

健康づくりに取り組んで応募しよう！

# かわにし 健幸マイレージ

やかで せに暮らそう

町では、皆さんが健やかで幸せに暮らせるために健康づくりを応援します。

対象者：川西町民・川西勤務の方  
(19歳以上)

※令和7年4月1日現在の年齢



1食1g塩分減らそう



## ①健康づくりに取り組もう!!

右の「取り組みシート」にチェックしよう。  
(令和6年4月1日以降に実施した項目)

キ  
リ  
ト  
リ

## ②応募しよう!!

5つ以上☑が付いたら裏面をご記入の上、ご応募ください。(1人1回まで)  
応募者全員に「やまがた健康づくり応援カード(裏面参照)」プレゼント!



### 令和6年度かわにし健幸マイレージ 取り組みシート

受診・参加・実践したものに☑し、5つできたら応募しよう!

健診等を受けた	<input type="checkbox"/> 特定健診 <input type="checkbox"/> がん検診(胃・大腸・肺・子宮・乳) <input type="checkbox"/> 歯科検診
健康教室に参加した	<input type="checkbox"/> ぐるりウォーク+10 <input type="checkbox"/> らく楽スポーツ教室 <input type="checkbox"/> ママ&ベビーフレッシュ教室 <input type="checkbox"/> 百歳体操 <input type="checkbox"/> ママパパ教室 <input type="checkbox"/> その他( ) <input type="checkbox"/> その他( )
毎日の健康管理 (1か月続けよう)	<input type="checkbox"/> 体重を測った <input type="checkbox"/> 血圧を測った <input type="checkbox"/> ウォーキングをした <input type="checkbox"/> 塩分を控えた <input type="checkbox"/> 運動・体操をした <input type="checkbox"/> 野菜から食べた <input type="checkbox"/> よく噛んで食べた <input type="checkbox"/> タバコをやめた <input type="checkbox"/> 週2回お酒を休んだ <input type="checkbox"/> 毎食後歯磨きをした <input type="checkbox"/> 早寝早起きをした <input type="checkbox"/> 健康に関する本を読んだ <input type="checkbox"/> その他( ) <input type="checkbox"/> その他( )
健康ボランティア	<input type="checkbox"/> 食生活改善推進員 <input type="checkbox"/> その他( )

申請期限:令和7年3月31日まで

# 応援カードの協力店

◀川西町抜粋 R6.4.1 現在▶

協力店登録順

このステッカーが目印



- ・川西町浴浴センターまどか
- ・小松花屋
- ・川西ダリヤ園
- ・岩盤浴 川西けんこう館
- ・かわにし森のマルシェ
- ・Cafe 桐
- ・醬々ラーメン川西店
- ・亥子屋商店 陽 cafe
- ・ドッグサロン ふわふわたいむ
- ・コンビニフィットネス川西
- ・小関又兵衛商店
- ・キッチン&パー カリスマ
- ・アップル薬局おきたま店
- ・アップル薬局美女木店
- ・羽根田酒店
- ・すしテラス SHU
- ・あっさり
- ・川西町フレンドリープラザ
- ・割烹喜楽 居酒屋新喜楽
- ・和膳 味よし
- ・割烹旅館 三樹屋
- ・味だより 参田
- ・茂木食堂
- ・割烹 鴨川

- 入浴料 100 円引き
- 当店メンバーズカードポイント 2 倍 (配達商品除く)
- 紅大豆ソフトクリーム又は コーヒー50 円引き (開園期間のみ)
- 入浴料 100 円引き
- ソフトクリーム 100 円引き
- コーヒー100 円引き
- ブラックコーヒー (缶) 1 本サービス
- 粗品進呈 (なくなり次第終了)
- 会計時 10%引き (スピードシャンプーコース以上)
- ビジター利用者 2,160 円→1,080 円、入会金無料、毎月 5 日ポイント 5 倍 (会員の方)
- 醤油スプレー25%引きで提供
- コーヒー又はウーロン茶サービス
- ボックスティッシュプレゼント
- ボックスティッシュプレゼント
- 豆乳 200ml プレゼント (1,000 円以上購入)
- テンペ入りのおかずみそサービス (1 回/年)
- 会計時 50 円引き (店内でお食事された方)
- フレンドリープラザ主催公演チケット 200 円引き
- 会計時 100 円引き
- コーヒーまたはウーロン茶サービス
- 山里菜飲食 会計時 100 円引き
- ドリンク 1 杯サービス (飲み放題メニューより)
- 100 円クーポン進呈
- 会計時 100 円引き

県内の  
協力店検索システムはこちら



郵送の場合は  
切手を貼って  
ください。

郵便はがき

〒999-0193  
川西町大字上小松 977-1  
川西町健康子育て課  
かわにし健幸マイレージ事業 担当 行

住所	〒 川西町大字
氏名	( ) 歳
アンケート	<p>今までより健康を意識した生活をするようになりましたか？</p> <p><input type="checkbox"/>なった <input type="checkbox"/>ややなった <input type="checkbox"/>ならなかった</p> <p>感想等</p> <p>( )</p> <p>ありがとうございました。</p>

※町記入欄

受付日	カード発行 No	受付者
-----	----------	-----

歩数計、スマートウォッチ  
無料貸し出し中！



今より **+10 分**

多く歩こう！



フレンドリープラザ 2 階  
"健康本特設コーナー"

にお立ち寄りください！

(お問合せ先)

〒999-0193 川西町大字上小松 977-1

川西町役場健康子育て課

Tel 0238-42-6640 Fax 0238-42-6614

kenkokosodat@town.kawanishi.yamagata.jp

◆町ホームページ◆  
町の情報を要チェック!



◆町公式フェイスブック◆  
町の情報を気軽にゲット!

