

# 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9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: 豊橋市保健所 健康増進課、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

あいち健康プラス 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8年4月1日水～令和9年3月31日水

記念品応募締め切り

令和9年2月9日火

← 参加方法は4ページをチェック

100ポイント以上で  
応募可能

# 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			申請日	年	月	日
氏名	生年月日	年	月	日	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			

※太枠内は必ず記入してください

きりとり線 ✂

さらにポイントを  
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			申請日	年	月	日
氏名	生年月日	年	月	日	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(1~14)に○を付けてください。※複数可 (例) 1,200ポイントの場合 6・10 200ポイント 400ポイント 600ポイント 800ポイント 1,000ポイント 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14					
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			
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行く、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事業に参加された感想や、ご意見・ご要望などありましたら教えてください。 ( )				

※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

- 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。
- 優待カード応募用紙を郵送・FAXまたは受付窓口にて提出してください。  
(記録用紙の提出は不要です。)

### ●記念品応募の方

- 記念品応募用紙の太枠内を記入してください。
- 記念品応募用紙および記録用紙を郵送・FAXまたは受付窓口にて提出してください。 ※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  
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

- 豊橋市保健所健康増進課
- 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。貯めたポイント数に応じて複数口の応募が可能ですが、当選は1人1品までとなります。  
ポイントは、応募1回目に貯めた分も含まれます。

合計ポイント  
200  
ポイント以上

中身は  
おたのしみ

1

子供向け  
おもちゃ詰め合わせ  
(20名様)

2

エクササイズセット  
(20名様)

3

入浴剤詰め合わせ  
(20名様)

合計ポイント  
400  
ポイント以上

4

活命茶  
1ケース  
(10名様)  
【協賛:中北薬品株式会社様】

5

ステンレスマグ  
(20名様)

6

giftee\*  
Box  
giftee Box ※注  
1,000円分 (20名様)

合計ポイント  
600  
ポイント以上

7

スギ薬局商品券  
2,000円分 (5名様)  
【協賛:株式会社スギ薬局様】

8

豊橋卵かけご飯セット  
(20名様)

9

giftee\*  
Box  
giftee Box ※注  
3,000円分 (20名様)

合計ポイント  
800  
ポイント以上

10

ウェアラブル端末  
(15名様)

11

道の駅とよはし新鮮野菜  
詰め合わせセット  
(20名様)

12

giftee\*  
Box  
giftee Box ※注  
5,000円分 (20名様)

合計ポイント  
1,000  
ポイント以上

13

ゴリラのふたつかみ  
(5名様)

14

体重体組成計 (3名様)

※注:選択された商品によって、1ポイントにつき1円相当とならない場合がございます。また、交換レートを含む商品の内容は今後予告なく変更する場合がございます。

●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。