

令和8年度 健幸ポイントこうしゅう参加申込書

(宛先) 甲 州 市 長 様

健幸ポイントこうしゅう事業に、参加を申し込みます。

【甲州市民の方】

スタンプカード No.()

申込日	令和 年 月 日	貸し出し歩数計 No.	
氏 名			
住 所	〒 甲州市		
年 齢	() 歳	性 別	男 ・ 女
電話番号			
保険の種類	☐ 甲州市国民健康保険 ☐ 上記以外		

【市内在勤・在学の方】

スタンプカード No.()

申込日	令和 年 月 日	貸し出し歩数計 No.	
氏 名			
年 齢	() 歳	性 別	男 ・ 女
電話番号			
事業所・ 学校名			
事業所・ 学校住所	〒 甲州市		

◎申込書は1人1枚記入してください。

市記入欄

一括申し込みの場合：スタンプカード No()～() 代表者に○ ()

申込方法： 窓口 ・ 電話 ・ FAX ・ メール

受付場所： 健康増進・介護支援・勝沼 ・ 大和 ・ 公民館 ・ 総合健診 ・ その他()

令和8年度 健幸ポイントこうしゅう 申し込み時アンケート

アンケートにご協力ください。 スタンプカード No.()

※よりよい事業を実施していくため、アンケートにご協力ください。ご回答いただいた内容は、集団として統計処理された結果のみ公表いたします。

※郵送でのご回答は申込みから2週間以内に投函していただけますようお願い申し上げます。

以下の項目について、あてはまる番号に○をつけてください。

1 健幸ポイントこうしゅう事業を何で知りましたか（○はいくつでも）

- | | | |
|-----------------------|-------------------|-------------|
| 1. 友人・知人 | 2. 家族 | 3. 職場 |
| 4. 組織・団体 | 5. 広報・ホームページ・LINE | 6. 事業のポスター |
| 7. 回覧ちらし | 8. たまたまお店で知った | 9. テレビや新聞報道 |
| 10. ウォーキングに参加して知った | | |
| 11. 総合健診・結果説明会会場にて知った | | |

2 参加の目的は何でしたか（○はいくつでも）

- | | |
|---------------------------------|-----------------|
| 1. 特典がほしい | 2. 生活習慣病を予防するため |
| 3. 体力づくり | 4. ストレス発散 |
| 5. 体重をコントロールするため | 6. 動くきっかけづくりのため |
| 7. 知人に誘われたため | 8. 職場で参加するため |
| 9. おもしろそうだった | 10. なんとなく |
| 11. その他（ ） | |

3 あなたの現在の健康状態はいかがですか。（○はひとつ）

- | | | |
|------------|---------|-------|
| 1. 良い | 2. まあ良い | 3. 普通 |
| 4. あまり良くない | 5. 良くない | |

4 あなたは日ごろ健康の維持増進のために、何か心がけていることがありますか。（○はいくつでも）

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. 食生活に気をつけている | 2. 睡眠や休養をよくとる |
| 3. 運動やスポーツをする | 4. 散歩や軽い運動をする |
| 5. 日常生活の中で、できるだけ身体活動の機会を増やす（車を利用せず歩くなど） | |
| 6. できるだけ外出して（畑や買物など）人と交流する | |
| 7. 規則正しい生活をする | 8. アルコールやたばこなどを控える |
| 9. 健康に関する情報を得る（テレビ、雑誌、講演会など） | |
| 10. 特に心がけていることはない | 11. その他(具体的に：) |

※裏面に続きます

1. 家族
2. 友人・知人
3. 職場の同僚
4. テレビ・ラジオ
5. スーパーマーケットや商店
6. 広報、CATV
7. 新聞・雑誌（有料）
8. インターネット
9. SNS（フェイスブック、ツイッターなど）
10. 医師、看護師、保健師、栄養士、薬剤師などの専門職
11. 健康情報に、それほど興味はない
12. その他（具体的に：_____）

1. している 2. していない

1. ほぼ毎日 2. 週に4~5日 3. 週に2~3日
4. ほとんどない

() 歲

1. 1回目 2. 2回目 3. 3回目以上

～ 質問は以上です。ご協力ありがとうございました。～