

狛江いきいき介護ボランティアポイント
～感謝されるよろこびと、おいしい食べ物でまんぷくに、～

高齢者の生きがいづくりと支え合いの地域づくりを推進することを目的に、老人ホームなどの高齢者支援施設でボランティア活動をすると、ポイントがたまる事業を実施します。

1 事業概要

- ・ 65 歳以上の市民を対象として、老人ホーム等でボランティア活動を行った方にポイントを付与し、一定のポイントがたまった場合に景品を贈呈する。
- ・ 協力施設（ポイント対象となるボランティア活動ができる施設）は、市内特別養護老人ホーム・有料老人ホームの7施設。
- ・ 1回の活動につき1ポイントの付与とし、10ポイントたまった方には全員に景品を贈呈。20ポイント以上たまった方には抽選で50名の方に追加の景品を贈呈。
- ・ ポイントの付与は施設スタッフによる専用台紙へのスタンプ押印で行う。ポイントがたまった場合は、応募期間内に所定の場所へスタンプ台紙を提出する。

2 実施時期・スケジュール

ポイント付与期間：6月1日～11月30日

応募期間：12月2日～12月13日

3 景品

3,000円相当（送料込み）の以下の特産品のうち、希望するもの

- ① 狛江ブランド農産物（野菜・果物等）
- ② 新潟県川口地域の特産品（お米、漬物等）
- ③ 山梨県小菅村の特産品（みそ、こんにゃく等）

4 問い合わせ

狛江市 福祉保健部 高齢障がい課長 加藤

電話 03-3488-1111（内線2238）

狛江ちゃきちゃき健康ポイント

市民一人ひとりが目標を持つことにより健康づくりへの関心を高め、健康的な生活習慣の定着を推進することを目的とし、特定健診・がん検診等の受診や健康づくりの取組でポイントがたまる事業を実施します。

1 事業概要

- ・特定健診・がん検診等の受診や、運動・食事などの健康づくりの取組によりポイントを付与し、一定のポイントがたまったら抽選に応募できる。
- ・抽選でプレゼントが当たることで、健康関心層には取組の評価となり、健康無関心層には健康づくりの関心を高めるきっかけとして、健康づくりの推進を目指す。

2 対象

20 歳以上の市民

3 実施期間（ポイント付与と応募期間）

令和元年6月1日～令和2年1月31日

4 プレゼント内容

3,000 円分のクオカード 100 名様

はずれた方にも、もれなくメタボリックメジャーをプレゼント

5 抽選

令和2年2月（予定）

6 問い合わせ

狛江市 福祉保健部 健康推進課長 鈴木

電話 03-3488-1181

「ちゃきちゃき」とは：明るく楽しく健康になろうというイメージでネーミング♪

狛江 ちゃき ちゃき 健康ポイント

特定健診・がん検診等の受診や健康づくりの取組みでポイントがたまる！

コンビニなどで使える金券！

100名様に **3,000円分のクオカード** が当たる！

抽選にはずれた方にも、もれなく全員にメタボリックメジャープレゼント♪



対象者 狛江市在住の20歳以上の方

実施期間 令和元年 6月1日(土)～令和2年 1月31日(金)

応募方法 下の表を参考にして、事業に参加&項目に取り組み100ポイントためる

STEP1 裏面にあるポイント台紙へ

① **スタンプコーナー** は、各押印場所でスタンプを押してもらい、日付を自分で記入する。

② **自己申告コーナー** は、下の表の取組み番号と取り組んだ日付を自分で記入する。

★1枚の台紙で1口のみ応募です。100ポイント以上ためるときは次の台紙へ。お一人様何口でも応募可！

※ただし、プレゼントの当選はお一人様につき1回となります。(当選を保証するものではありません。)

※台紙は、狛江市役所、あいとびあセンターなどにあります。狛江市のホームページからダウンロードもできます。

STEP2 裏面にあるアンケートに答えて、必要事項を記入する ※記入漏れがある場合は、抽選に参加できません。

STEP3 100ポイント以上たまったら、期日までに投函する

① 応募ボックスに投函(令和2年1月31日17時まで)

★市役所(2階総合案内右側)

★あいとびあセンター健康推進課窓口 に設置

または

② 健康推進課へ郵送(令和2年1月31日 消印有効)

