

健康マイレージ とは

県と岩国市で協働し、県内の協力店のご協力のもと、定期的に検診を受け、生活習慣の改善に取り組む市民が増えることを目的に実施する、市民の健康づくりを応援する取り組みです。

チャレンジシートで、**35ポイント以上**ためると、**特典カード**と交換することができます。

特典カード

協力店で値引き等のサービスが受けられる山口県内共通の「特典カード」を交付します。
市内の各保健センターにチャレンジシートをご持参いただくと、その場でお渡しします。



山口県内共通の「特典カード」が利用できる協力店（岩国市内のみ掲載）

菓子乃季・錦果楼／お買い上げ金額から3%OFF
進物の大進岩国店／会員価格でお買い物
フレスタ室の木店／Bimiの青汁をプレゼント（1回のみ）
岩国市周東文化会館／岩国市周東勤労青少年ホームのフィットネス講座
又は、ゆる体操1回無料体験
カーブス／1週間無料体験（女性限定）
SSSスポーツプラザ岩国／入会金無料
フィットネスクラブオーシャン／施設無料体験（1回のみ）、入会金無料
スポーツクラブ アクトスWill-G 丸久錦見／施設利用優待券（1回のみ）進呈
くいしんぼう／食後のコーヒーをサービス
Making Body／パーソナル体験 30分を1回1,000円引き
そうづ狭温泉錦パレス／入浴料 通常料金より100円引き

特典カードは、県内の協力店で使えます。
詳細はやまぐちサポートステーションのホームページ
でご覧になれます。 →→→→→



〔提出先・問合せ先〕

岩国市保健センター	岩国市室の木町3丁目1-11	☎ 24-3751
岩国市由宇保健センター	岩国市由宇町中央1丁目10-11	☎ 63-3111
岩国市玖珂保健センター	岩国市玖珂町4933-2	☎ 82-2020
岩国市周東保健センター	岩国市周東町下久原1208-1	☎ 84-3580
岩国市美川保健センター	岩国市美川町四馬神1057	☎ 76-0220

チャレンジシート

健康づくりの取り組みを実践し、
35ポイント以上ためると、
特典カードと交換します。

令和7年6月1日～令和8年2月28日までの取り組みをご記入ください

必須

①特定健診やがん検診等の受診

各10ポイント

検診等の種類	受診月	検診等の種類	受診月
特定健診	月	胃がん検診	月
職場健診・社会保険等の健診	月	肺がん検診	月
人間ドック	月	大腸がん検診	月
若い世代のヘルスチェック	月	子宮がん検診	月
その他	月	乳がん検診	月
	月	歯科検診	月

①の合計

ポイント

②健康づくりに関する教室、イベント、地域行事への参加、ボランティア活動、趣味の活動など

各5ポイント

教室・講座等	活動日	教室・講座等	活動日
料理教室	/	自治会活動	/
特定保健指導	/	ボランティア活動	/
運動の講習会等	/	趣味の活動	/
スポーツジムの教室等	/	生涯学習講座	/
子育てに関する教室	/	その他	/
介護予防の活動	/		/

②の合計

ポイント

③+αが大切！元気で過ごすための目標設定と実践

目標設定1ポイント + 実践したら1日1ポイント

目標
私は _____ ます！

1ポイント

【目標の実践】実践した日にちを記録しましょう。

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

③の合計

ポイント

私の合計ポイントは、 _____ ポイントです。

チャレンジシートの提出先は、岩国市内の各保健センターです。