

●講習会、講座受講 (元気わくわく健康教室、メンタルヘルスサポーター養成講座、心リラックス講座、食改養成講座、食改伝達講習会 等) **各2ポイント**

| | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|
| 2 | 4 | 6 | 8 | 10 | 12 |
| 14 | 16 | 18 | 20 | 22 | 24 |
| 26 | 28 | 30 | 32 | 34 | 36 |

●地域で講習会を開催した(主催者ポイント) **各5ポイント**

| | | | | | |
|---|----|----|----|----|----|
| 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 |
|---|----|----|----|----|----|

●講演会受講 (医療講座、心といのちの講演会、健康づくり講演会 等) **各5ポイント**

| | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|
| 5 | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 |
| 35 | 40 | 45 | 50 | 55 | 60 |

| ポイント確認① 確認日 | ポイント確認② 確認日 | ポイント確認③ 確認日 | ポイント確認④ 確認日 | ポイント確認⑤ 確認日 | ポイント確認⑥ 確認日 |
|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| | | | | | |
| ポイント | ポイント | ポイント | ポイント | ポイント | ポイント |
| | | | | | |

| | | | | | |
|----------|-----|-----------|-----------|-----|-----------|
| 50ポイント達成 | | 特典 受領印 | 100ポイント達成 | | 特典 受領印 |
| ポイント | 確認印 | | ポイント | 確認印 | |

令和2年度美郷町健康ポイントカード  **50,100**
ポイント貯めて
特典をGET
しよう!

住所

氏名

●運動教室受講 (ぐっと楽運動教室、健康増進ウォーキング教室) **各1ポイント**

| | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 |
| 37 | 38 | 39 | 40 | 41 | 42 |
| 43 | 44 | 45 | 46 | 47 | 48 |
| 49 | 50 | 51 | 52 | 53 | 54 |
| 55 | 56 | 57 | 58 | 59 | 60 |