

# 始めてみませんか？ ゆふ健康マイレージ

10,000ポイントを貯めて応募すると  
応募者全員に**商品券2,000円分**がもらえます！



**- 配布場所 -**  
(シートをもらえるところ)  
健康増進課、挟間・  
湯布院地域振興課、  
健康センター



**- 活動期間 -**  
(ポイントを貯める期間)  
令和6年3月1日  
～令和7年2月末日



**- 応募期間 -**  
(応募ができる期間)  
令和6年10月7日  
～令和7年3月7日

## もっとくわしく！

～ポイントの貯め方～

- ① 対象事業への参加  
健康イベント等の対象事業に参加するとポイント券がもらえます。
- ② 健康づくり3か月チャレンジ  
自己目標を立てて、健康づくりに取り組むことでこつこつポイントゲット！
- ③ 健康診査・がんや歯の検診  
ポイント対象の健康診査・検診を受けたら受診日と受診場所を記入します。
- ④ 禁煙習慣  
[喫煙習慣がない] または  
[禁煙を宣言する] だけでポイントに！
- ⑤ おおいた歩得(あるとっく)チャレンジ  
スマートフォン向けアプリ「おおいた歩得(あるとっく)」をダウンロード。期間内の合計歩数に応じてポイントがつきます。

～チャレンジシートについて～

8ページ折りのA4サイズです。書き込みやすく、続けやすく、そして自己管理ができるシートになっています。



～注意事項～

- \*対象年度の4月1日に18歳以上かつ応募時に由布市に住所がある方が対象
- \*年度中にお一人につき1回のみ応募可
- \*特典は応募した月の翌月に送付

問い合わせ先  
由布市健康増進課 (097-582-1120)