チャレンジ2 健診（がん検診）受診

学校や職場、個人で受けた下記の健診が対象です。下記以外にも受診された場合は空欄にご記入ください。人間ドックの場合は、受けた項目の全てにご記入ください。

2024年3月1日以降に受けたものが対象です！

受診項目	年月日	会場・場所	ポイント	受診項目	年月日	会場・場所	ポイント
健康診断（職場の定期健診や特定健康診査など） 学校の健診	/		50	胃がん検診	/		50
健康診断（職場の定期健診や特定健康診査など） 20～39歳	/		50	肺がん検診	/		50
健康診断（職場の定期健診や特定健康診査など） 40～74歳	/		50	大腸がん検診	/		50
健康診断（職場の定期健診や特定健康診査など） 75歳以上	/		50	乳がん検診	/		50
歯周疾患検診	/		50	子宮がん検診	/		50
骨粗鬆症検診	/		50				
肝炎ウイルス検診	/		50				
再検査・精密検査	/		50	チャレンジ2の合計		健康ポイント	
保健指導	/		50				

チャレンジ3 社会参加

表の枠数が上限です

例えば、県や市町、各種団体や組織などが行うイベントや講座、献血、地元の清掃活動、廃品回収、子ども会活動などが対象です。内容は問いません。

2024年4月1日以降に参加したものが対象よ！

名称	年月日	会場・場所	ポイント	名称	年月日	会場・場所	ポイント
	/		30		/		30
	/		30		/		30
	/		30		/		30
	/		30		/		30
	/		30		/		30
	/		30	チャレンジ3の合計		健康ポイント	
	/		30				

チャレンジ4 ボーナスポイント

右記の項目が達成できたら、ボーナスポイントが付与されます。

☑ ロコモティブシンドロームについて知っている。	100Pt
☑ 「マイチャレかがわ！」を誰かに紹介した。	100Pt
☑ 家族や職場で、健康づくりに関する話題を出した。	100Pt
チャレンジ4の合計	健康ポイント

健康ポイントが3,000ptたまったら

すぐに「マイチャレカード（ビギナー）」を申請し、「ごほうび抽選応募ハガキ」をゲットしよう！

カード発行窓口 か 郵送 で申請してください。

●申請ができるのは、2025年3月31日（月）までです。「ごほうび抽選」は2025年3月1日（土）まで。

チャレンジ ❶+❷+❸+❹の合計　健康ポイント

受付印

必要事項をご記入ください

氏名		性別		年齢	才
		生年月日	年	月	日
住所	〒 -	電話番号	（ ）	-	
保険区分 ※該当するものに○をつけてください。	1.国民健康保険・2.全国健康保険協会管掌健康保険（協会けんぽ）・3.組合管掌健康保険（組合健保）・4.公立学校共済組合香川支部・5.警察共済組合香川県支部・6.香川県市町村職員共済組合・7.地方職員共済組合香川県支部・8.医師国民健康保険組合・9.建設国民健康保険組合・10.後期高齢者医療制度・11.その他・12.わからない				

●本事業は市町との協働事業であり、ご記入いただいた個人情報は厳重に管理するとともに、当該事業に関すること及び市町が独自で行う抽選賞品などの特典を付与すること以外には使用しません。

継続用記録シートの申請方法

カード発行窓口で受け取るか、「マイチャレかがわ！」の公式ホームページより継続用記録シートをダウンロードし、印刷してご利用ください。
マイチャレカードのランクアップを目指して、引き続き健康ポイントをためよう。

かがわ健康ポイント事業

オリ助　ハマ美

あなたの努力で 健康 ポイントGET！

ビューティフル レタ子　おりぶー

令和6年度版がスタート！

香川県民のあなた限定

まいにち健康チャレンジ！ マイチャレかがわ！

記録シート版

実施期間：2024年4月1日（月）～2025年3月31日（月）
※「ごほうび抽選」の健康ポイント獲得期間は2025年3月1日（土）まで。

対象者：小学生以上の香川県民の方

アプリ版も！ダウンロードはこちら！　App Store　Google Play

詳しい情報は マイチャレかがわ 検索

まいにち健康チャレンジ！マイチャレかがわ！とは？

「マイチャレ（＝毎日続ける私の健康づくりの目標）」の意味。ウォーキングや朝ごはんを食べるなどの「マイチャレ（目標）」達成、健康診断の受診や社会参加に健康ポイントを付与します。一定の健康ポイントをためると、「マイチャレカード（特典カード）」がもらえ、これを提示するとサービス協力店で特典を受けられたり、賞品があたる抽選にも参加できます。
さぁ、あなたも理想のカラダとごほうびを目指して、**レッツ・マイチャレ！**

お問合せ

綾川町 AYAGAWA　えがお　TEL.087-876-2525　FAX.087-876-3362
いきいきセンター　TEL.087-878-2212　FAX.087-878-2215

香川県 かがわけん・かがわいけん

香川県健康福祉部健康福祉総務課　〒760-8570 香川県高松市番町四丁目1番10号
TEL.087-832-3273（8:30～17:00 平日のみ）FAX.087-806-0209

綾川町 AYAGAWA

綾川町民限定！

健康づくりでごほうび ゲット！

まいにち健康チャレンジ！

マイチャレかがわ！

マイチャレかがわ！のごほうびに加えて

あやがわ特別賞

綾川町特産品が当たる!?

第1回〆切 3名
2024年9月2日（月）
シャインマスカット 1箱

第2回〆切 4名
2024年12月2日（月）
さぬきひめ 1箱

第3回〆切 5名
2025年3月3日（月）
讃岐もち豚1kg

まずは、マイチャレかがわ!に参加しよう!
くわしくはページをめくってね!

●お問合せ●
えがお　☎087-876-2525
いきいきセンター　☎087-878-2212

めくる