



「きくよう健康倶楽部」とは

健康に関する活動を行い
健康ポイントを貯めて
商品券などと交換できる
健康促進事業です

《健康ポイント》

～ウォーキングの場合～

1日あたり5,000歩から
ポイントが付与されます

5,000歩……10ポイント

6,000歩……11ポイント

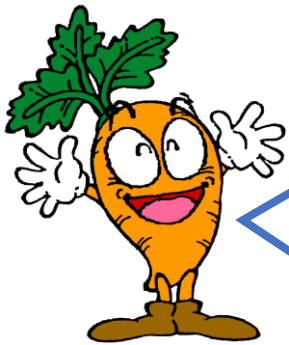
7,000歩……12ポイント

↓

10,000歩以上…15ポイント

1日あたり

15ポイントが上限です



歩いて健康になった上に
商品券までもらえるなんて
ラッキー☆☆

問合せ先

NPO法人クラブきくよう

☎ 096-273-8488

委託元

菊陽町健康・保険課

☎ 096-232-4912

きくよう健康倶楽部



たくさん歩いて

楽しく運動して♪”

健康寿命を延ばしましょう



令和6年度から、活動量計に加え、
スマホアプリの利用も可能と
なりました！

(利用は、「活動量計」と「スマホアプリ」
のどちらか一方を選択していただきます。)

《対象者》

菊陽町在住、
または菊陽町に勤務する
20歳以上の方

《申込場所》

- ① 町民体育館内クラブきくよう事務局
(中央公民館の横となります)
- ② 光の森町民センター内
施設予約カウンター
- ③ 菊陽町総合交流ターミナル
さんふれあ内
にんじむカウンター

活動量計・スマホアプリを使って歩いた分は
自分へのご褒美として返ってきます



□ポイントがもらえる活動

ポイント名	ポイント付与条件	ポイント付与数
ウォーキングポイント	1日当たり5,000歩あるいたとき ※1,000歩増えるごとに1ポイント加算されます 1日あたり15pが上限です	10~15P/日
計測ポイント	町が指定する専用の体組成計で測定したとき	5P/月
健診(検診)受診ポイント	健診(検診)の結果表を提示	200P/年
献血ポイント	会員自身が献血した日付がわかるものを提示	50P/回

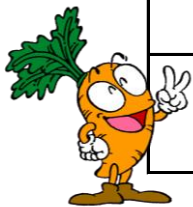
◆その他、指定の健康教室に参加した場合などにもポイントがつきます

□ポイント交換商品

ポイント交換は500P単位で可能です



ポイント数	交換商品など
500Pで交換	① さんふれあ利用券 500円分 ② ゆめタウン商品券 500円分
3,000Pで交換	③ クオカード 3,000円分



□参加費用等

- ▷活動量計の購入費用・・・4,300円
活動量計は申請窓口から購入してください
破損・紛失した場合は購入費が発生します
- ▷スマホアプリ利用の場合は無料
スマホの機種によっては対応できない場合があります

□注意事項

- ▷会員登録された方は、定期的な歩数データの送信を行っていただきます
- ▷ポイント交換は年度末までに済ませてください
ポイントは翌年度に繰り越しできません
- ▷スマホアプリ利用の際の通信費は本人負担となります