

**①対象者**

年齢が18歳以上の二本松市に在住の方（ただし、高校生を除きます）  
 （※「在住」とは、本市に住民登録があることとさせていただきます。）

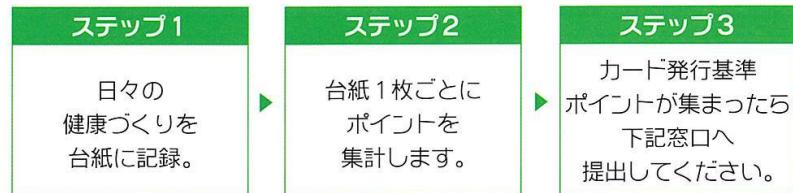
**②健康行動の実行期間**

令和7年6月1日(日)~令和8年2月28日(土) 提出期限

**F** 健診・がん検診等受診に限り、令和7年4月1日以降の月日を記入できます。 令和8年3月6日(金)

**③参加方法**

この台紙に記入して、ご参加ください。



カード発行基準	
ノーマル	300ポイント
シルバー	600ポイント
ゴールド	1,000ポイント
プラチナ	2,000ポイント
ダイヤモンド	5,000ポイント

**④台紙の提出先（ふくしま健民カード等の引換場所）**

健康づくりを実施後、この台紙を二本松市健康増進課（各保健センター）へ提出してください。

この台紙と窓口にある申請書の提出により「ふくしま健民カード」を発行します。記載事項は、必ず記入してください。なお、取得した個人情報、二本松市健康マイレージ事業及びふくしま脱メタボプロジェクト事業に関する以外には使用しません。

2枚目以降の台紙 台紙の提出先で配布しています。コピー（カラー・白黒どちらでも）可。また、「ふくしま健民カード」ホームページでもダウンロードできます。

**⑤台紙ご利用の方限定 応募ハガキによるプレゼント抽選は終了しました**

※令和6年度まで実施していたランクアップによるプレゼントキャンペーンは終了しました。  
 ※福島県で実施する、ふくしま健民カード発行及び協力店の仕組みは令和8年3月31日（火）で終了する予定です。

**注意点** 本事業は、自主的な健康づくり事業ですので、参加者が本事業に参加するに当たり万一の事故の場合であっても、市は責任を負えません。冬期間は路面等の積雪や凍結も考えられます。ご自分の健康状態や体力、天候等を考慮し、無理のない範囲で参加をお願いします。

**スマートフォンアプリでご参加いただくこともできます**

各ストア内で「ふくしま健民アプリ」で検索、または二次元コードから！

**アプリをGET!**

App StoreかGoogle Playにて、アプリを無料でダウンロード。

OSバージョン:iOS 9.0 以上  
機種:iPhone 5s 以降

**Android端末の場合**

Google Play  
で手に入れよう

OSバージョン:Android 5.0 以上  
機種:Android 5.0 以降を初期OSとしている機種

※©2020 Apple Inc. All rights reserved. Apple, Apple ロゴ, iPhone は米国その他の国で登録された Apple Inc. の商標です。App Store は Apple Inc. のサービスマークです。※Android, Google Play, Google Play ロゴは、Google Inc. の商標です。

詳しくはホームページをチェック! / [ふくしま健民カード](https://kenkou-fukushima.jp) 検索 **福島県** ふくしま脱メタボプロジェクト事業

二本松市健康マイレージ事業のお問い合わせは  
**二本松市健康増進課予防管理係**  
 〒969-1404 福島県二本松市油井字砂田101番地 **TEL: 0 2 4 3-2 3-6 5 9 1**



**福島県が新しい健康づくり、応援します！**

# ふくしま健民カード

令和7年度  
二本松市健康マイレージ事業【記入台紙】

〈対象の方〉  
二本松市に在住の18歳以上（高校生を除く）の方

氏名

わたしの食事目標

わたしの運動目標

発行カード

ノーマル  シルバー  ゴールド  プラチナ  ダイヤモンド

※コピー（カラー・白黒どちらでも可）でもご利用いただけます。また、「ふくしま健民カード」ホームページでもダウンロードできます。出力してご利用ください。

