

令和6年度 大館市
健康ポイント対象事業一覧

70ポイント

人間ドック

60ポイント

★【40歳限定】始める市の健診（検診）
今年度40歳(S59.4.2～S60.4.1生まれ)になる
かたで、市の健診（検診）を1つでも受診
すると付与

30ポイント

特定健康診査
後期高齢者の健康診査
職場の健康診査
大腸がん検診

20ポイント

肺がん検診または胸部X線撮影
胃がん検診

10ポイント

●検診

子宮がん検診
乳がん検診
肝炎ウイルス検診
前立腺がん検診
脳ドック
後期高齢者歯科健康診査
歯周疾患検診
健診(検診)の継続受診
↳令和5年度と令和6年度ともに健診
(検診)を受けると付与。商品券との交
換申請時に、令和5年度の健診(検診)
結果票を1つお持ちください。

●指導

特定保健指導

10ポイント

●講座

エンジョイ！エクササイズ講座
専門家に学ぶ健康講座
健康★粋いき人財育成講座（基礎講座、
フォロー研修）
第3次健康おおだて21市民公開講座
チャレンジTHE減塩講座
食の市民講座
こころの健康づくり講演会
出前講座（健康課・保険課）
医療を考える集い※2

●イベント

山田記念ロードレース大会※1
ウォーキングデー大館大会※1
体力テスト※1
スポレク祭※1
さつきラン&ウォーク※1
オクトーバーラン&ウォーク※1
定例ポッチャ交流会「はちくんチャレンジ」※1
SUPヨガ教室※1
フレイルチェック測定会※3
竜ヶ森山開き登山※4
※1：スポーツ振興課主催
※2：医師会主催 ※3：保険課主催
※4：比内総合支所主催

●健康目標

★健康目標成果あり
健康目標を決めて実践し、成果を振り返り、
成果がみられた場合に付与



対象事業は
このマークが目印