



今年度から「はがまる健幸ポイント事業」に代わり「はがまる健幸チャレンジ」として、より取り組みやすい仕組みへとリニューアルしました。

☎健康福祉課健康係 ☎028(677)6042

はがまる健幸チャレンジとは？

町では、さまざまな健康に関わる取り組みを行っています。町民の皆さんの健康のため、それらに参加するきっかけとなるよう行っているのが「はがまる健幸チャレンジ」です。参加するともらえる素敵な特典をご用意しています。皆さん、「はがまる健幸チャレンジ」に参加してみましょう！

対象 19歳以上(令和7年3月末年齢)の町民

- 参加方法**
- 1 台紙を手に入れましょう
台紙は、役場健康福祉課、生涯学習センター、町民会館、水橋分館、総合情報館、武道館に置いてあります。また、対象事業への参加時にももらえます。
 - 2 チャレンジ項目に挑戦し、台紙にチェックをもらいましょう
受付時などに、台紙をスタッフに提示しましょう。
 - 3 2つ以上のチャレンジを達成すると、ひばりポイント500ポイントがもらえます
チャレンジ達成後、町に申請するとひばりポイント500円分をプレゼントします。さらに、令和7年3月にはチャレンジの達成数に応じて抽選会に参加できます。

はがまる健幸ポイントからのリニューアル点

変更点 5つのチャレンジの中から2つを達成すると特典がもらえるようになりました。対象事業も拡大しました。

変更点 抽選会を年度末の健康イベント時に実施します。健康に関する賞品を取り揃えました。

5つのチャレンジとは？

「健診・保健指導」「健康づくり事業」「スポーツ教室」「各種測定」「栃木県とちまるポイント事業」の5つの分野のことです。それぞれの分野に属する健康事業に参加することで、チャレンジが達成となります。



- 例**
- チャレンジ1「健診・保健指導」
町の総合検診、職場の健康診断、がん検診 など
 - チャレンジ2「健康づくり事業」
筋トレ教室、健康チェック(測定会)、がんばる脳～など
 - チャレンジ3「スポーツ教室」
スポーツレクリエーション大会、グラウンドゴルフ大会 など
 - チャレンジ4「各種測定」
歩数測定、体重測定、体脂肪率測定
 - チャレンジ5「栃木県とちまるポイント事業」
FUNWALKアプリ利用、県健康イベント事業

健康づくり 特別重点期間



町国民健康保険・後期高齢者医療の被保険者の皆さん

人間ドック・脳ドックの助成が受けられます



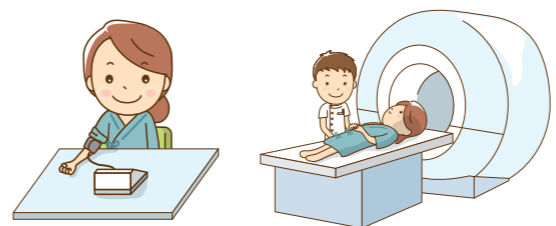
皆さんは、人間ドックや脳ドックを受けたことはありますか。一般的な健康診断よりも、精密な検査を受けることができます。人間ドック・脳ドックの受診で、病気の早期発見・早期治療につなげましょう。

今回は、町国民健康保険、後期高齢者医療の被保険者の皆さんの人間ドック・脳ドックの助成について紹介します。

☎健康福祉課健康係 ☎028(677)6042

- 助成額** 20,000円
- 受付期間** 5月7日(火)～令和7年1月31日(金)
- 受診期間** 5月20日(月)～令和7年2月28日(金)
- 対象者** 次のいずれかに該当する人

- ①町国民健康保険の被保険者で35～74歳の人
 - ②後期高齢者医療の被保険者
- ※町内在住で、世帯員に町税などの滞納および所得未申告がないこと、令和6年度内に町が実施する他の検診などにおいて同種類の検診項目を受診していないことが条件です。



受診方法

- 1 検診機関と受診日を決める
●ご自身で検診機関に予約する
- 2 役場健康福祉課窓口申請
●持ち物：印鑑・保険証
●予約日の**20日前までに申請**
- 3 受診票を持って検診機関へ
●町から郵送された受診票を持って受診
●助成額を差し引いた金額を支払う

検診機関	検診内容 / 検診費用(円)(税込)	予約先電話番号
芳賀赤十字病院	人間ドック 49,500 脳ドック 26,400	☎0285(82)2195
真岡病院	人間ドック 42,840 脳ドック 34,600	☎0285(84)6311
宇都宮記念病院 総合健診センター	人間ドック 44,000 脳ドック 46,200	☎0570-077831
宇都宮セントラルクリニック	人間ドック 42,350 脳ドック 44,550	☎028(657)7302
宇都宮東病院 健診センター	人間ドック 44,000 脳ドック 39,600	☎028(683)5771
済生会宇都宮病院 健診センター	人間ドック 男:46,200 女:49,500 脳ドック 55,000	☎028(626)5565
栃木県保健衛生事業団	人間ドック 43,670	☎028(623)8282
うつのみや病院	人間ドック 42,900	☎028(688)5522
ミヤ健康クリニック	人間ドック 男:44,000 女:47,300	☎028(667)8181
自治医科大学 健診センター	人間ドック 55,220	☎0285(44)2100
藤井脳神経外科病院	脳ドック 45,100	☎028(673)6211

社会保険など他の健康保険に加入している人も、健康保険組合などの助成がある場合があります。職場や健康保険組合などに確認してみましょう！

