



健康とお楽しみ特典を手に入れる！

# 伊勢市健康マイレージ






みえスポーツ応援マスコット「とこまる」

【実施期間】 8年 **7月1日(水)** ~ 9年 **3月10日(水)**

【対象】 市内在住または通勤・通学している人 ※期間中1人1回限り

【参加・申請方法】



LINE で取り組む	紙の記録シートで取り組む
  <p>参加から申請まで LINE で完結！</p> <p>伊勢市公式 LINE から （「健康づくり」から「健康マイレージ」へ進む）</p> <p><b>New</b> LINEで参加・申請された方には 【デジタル版】三重とこわか健康応援カードが付与されます</p>	<p>伊勢の元気人チャレンジ記録シート （本紙裏面にあり）</p> <p>&lt; 選べる3つの申請方法 &gt;</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 健康課窓口へ直接提出</li> <li>② 健康課へ郵送</li> <li>③ 電子申請(右の2次元コードから→)</li> </ol> 

**ステップ1** 取り組み①の目標を立てる **ステップ2** 健康づくりに取り組みポイントを貯める

**ステップ3** 取り組み①必須ポイント【30点】と、取り組み②③④いずれかで【20点】以上貯める  
★合わせて50点以上貯まったら申請を行い特典をもらう

申請者全員がもらえる **お楽しみ W 特典** はこちら

## 特典1: 三重とこわか健康応援カード

県内の「三重とこわか健康マイレージ特典協力店」で提示すると特典を受けることができます。

\* 詳細は、『三重県健康づくり応援サイト』から確認 →



【特典例】  
商品購入の割引  
ドリンクサービスなど  
【有効期限】発行から1年間

## 特典2: 抽選で当たる健康グッズ



窓口での抽選の他、LINE 申請、電子・郵送申請の方にも当たります！  
（自動抽選後に郵送します）

【お問合せ・申請書提出先】伊勢市健康課(中央保健センター)

〒516-0072 伊勢市宮後1丁目1番35号 MiraISE内 健康福祉ステーション5階

電話:0596-27-2435 FAX:0596-21-0683