〒201-0013

狛江市元和泉2-35-1 あいとびあセンター内
健康推進課あて

プレゼント内容 **3,000円分のクオカード 100名様**

コンビニなどで使える金券！

抽選にはずれた方にも、もれなくメタボリックメジャープレゼント！

※令和2年2月抽選予定。抽選の結果発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。



ポイント一覧表 自己申告によるポイントは1日2ポイントまで

スタンプコーナー			自己申告コーナー		
スタンプ 押印場所	ポイントの対象となる事業	ポイント	取組み 番号	ポイントの対象となる項目	ポイント
※1 健康推進課	特定健診・健康診査や人間ドックなど	30	①	朝食をしっかり食べた	1
※2 健康推進課	胃・肺・大腸・子宮・乳がん検診	30	②	まず野菜から食べた、野菜を多く食べた	1
※3 健康推進課	成人歯科健診・歯周病検診(狛江市事業)	30	③	自分で取り組んでいる運動を実施	1
参 加 時	(狛江市国民健康保険ご加入中の40～74歳の方) 特定保健指導参加	30	④	通勤などで積極的に階段を利用した	1
参 加 時	介護ボランティア制度参加	30	⑤	節酒に取り組んでいる	1
※4 健康推進課	予防接種を受けた	10	⑥	たばこをやめた	1
会場にて	健康推進課が開催する食育・健康教室	10	⑦	歯磨きを1日2回以上している	1
健康増進室	健康推進課が開催する健康セミナー(新規)	10	⑧	仕事(家事なども含む)をした	1
			⑨	地域の活動に参加した	1
			⑩	狛江市のイベントに参加した	1

※1 狛江市の健診の場合は、受診券に同封されている台紙にすでにスタンプが押してあります。それ以外の方や別の台紙を使用するときは健診結果を持参し健康推進課窓口まで。

※2 あいとびあセンターで受ける場合は受付で。それ以外の方は検診結果を持参し健康推進課の窓口まで。

※3 健診・検診結果を健康推進課の窓口まで。

※4 予防接種の本人控え(済証など)を持参し健康推進課窓口まで。

問い合わせ先 狛江市健康推進課(あいとびあセンター内) 電話:03-3488-1181

感謝されるよろこびと、おいしい食べ物でまんぷくに、

狛江 いきいき 介護ボランティアポイント

3,000円相当

10ポイントで **全員に!** 市の特産品等をプレゼント

さらに! ポイントをためた方には、
抽選で追加のプレゼントが当たります!

老人ホームなどの高齢者支援施設でボランティア活動をすると、ポイントがたまります。
ポイントをためて、おいしい野菜やお米、そして生きがいと健康を手に入れましょう!

対象者 狛江市在住の65歳以上の方

実施期間 令和元年 6月1日(土)～11月30日(土)

応募方法

STEP1 裏面にある施設から、ボランティア活動を行う施設を決めて各施設に申し込む。

STEP2 施設でボランティア活動を行う。

STEP3 活動後に施設のスタッフからこのチラシ裏面の台紙にスタンプを押してもらう。

STEP4 10ポイント以上 たまったら、期間中にこのチラシを①または②の方法で応募する。

① 裏面の各施設・市役所に設置された
応募ボックスに投函

または
② 高齢障がい課へ持参または郵送
(応募期間末日消印有効)

(郵送先)〒201-8585 狛江市和泉本町1-1-5 狛江市役所 高齢者支援係あて

※台紙はお一人様につき1枚までとなります。

※抽選は一つの台紙内で最大4口まで応募可能です。ただし、追加プレゼントの当選はお一人様につき1回となります。
(当選を保証するものではありません。)

ポイントをためる 1回の活動につき1ポイント贈呈

ポイント交換する 10ポイントためた方に①～③のどれか一つをプレゼント
さらに10ポイント以上ためると抽選で50名の方に追加で①～③のどれかをプレゼント!

プレゼント内容

① 狛江産GAPブランド野菜



② 新潟県川口地域特産品
(お米と漬物など)



③ 山梨県小菅村特産品
(味噌やこんにゃくなど)



※写真の内容は一例です。実際の内容と異なる場合があります。

応募期間 令和元年 12月2日(月)～12月13日(金)

問い合わせ先 狛江市高齢障がい課 高齢者支援係 電話:03-3430-1251

ボランティア活動ができる高齢者支援施設

活 動 施 設	所 在 地	連 絡 先
特別養護老人ホームこまえ正吉苑	西野川 2-27-23	5438-0555
特別養護老人ホームこまえ正吉苑 二番館	西野川 4-8-8	5761-1040
特別養護老人ホームこまえ苑	岩戸南 4-17-17	3489-2404
グランダ狛江	和泉本町 3-1-17	5438-0720
グランダ狛江貳番館	和泉本町 1-4-2	5438-5861
グランダ喜多見	岩戸北 3-6-29	5761-0267
グランダ狛江参番館	西野川 2-23-21	5761-3561

