

## 令和8年度 健康ポイント対象表【上天草市】

## ●ミッションポイント情報一覧

開催日	ミッション名 (20ポイント/回)	ミッション周期	場所	ポイント付与条件
通年	健康づくりに関する出前講座	1日1回	各会場	出前講座参加
通年	大矢野総合体育館を利用しよう!	週1回 (月曜日セット)	大矢野総合体育館	トレーニング室利用
通年	ミオカミーノ天草を利用しよう!	週1回 (月曜日セット)	ミオカミーノ天草	ボルダリングまたはレンタサイクル利用
通年	スパ・タラソ天草で元気海プールを利用しよう!	週1回 (月曜日セット)	スパ・タラソ天草	プール利用

## ●検診等ポイント一覧

開催日	ミッション (40ポイント/回)	場所	備考
通年	健康診断	各医療機関	特定健康診査・人間ドック・職場健診・後期高齢者健康診査
通年	肺がん検診	各医療機関	
通年	胃がん検診	各医療機関	
通年	大腸がん検診	各医療機関	
通年	乳がん検診	各医療機関	
通年	子宮頸がん検診	各医療機関	
通年	歯科健診	各歯科医療機関	定期(節目含む)歯科健診・後期高齢者歯科口腔健診・妊婦歯科健診
通年	献血	献血車・献血ルーム	400ml献血・200ml献血・成分献血
通年	禁煙外来受診	各医療機関	