

令和5年度

# 健康とわたしポイントラリー

# 健康と

# 地場産品を

# ゲットしよう！



青森県健やか力  
向上推進キャラクター  
「マモルさん」

## 60ポイントごとに何口でも応募ができます！

**特賞** 明治安田生命 より  
ヴァンラーレ八戸 サイン入り サッカーボール  抽選で **1名**  
VANRAURE Hachinohe Football Club Since 2006

ポイント上位の方には **高得点特別賞** 包括連携協定企業  
明治安田生命 または **プレゼント!**  
ATV 青森テレビ  より

**A賞**  
とわだ短角牛 切り落とし 

**B賞**  
十和田 ガーリックポーク 詰合せ(味付き肉) 

**C賞**  
十和田産 野菜の加工品 セット 

**D賞**  
奥入瀬 のむヨーグルト 

**E賞**  
十和田産米 まっしぐら 

**F賞**  
駒ちゃん 商品券 4,000円分 

※実際の賞品と異なることがあります

### ポイントを貯める方法

**必須**

- 健康目標の記入 (10P)
- 目標の達成 (1日1P最大60P)

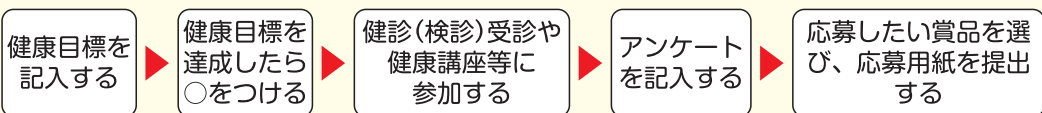
**必須**

- 健診(検診)受診 (各20P)
- 市が実施する健康講座等 (各10P)

- アンケートの記入 (10P)

マイナンバーカードの提示で **もう1口応募** ができます！

### ポイントラリーの流れ



**応募締切：令和6年2月29日(木)**  
応募用紙は十和田市保健センター、市役所国民健康保険課で配布しています。

お問合せ先：十和田市保健センター ☎ 51-6790・51-6791