

令和7年度 コーちゃん健康マイレージ

チャレンジ
期間

令和7年5月1日(8時30分)～令和8年2月2日(15時)

問合せ先

健康増進課

☎ 053-576-1114

A
コース 炭焼きレストラン さわやか
商品券5,000円分



30本

B
コース 浜名湖パークビレッジ
共通利用券5,000円分



20本

C
コース いちご狩り入園券(ペア)
大倉戸観光農園



20本

D
コース 伸東ヒラメ旨味シリーズ
詰め合わせ5,000円分



20本

E
コース ポカリスエット パウダー
1L用 5袋入り
【協賛企業名】大塚製薬株式会社



20本

F
コース 健康支援商品詰め合わせ
【協賛企業名】株式会社杏林堂薬局



10本

G
コース 活命茶(500ml×24本入り)
【協賛企業名】中北薬品株式会社



5本

H
コース 入浴剤(5包入)
【協賛企業名】明治安田
明治安田生命保険相互会社



40本

希望者には「ふじのくに健康いきいきカード」もプレゼント♪



各店舗のご厚意により、
サービス(特典)が受けられます。
店舗一覧はこちら ▶▶▶



I
コース QUOカード
1,000円分



55本
以上

※景品の抽選結果は、当選者のみに通知します。

〈 切り取り線 〉

令和7年度 コーちゃん健康マイレージ ポイントカード

ポイントの貯め方

① 健康づくりのための目標を記入しよう

※目標がない場合は応募の対象になりません。

② 目標を実施できたら、日付を記入しよう

- ・自己ポイントは1日1ポイントまで
- ・指定事業(2ポイント事業)に参加したら、マイレージスタンプを押して日付を記入しよう

※自己ポイントと2ポイント事業は同じ日に
両方はためられないので注意しましょう

ふりがな
氏 名

生年月日

年

月

日

☐小学生 ☐中学生 ☐高校生 ☐18～39歳 ☐40～64歳 ☐65歳以上

住 所

☐湖西市民 ☐市内通学 ☐在勤(勤務先)

電話番号

希望するコース 【 】 コース

※希望するコースの記入がなかった場合は、Iコース(QUOカード)とさせていただきます。

小中学生対象 がんのひみつ ☐希望する

ふじのくに健康いきいきカード ☐希望する(1人1年1枚)

※記載いただいた個人情報は、当事業以外に使用しません。

さあはじめよう！ コーちゃん 健康マイレージ



ポイント
カード(紙)

市内15施設に設置してあるポイントカードを利用する。

立てた目標をカードに記入する。

1日1回、いずれかの方法でポイントを貯める。

- 自己ポイント(目標の実施)…1ポイント
- 指定事業への参加……………2ポイント

必要事項を必ず記入して応募箱へ投函する。

LINE
ショップカード

公式 LINE 友だち登録は
こちらから⇒



※トーク画面下の「暮らし」メニューから「健康マイレージボタン」をタップ！

立てた目標を忘れないように控えておく。

※応募時に入力が必要です。

ポイント獲得条件は、ポイントカード(紙)と同じ。

※指定事業に参加した場合、二次元コードの読み取りで2ポイントGET

満点になったショップカード画像をスクリーンショットで保存し、応募フォームに必要事項を入力する。



目標の記入例

☐ 運動

- ・ウォーキング〇〇分
- ・腹筋△回

☐ 栄養

- ・野菜を毎食食べる
- ・休肝日をつくる
- ・間食を控える

☐ 社会活動

- ・ボランティアをする

指定事業について紹介

指定事業とは？……市が指定する2ポイントもらえる健康づくりに関する教室やイベントのことです。

- 各種教室や相談、出前講座など(健康増進課、高齢者福祉課)
- 生涯学習講座、健康ウォーキングなど(スポーツ・生涯学習課)
- 献血(湖西市内の会場に限る)

他にも色々な教室やイベントがあるよ!!



コーちゃん
健康マイレージ
Webサイト

ポイントカード・応募箱設置施設

- ・健康福祉センター(おぼと)
- ・勤労者体育センター
- ・西部地域センター
- ・はつらつセンター
- ・新居地域センター
- ・新居体育館
- ・市役所
- ・南部構造改善センター
- ・北部多目的センター
- ・アメニティプラザ
- ・ふれあい交流館
- ・老人福祉センター
- ・市内杏林堂薬局3店舗

共通事項

毎月10日頃……ポイントカードの回収
毎月月末……ふじのくに健康いきいきカードの発送(希望者1人1回)
チャレンジ期間終了後……2月5日までに応募しましょう。
2月6日以降の応募分は、受け付けすることができないので注意してください。
応募フォームへの入力は2月5日24時までです。

ポイントカード(紙)とLINEショップカードを同時期にポイントを貯めて応募することはできません。

〈切り取り線〉

健康づくりの目標を立てよう！

目標

- ☐ 運動 ☐ 栄養 ☐ 社会活動

アンケートにご協力ください

※回答の内容が抽選に影響することはありません

当てはまるもの1つにチェック☑を入れてください。

1)健康マイレージに参加後、健康状態はどうになりましたか？

- ☐ 参加前と比較して良くなった
- ☐ 健康状態が維持できている
- ☐ 参加前と比較して悪くなった

2)マイレージに関するご意見・ご感想

()

当選者への景品発送は、3月上旬～下旬の予定です。

日付を忘れずに記入しよう

1	2	3	4	5
月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
6	7	8	9	10
月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
11	12	13	14	15
月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
16	17	18	19	20
月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
21	22	23	24	25
月 日	月 日	月 日	月 日	月 日

表面の必要事項を記入してから応募箱に投函してください。

チャレンジ期間：令和7年5月1日～令和8年2月2日

応募の締め切り：令和8年2月5日