※施設によって活動できるボランティア活動は異なりますので、事前にお問い合わせください。

ポイント台紙

1 Start!	2	3	4	5	6	7	8	9	10 特産品を一つ プレゼント!
日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20 1口応募!
日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30 2口応募!
日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40 3口応募!
日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50 4口応募!
日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /

応募欄

以下のプレゼントのうち、希望するもの ひとつ に「○」をつけてください。

20ポイント以上たまったら は、希望するもうひとつのプレゼントに「△」をつけてください。

複数口応募する場合でも、追加のプレゼントの当選は、お一人様につき1回となります。

※3000円相当とは、送料も含まれた金額です。

①狛江ブランド農産物 (詰め合わせ)	②新潟県川口地域特産品 (米・漬物などの詰め合わせ)	③山梨県小菅村特産品 (味噌・こんにゃくなどの詰め合わせ)

私は、市が景品の発送業務を行うにあたり、以下の個人情報を市が景品取扱業者に提供することに同意します。

(同意する場合) 氏名 _____

氏 名		電 話 番 号	
住 所	〒201-00	性 別	年 齢

ポイント台紙

100ポイント 以上たまったら応募!



【スタンプコーナー】スタンプを押してもらおう! 下に日付をご自分で記入してください。

特定健診 健康診査 人間ドックなど	胃がん検診	肺がん検診	大腸がん検診	子宮がん検診	乳がん検診	成人歯科健診 歯周病検診	(狛江市国保 40~74 歳の方) 特定保健指導
30P	30P	30P	30P	30P	30P	30P	30P
日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /
介護ボランティア 制度参加	健康推進課が 開催する 食育・健康教室	健康推進課が 開催する 食育・健康教室	健康推進課が 開催する 食育・健康教室	健康推進課が 開催する 食育・健康教室	健康推進課が 開催する 健康セミナー	予防接種	予防接種
30P	10P	10P	10P	10P	10P	10P	10P
日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /	日付 /

【自己申告コーナー】記入例のとおり、裏面のポイント一覧表の取組み番号と日付をご自分で記入してください。

自己申告によるポイントは 1日2ポイント までです。

例 ①6/3	例 ③6/3	例 ⑧6/5	例 ⑨6/9	1P	1P	1P	1P
1P	1P	1P	1P	1P	10	1P	1P
1P	1P	1P	1P	1P	1P	1P	20
1P	1P	1P	1P	1P	1P	1P	1P
1P	30	1P	1P	1P	1P	1P	1P
1P	1P	1P	40	1P	1P	1P	1P
1P	1P	1P	1P	1P	50	1P	1P
1P	1P	1P	1P	1P	1P	1P	60
1P	1P	1P	1P	1P	1P	1P	1P
1P	70	1P	1P	1P	1P	1P	1P
1P	1P	1P	80	1P	1P	1P	1P
1P	1P	1P	1P	1P	90	1P	1P
1P	1P	1P	1P	1P	1P	1P	100

【アンケート】※記入漏れのある場合は抽選に参加できませんのでご注意ください。

回答欄に該当する番号をご記入ください。

A.健康ポイント制度に参加した理由は何ですか? (1つのみ)

① 健康づくりのため ② すすめられたから ③ プレゼントが当たるかもしれないから

B.これまでやっていなかったが、この台紙をみて初めて取り組んだことはありますか? (複数可)

① 各種健診・検診 ② 特定保健指導(対象の方のみ) ③ 介護ボランティア制度参加
④ 予防接種 ⑤ 食育・健康教室 ⑥ 健康セミナー ⑦ 食事の取組み ⑧ 運動の取組み
⑨ 節酒 ⑩ 禁煙 ⑪ 歯磨き ⑫ 地域の活動 ⑬ 市のイベント ⑭ なにもない

C.健康に対する取組みについて教えてください? (1つのみ)

① 健康ポイントに参加する前から取り組んでいる ② 健康ポイントをきっかけに取り組もうと思った
③ 取り組もうと思わない

氏 名		電 話 番 号	
住 所	〒201-00	性 別	年 齢

回答欄

A

B

C