

健康と一緒に絆サポート券も手に入れよう！

令和6年度 かぞ健康マイレージ



最大2,000円分の
絆サポート券が
もらえる！



健康に関する取り組みをしたら
基本ポイント獲得！

4ポイント達成したら
1,000円分もらえる！



検査結果の改善・維持で
加算ポイント獲得！

3ポイント達成したら
1,000円分もらえる！

対象者 40歳以上の加須市民(年齢は令和7年3月31日現在)

応募期間 ≪前期≫ 令和6年10月1日(火)～ 10月31日(木)
≪後期≫ 令和7年 2月 3日(月)～ 3月 3日(月)※土日祝日を除きます。

応募方法 応募期間中に本人確認証、健康手帳、健診結果等の必要書類、スマートフォン等をご持参のうえ、応募窓口にご申請してください。

※応募は前期、後期のどちらか1回、加算ポイントは基本ポイントと同時申請になります。

応募窓口 いきいき健康医療課(加須保健センター内)、本庁舎国保年金課、各総合支所福祉健康担当

※健診(検診)結果が届かずに応募できなかった令和5年度分については、≪前期≫応募期間で応募できます。
応募窓口は、いきいき健康医療課のみです。

かぞ健康マイレージは令和6年度をもちまして終了します。
今後は、リニューアルした埼玉県のコバトンALK00マイレージ(アプリ)にご参加ください。
「ALK00」は、毎日楽しく歩くことで健康づくりを応援するアプリです。



歩数に応じて
ポイントが貯まり
抽選で景品が当たる！



「コバトンALK00マイレージ」のダウンロード



ダウンロードはこちらから▶



◀アプリ詳細はコチラ▶



かぞ マイレージ 🔍

問合せ いきいき健康医療課(加須保健センター内)
☎0480-62-1311

かぞ健康マイレージ
ポイントの詳細は
裏面へ➡

かぞ健康マイレージ ポイント詳細

基本ポイント ～健康に関する取り組みをしよう！続けよう！～

必須2項目(健康診査、がん検診)を含む4項目以上クリアの方に、「絆サポート券」1,000円分 プレゼント！

- 健康診査を受診 ※必須
(国保健診、後期高齢者健診、人間ドック等の健康診査)
- がん検診を受診 ※必須
(肺がん検診、胃がん検診、大腸がん検診、子宮頸がん検診、乳がん検診)
- 高血圧治療の食塩摂取の目標量を知っている
「高血圧治療の減塩目標は1日__g未満」の下線部分を申請時に回答し、正解できる
- 歩数、血圧、体重のいずれかを記録(アプリまたは用紙)
※アプリは、アプリホーム画面を提示
※歩数の記録は、月20日以上、3か月以上継続して記録したものを提示
※血圧の記録は、1日1回以上の血圧測定値を、月20日以上、3か月以上継続して記録したものを提示
※体重の記録は、1日1回以上の体重測定値を、月20日以上、3か月以上継続して記録したものを提示



-  「コバトンALKOOマイレージ」に参加
※アプリホーム画面を提示

アプリダウンロードは
表面を参照！



加算ポイント ～検査結果の改善に取り組もう！続けよう！～

さらに、基本ポイントをクリアした方が
令和6年度の健診結果で、以下の項目のうち、
3項目以上クリアで「絆サポート券」1,000円分 プレゼント！



- 血圧が基準値内(収縮期血圧140mmHg未満かつ拡張期血圧90mmHg未満)
- 中性脂肪値が基準値内(150mg/dℓ未満)
- HbA1c値が基準値内(5.6%未満)
- BMI値が基準値内(25未満)

※内服治療し、基準値内に保たれている方も該当になります。

※ポイントは、令和6年4月1日以降のものを対象とします。

※後期応募期間までに健診(検診)結果が届かずに応募できなかった場合、令和7年度に応募期間を設けます。