

とよはし健康マイレージの流れ

～スタートはチャレンジシートを手に入れたその日から!～

スタート!

ポイントを
貯める・記録する

ポイントは2種類

- ① 歩数ポイント 1日の歩数を数える、1,000歩=1ポイント
1日最大10ポイント
- ② ボーナスポイント
 - ・健(検)診の受診……………20ポイント
 - ・健康づくりにつながるイベントや
教室の参加……………20ポイント

応募
1回目

100ポイント以上で
優待カード(まいか)を
ゲット!

愛知県内の協力店で
様々な特典が受けられます♪



- マイレージポイントが**100ポイント**以上で
優待カード(まいか)の応募ができます!
- 応募方法:「**優待カード(まいか) 応募用紙**」を健康増進課へ郵送・
FAXまたは受付窓口へ直接提出

応募
2回目

さらにポイントを
貯めて応募!
抽選で記念品を
ゲット!

- さらにポイントを貯めると、当たると嬉しい記念品に応募できるチャンス!
- 抽選は令和8年2月に行います。当選者の発表は記念品の発送をもって
かえさせていただきます

- 応募方法:「**記念品応募用紙**」を記入後、**記録用紙と一緒に**
健康増進課へ郵送または受付窓口へ直接提出

※ 受付窓口: 保健所・保健センター総合受付、豊橋市役所じょうほうひろば、窓口センター、りすば豊橋

問い合わせ、優待カード(まいか)・記念品応募の郵送・FAX先はこちら

豊橋市保健所 健康増進課
住 所 ● 〒441-8539 豊橋市中野町字中原100番地
電 話 ● 0532-39-9117 FAX ● 0532-38-0770
メール ● kenkouzoushin@city.toyohashi.lg.jp
その他 ● 事業に関する詳しい内容は



楽しく お得に 健康GET!!

とよはし健康マイレージ

チャレンジシート



スマートフォンアプリ

から参加もできます!



ポイントを貯める期間
優待カード(まいか) 応募期間

令和7年4月1日火～令和8年3月31日火

記念品応募締め切り

令和8年2月9日月

← 参加方法は4ページをチェック

優待カード(まいか)応募用紙

記録用紙の提出は
不要です。

フリガナ		生年月日		申請日 年 月 日		
氏 名		性 別	男・女・その他			
住 所	〒					
住所が市外の方	勤務先または学校名					
電話番号						
ポイント数内訳	歩数ポイント ()ポイント		ボーナスポイント ()ポイント		合計 ()ポイント	
アンケート	問1	とよはし健康マイレージを始めたきっかけを教えてください。 1.市の紹介 2.友人・知人・家族の紹介 3.広報・ホームページ 4.会社の紹介 5.チラシ・ポスター 6.SNS 7.その他 ()				
	問2	普段の生活で「歩く」を意識していますか？ (例：近くのコンビニには歩いていく、エレベーターではなく階段を使う など)			はい	いいえ
	問3	とよはし健康マイレージに参加する前から健康づくりに取り組んでいましたか？			はい	いいえ
	問4	【問3】で「はい」と回答した方へ とよはし健康マイレージに参加して、さらに健康づくりに取り組むようになりましたか？			はい	いいえ
	問5	【問3】で「いいえ」と回答した方へ とよはし健康マイレージに参加して、健康づくりに取り組むようになりましたか？			はい	いいえ
	問6	とよはし健康マイレージに参加された感想をお書きください。 ()				

※太枠内は必ず記入してください

さらにポイントをたくさん
貯めた方はこちら

記念品応募用紙

記録用紙も一緒に
提出してください。

フリガナ		生年月日		申請日 年 月 日	
氏 名		性 別	男・女・その他		
住 所	〒				
住所が市外の方	勤務先または学校名				
電話番号					
希望する記念品	希望する記念品(1~18)に○を付けてください。※複数可 (例)1,400ポイントの場合1・3・5・12 200ポイント 1 2 3 4 400ポイント 5 6 7 8 600ポイント 9 10 11 12 800ポイント 13 14 15 16 1,000ポイント 17 18				
メールアドレス (giftee Box希望者のみ)					
ポイント数内訳	歩数ポイント ()ポイント		ボーナスポイント ()ポイント		合計 ()ポイント

※太枠内は必ず記入してください

応募方法

●優待カード(まいか)応募の方

- ①優待カード応募用紙の太枠内を記入し、点線に沿って切り取ってください。
- ②優待カード応募用紙を郵送・FAXまたは受付窓口へ提出してください。
(記録用紙の提出は不要です。)

●記念品応募の方

- ①記念品応募用紙の太枠内を記入してください。
- ②チャレンジシートを郵送・FAXまたは受付窓口へ提出してください。
※当選者の発表は記念品の発送をもってかえさせていただきます。

郵送先

〒441-8539
豊橋市中野町字中原100番地(ほいっぐ内)
豊橋市保健所健康増進課
健幸なまちづくりグループ宛

FAX

0532-38-0770

受付窓口

- 保健所・保健センター総合受付
- 豊橋市役所じょうほうひろば
- 窓口センター ●りすば豊橋



応募して 「優待カード(まいか)」&記念品をもらおう!

応募1回目

応募者全員に
愛知県内で利用できる「優待カード(まいか)」をお届けします。
応募条件:100ポイント以上

応募2回目

貯めたポイント数に応じて、記念品に応募できます!
※記念品は抽選となります。組み合わせ自由で複数応募できますが、抽選で受け取ることができるのは1人1品のみです。
ポイントは応募1回目に貯めた分も含みます。

合計ポイント

200
ポイント以上



1 ※子供向け
推奨身長:125~155cm
Style Kids Lサイズ
(3名様)



2 道の駅とよはし
レンタサイクル
ペア利用券(5名様)



3 マルチチューブ&
カロリージャンプ
(1名様)



4 りすば豊橋
3施設利用券(10名様)

合計ポイント

400
ポイント以上



5 活命茶
500ml×24本
(10名様)
【協賛:中北薬品株式会社様】



6 ケータイマグ
(5名様)



7 蒸気でホットアイマスク
12枚入(20名様)



8 豊富な種類の中から、好きな
商品を選んでくれるデジ
タルギフトです。
giftee Box※注
1,000円分(20名様)

合計ポイント

600
ポイント以上



9 スギ薬局商品券
3,000円分(3名様)
【協賛:株式会社スギ薬局様】



10 電動歯ブラシ
(10名様)



11 豊橋卵かけごはん
セット(20名様)



12 豊富な種類の中から、好きな
商品を選んでくれるデジ
タルギフトです。
giftee Box※注
3,000円分(20名様)

合計ポイント

800
ポイント以上



13 キリン
ビバレッジ
おいしい
免疫ケア
100ml×30本
(10名様)
【協賛:東海ビバレッジサービス株式会社様】



14 ウェアラブル端末
(10名様)



15 道の駅とよはし新鮮野菜
詰め合わせセット
(20名様)



16 豊富な種類の中から、好きな
商品を選んでくれるデジ
タルギフトです。
giftee Box※注
5,000円分(20名様)

合計ポイント

1,000
ポイント以上



17 クッションマッサージャー
(5名様)



18 体重体組成計(3名様)

※注:スマートフォンから、指定のサイトにて
ギフトの交換・受け取り等の作業が必要
です。

- 記念品の内容は予告なく変更する場合がありますので、ご了承ください。
- 本事業に関してご提供いただいた個人情報
は、豊橋市において適正に管理し、本事業
に必要な業務にのみ使用します。