診

いずれか  
1つに該当  
**500ポイント**

**D 特定保健指導の初回面接実施** **500ポイント**

※特定保健指導は対象者だけです。

**B がん検診(胃、肺、大腸、乳、子宮(頸)、前立腺)のいずれかを受診** **500ポイント**

※Aの国保人間ドック受診の人はBのポイントも付与します。

**E 自主的な健康づくりの目標と取り組み実施(自己申告)** **200ポイント**

## 3 1,000ポイント以上集めて抽選に応募する!

【応募方法】ポイントが集まったら、あぴぽチャレンジカードを令和3年1月29日まで(必着)に直接または郵送で保険年金課へ ※令和3年2月上旬に抽選を行い、当選者には当選はがきを送付します。

賞品	ポイント数	備考
A賞	2,000ポイント以上	抽選に外れてもB賞またはC賞の追加抽選あり
B賞	1,500以上2,000ポイント未満	抽選に外れてもC賞の追加抽選あり
C賞	1,000以上1,500ポイント未満	—

最大3回の  
抽選チャンス

**A賞**

30人程度

健康管理用  
スマートウォッチ



**B賞**

30人程度

血圧計



**C賞**

5,000人程度

市オリジナル健診  
結果収納ファイル



※賞品は、  
イメージです。

時 とき 所 ところ 内 内容 対 対象 費 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定 定員 持 持ち物  
申 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問 問い合わせ

費 費用・金額 ※記載のないものは「無料」 定 定員 持 持ち物  
申 申し込み ※記載のないものは「当日、直接会場へ」 問 問い合わせ

定 定員 持 持ち物