

# 青春マイレージ

問い合わせ／健康政策課（フィランセ内）  
☎64-9023 ☎64-7172

皆さんは日々、「健康」のための行動をしていますか？

日々の運動を続けることで、いつまでも若く元気に「青春」を楽しみましょう！

健康によい行動をしながら、さまざまな特典がもらえる「ふじさん青春マイレージ」を紹介します。

## ふじさん青春マイレージとは？

市民一人一人の健康づくりや疾病予防のための生活習慣の改善を応援し、積極的な社会参加を促すことで、青春度（健康度）を向上し、日々いきいきと生活する人がふえていくことを目的に実施しています。

運動や食事など日々の健康づくりのための行動や健診の受診、地域行事等の社会活動への参加などでポイントを積み重ね、規定のポイントに達すると特典が得られます。

## 全員もらえる！ポイントをためよう！

50ポイントたまると、「ふじのくに健康いきいきカード」が、もれなく全員もらえます。

ふじのくに健康いきいきカードを県内の協賛店舗で提示すると、ソフトドリンク1杯サービス、飲食代5%オフなどお得なサービスを受けることができます。9月末現在、市内では53店舗が協賛店舗となっています。



## まだ間に合う！

2回目の締め切りは2月17日

抽せんで計95人に「季節の野菜果物詰め合わせ」「フリーズドライセット（防災備蓄可能品）」「お手軽お茶セット（ティーパックと粉茶）」「富士山にんじ

んジュース」のいずれかが当たります。さらに、抽せんにもれた人にも、Wチャンス賞として、AGF コーヒーギフトセット、プラネタリウム「わいわい劇場」鑑賞券が抽せんで当たります。

## 自分に合った方法でチャレンジできます

### その1 シートで参加する

①行動目標を2つ決める

「毎朝同じ時間に起きる」など、自分ができるようなチャレンジで

OK！なお、

1つは体を動かすものにしてください。



②行動目標を実行したらシートに記入

さらに、サービスポイント（青春度指数）チェック・健診受診・地域行事等の社会活動参加などで5ポイントずつたまります。

## 私たちも参加しています！

我が社では、「健康長寿社会」の実現を目指し「Japan Vitality Project」バイタリティ プロジェクトを核とする「お客さま」「社会」「職員・会社」が共有できる「新たな価値づくり」に取り組んでいます。そのためにも、ことしから「ふじさん青春マイレージ」に参加しています。目標も自分で設定でき、無理なく健康活動ができるのでお勧めです。多くの市民の皆さんに参加していただき、社員も一緒に健康増進に取り組むことで、地域活性に貢献したいです。



住友生命保険相互会社富士分館の皆さん

③50ポイントたまったらシートを提出  
※シートは、健康政策課・保健医療課、各地区まちづくりセンターで配布し、提出も受け付けています。

その2 ウェブサイトから参加する  
専用ウェブサイトへアクセス

HP <https://fujisan-seisyun.com/mlweb/kenko>  
※下記二次元コードも利用できます。



## ふじのくに健康いきいきカード 協力店を募集！

50ポイントをためた人への景品として送られる「ふじのくに健康いきいきカード」の協力店を募集しています。市民の健康づくりに協力してみませんか。

サービスについては、ご協力いただける範囲の内容でお願いしています。市は、希望する協力店に、ポスター作成・掲示などの支援をしています。詳しくは健康政策課へ。