

東大阪健康・長寿マイレージ QA

1. 検（健）診受診について

- Q 人間ドックを東大阪市内で受診することはポイント対象になるか。
- A 市外の医療機関での人間ドック受診もポイント対象です。
なお人間ドックをがん検診・特定健診にわけて、ご記入ください。
・検（健）診受診期間：令和8年1月1日から令和8年12月28日
- Q 検（健）診対象期間中に同じ健診を2回受けた場合、2回分の40ポイントが付与されるのか。
- A 特定健診、職場健診については、それぞれ20ポイントの付与です。ただし、がん検診については1種類10ポイントの付与で最大20ポイントの付与となります。
- Q 医療機関で検（健）診受診をした場合、医療機関で応募用紙に受診日などを記入してもらうのか。
- A 応募用紙への受診日の記入はご自身で行ってください。医療機関への応募用紙のご持参は必要ありません。
- Q 医療機関で検（健）診受診をした場合は、受診の証明書などをもらうのか。
- A 証明書の提出は必要ありません。

2. 健康づくり・介護予防事業の教室について

- Q 保健所・保健センター・地域包括支援センター・老人センターの全ての事業がポイント対象になるのか。
- A 18歳以上の方が対象で、健康づくり・介護予防に関する事業は全て対象になります。一覧に事業名が記載されていない事業もありますので、お問合わせください。
- Q 5回開催されるコースの教室の場合は、毎回10ポイントが付与され、合計40ポイントになるのか。
- A 複数回開催されるコースの教室の場合は、最初に参加した1回のみ10ポイントが付与され、2回目以降ポイントは付与されません。
ただし、介護予防事業（地域包括支援センター事業・老人センター事業）については、高齢者の継続的な介護予防・閉じこもり予防等の観点から、複数回参加された場合、毎回10ポイント付与いたします。（最大40ポイントは同じ）
- Q 複数回開催されるコースの教室に、1回のみの参加の場合はどうなるのか。
- A 参加回数に関わらず10ポイントが付与されます。

3. 健康づくりの取組みについて

Q どんな簡単な目標でもいいのか。

A 現状以上の取組みであれば、簡単な目標であっても結構です。続けることが大事ですので、まずは小さなステップで続けてください。

Q 自己申告でいいのか。

A 自己申告で結構です。

4. 応募用紙について

Q 応募用紙を手に入れるにはどうしたらいいのか。

A 応募用紙は、8月号市政だよりに掲載しております。複数人が応募される場合は市政だよりをコピーいただくか、東大阪市のホームページよりダウンロードも可能です。
また、応募用紙は保健センターや地域包括支援センターにも設置しています。

5. 応募について

Q ポイントが100ポイント以上になった場合、2回に分けて応募してもいいのか。

A 申し訳ありませんが、応募はお1人1回です。

6. 賞品について

Q 賞品が誰に当たったのか公表されるのか。

A 公表はいたしません。郵送をもって発表に代えさせていただきます。

7. 対象について

Q 対象は18歳以上とあるが、どの時点での18歳なのか。

A 応募する時点で18歳であれば対象となります。

8. 健康トライ21 市民連絡会について

Q 健康トライ21 市民連絡会とはどういう会か。

A 健康トライ21 市民連絡会は、健康部が育成・活動支援をしている健康づくりの市民グループと、地域で健康づくりに取組み健康トライ21 推進の趣旨に賛同していただいている市民グループの集まりです。健康トライ21というのは、東大阪市の健康増進計画の愛称です。健康トライ21の推進を行政とともに取組み、本事業も協働で企画運営していただいています。各市民グループでは、さまざまな健康づくりの活動をされており、事業参加(イベント一覧をご覧ください)や入会もできますので、健康づくりを仲間とともに継続できる場としてご活用ください。