

令和6年9月よりスタート

ポイントを貯めながら

楽しく健康&体力づくり!

# つるおか 健康 ポイント

貯まった  
ポイントで  
抽選にエントリー

記念品が当たる!

## 参加方法



鶴岡市 LINE 公式アカウント

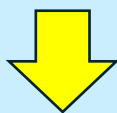
**Step1** 左の QR コードより  
鶴岡市 LINE 公式  
アカウントを友だち登録

すでに友だち登録している方は step2 へ

便利な LINE 参加が  
おすすめ♪



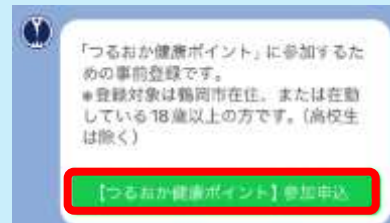
LINE 参加だけの  
特典あります!



**Step2** 右の QR コードより  
事前登録をする



こちらから:



この画面に移動しますので、画面に従って進めてください。最後に「登録いただきありがとうございます」というメッセージが出ると登録完了です。

ポイントの  
貯め方



**Step3** 運動や健康に関連する事業やイベントに参加し、  
QR コードを読み込むことでポイントがもらえます。  
目標ポイントを達成すると、抽選にエントリーできます。

※対象事業、ポイント獲得方法、抽選への応募方法等、詳しくは裏面または市ホームページでご確認ください。

☑抽選で当たる!

JCB 商品券 1,000 円分・つるおか特産品(3000 円相当)・血圧計・市内温泉施設入浴券・冷却タオル  
たすき型夜行反射材 など

詳細は鶴岡市  
ホームページへ



LINE を使用しない方は、裏面をご覧ください。

# つるおか健康ポイントについて

詳細は鶴岡市  
ホームページへ



**対象者** 鶴岡市在住または在勤の18歳以上の方（高校生は除く）

**ポイント付与期間** 令和6年9月1日（日）～令和7年2月28日（金）

**ポイント付与となる事業**

- ◇運動：てくてく健康「里山あるき」他、スポーツ課が実施するイベント等
- ◇健康：健（検）診や人間ドック受診、健康課が実施するイベントや講演会等

	LINE	ポイントカード（紙）
参加方法	事前登録（表面をご覧ください）	スポーツ課または健康課の窓口で参加申込書に記入し、提出後、ポイントカードをお渡しします。
目標ポイント	<b>6ポイント ★LINEでの参加がおすすめ！</b>	8ポイント
ポイント獲得方法	会場でQRコードを読み込みまたは会場で配布されたチラシに記載のQRコードを読み込み	会場でポイントカードにシールを貼付します。
達成後の報告	6ポイントに達した時点で自動的に抽選エントリー <b>★手間がなく便利です！</b>	8ポイントに達したポイントカードをスポーツ課または健康課の窓口 <b>に令和7年3月7日（金）まで</b> 提出 ※提出されなかった場合、ポイントに達していても抽選対象外となります。
抽選	令和7年3月中旬頃 ポイントを達成し、報告された方（LINEは自動エントリー）を対象に抽選を行い、当選者に個別に連絡しますので、3月31日（月）まで記念品の受け取りをお願いします。	

※ポイント付与となる事業は、変更または追加になる場合があります。

※「つるおか健康ポイント」は、R6年度は試行的に実施いたします。実施期間以外にご参加いただいた事業はポイント付与の対象外となりますのでご了承ください。

お問い合わせ	
<p>●鶴岡市健康福祉部 健康課 成人保健係</p> <p>【TEL】0235-35-0149 【FAX】0235-25-7722 〒997-0033 鶴岡市泉町5番30号 鶴岡市総合保健福祉センターにこころふる1階</p>	<p>●鶴岡市てくてくウォーク推進協議会 （鶴岡市教育委員会 スポーツ課）</p> <p>【TEL】0235-25-8131 【FAX】0235-25-8134 〒997-0825 鶴岡市小真木原町2番1号 つるしんアリーナ小真木原（小真木原総合体育館）</p>
<p>受付時間：月～金（土日祝除く） 午前8時30分から午後5時15分まで</p>	