

健康都市宣言のまち!!

弥富市在住・在勤・在学の
小学生以上の方なら

どなたでも
参加できます

やとみ 健康マイレージ チャレンジシート 2025

やとみ健康マイレージとは？

やとみ健康マイレージは、健康づくりを実践してポイントをためると、「あいち健康づくり応援カード（まいか）」がもらえる事業です。

1 ためる

令和7年
8月1日(金)
▼
12月31日(水)

健康づくりを実践し、
30ポイント
ためましょう！

詳細は裏面をご覧ください

2 もらう

9月1日(月)
▼
令和8年
1月30日(金)
(土・日・祝を除く)

『まいか』をゲット！

- 交 付 窓 口／弥富市保健センター
- 必要なもの／付属のポイントカード
- ※アプリで参加の方は、アプリ内で取得可能です。

3 つかう

協力店で見せて、
お得なサービスを受けよう！

協力店や特典は、県や市のホーム
ページをご確認ください

あいち健康マイレージ協力店 [検索](#)

アプリで参加

スマホに専用アプリ「あいち健康プラス」を
インストールしよう！

- ・下の二次元コードを読み取り
- ・インターネットで「あいち健康プラス」を検索

[Android]



[iOS]



ここが便利！

- ・どこでも達成状況を確認することが可能！
- ・アプリ上で「まいか」を獲得できる！
- ・毎日の歩数を確認することができる

参加方法を
どちらか1つ選んで
参加しましょう！

チャレンジシートで参加

裏面の「やとみ健康マイレージポイント
カード」をご利用ください。
チャレンジシートは、市ホームページ
にも掲載されています。

詳しい参加方法はこちら→
弥富市HP



弥富市役所 健康福祉部 健康推進課 (弥富市保健センター)

やとみ健康マイレージの参加の流れ



ステップ
1

ポイントをためる

①健康診査・検診を受けましょう

令和7年度（令和7年4月1日以降）に受けた健康診査・検診が対象です。
ポイントカードに受けられた検診名、医療機関名、検診日を記入してください。

例）職場で受けた特定健診・各種がん検診、小中学校で受けた健康診査・歯科健診
市町村が実施している特定健診・各種がん検診・その他検診など

②自分で立てた健康に関する目標を実行し、「30ポイント」ためましょう。 （1日1ポイント）

ポイントの記入はすべて自己申告です。ポイントカードに実行した日付を記入してください。

健康に関する目標の例）

- ・1日30分運動する
- ・十分な睡眠時間を確保する
- ・毎食野菜を食べる
- ・毎日体重を測る
- ・お口の体操（舌体操、あいうべ体操）をする
- ・タバコを吸わない（現在タバコを吸っている方向け）
- ・休肝日をつくる（飲酒習慣のある方向け）
- ・エコ通勤（公共交通機関の利用や徒歩、自転車通勤）など



愛知県では、クルマと公共交通、自転車、徒歩などをかしこく使い分けるライフスタイルである「エコモビリティライフ」（エコモビ）を県民運動として推進しています。クルマは便利で快適な乗り物ですが、通勤時間帯などでは、自動車交通が集中し渋滞や交通事故の原因ともなっています。環境や健康推進のためにも、やとみ健康マイレージをきっかけとして、クルマの使い方を見直してみてはいかがでしょうか。

〈ポイントカード記入例〉



目 標： 毎食野菜を食べる



健康診断： 検診名 特定健康診査

医療機関名 やとみ医院

検診日 令和 7 年 8 月 2 日

Start									
1	8/2	2	8/4	3	8/5	4	8/7	5	
6		7		8		9		10	
11		12		13		14		15	
16		17		18		19		20	
21		22		23		24		25	
26		27		28		29		30	

Goal

ステップ
2

まいかをもらう

30ポイントためると「あいち健康づくり応援カード（まいか）」がもらえます。

ポイントがたまったら、ポイントカードかアプリ上の「まいか」※を健康推進課に提出または見せてください。

※アプリで参加の方は、アプリ上で「まいか」を取得可能です。

さらに

健康推進課で
「まいか」を掲示すると
先着300名に
「きんちゃんタオル」を
プレゼントします！



ステップ
3

まいかをつかう

「あいち健康づくり応援カード(まいか)」は、愛知県内の協力店で割引などのサービスが受けられるお得なカード。協力店で見せて、お得なサービスを受けましょう！

まいかが使えるお店・施設は？ 弥富市内で使えるお店

元気づくりジム

(ウイングプラザパティエ2F) ☎0567-67-1102

初めての方は入会金 5,000 円割引

美容室ヒノ木

☎0567-65-4448

初回限定 施術料金より 600 円割引
リピーター様には、弱酸性デトックスのヘッドスパを 100 円割引

海南こどもの国

☎0567-52-1515

海南こどもの国の多目的広場で行われている催し物参加時に提示すると、「みどぼんシール」プレゼント。(開催日時はホームページで確認してください。)

はなもも薬局

☎0567-65-8789

絆創膏、経口補水液、服薬ゼリーのいずれか 1 つプレゼント(おひとり様、月に 1 回限り) 店内一部商品割引特典あり(保険調剤を除く)

マクドナルド

1 号線弥富店 ☎0567-66-0155
十四山ドン・キホーテ UNY 店 ☎0567-56-3051

対象のバリューセットを 580 円で提供(ビッグマック、チキンフィレオ、ベーコンレタスバーガー、えびフィレオ)
※店内カウンターのみ注文可能です。
※バリューセットは、朝マック販売店舗では 10:30 以降利用可能。
※バリューセットは、マックフライポテト [M] + ドリンク [M] です。
※カード保有者のみ、1 回 1 セット限り有効

スタジオ ルイ Studio RUI

☎0567-55-9385

体験レッスン ¥500 が無料になります。

日本調剤海南薬局

☎0567-69-6742

店内商品購入時 5% OFF (保険調剤を除く)

たんぽぽ薬局 弥富店

☎0567-64-2181

店内商品 5% OFF (保険調剤を除く)

カラオケ ビッグエコー 弥富店

☎0567-66-0277

ご利用代金の総額 20% OFF
※パーティーコース利用は、総額 5% OFF

万寿園・ルグラン

☎0567-68-8032

1,000 円以上お買い上げでお会計の総額から 10% OFF

喫茶つつみ

☎0567-67-3301

お食事された方にミニサラダがミニアイス、どちらかをサービス

『協力店舗・施設』を募集しています！

弥富市では、だれもが健康管理を意識して、元気で安心して暮らせるまちを目指しています。市と一緒に皆さんの健康を支えるため、健康づくりに取り組む方に様々なサービス(特典)を提供していただける「協力店舗・施設」を募集しています。詳しくは、健康推進課にお問い合わせください。

(キリトリ線)

30 ポイント たらったら、このカード【コピー可】を健康推進課に提出してください。

**交換期間：令和 7 年 9 月 1 日(月)～
令和 8 年 1 月 30 日(金)まで**
(土・日・祝を除く)

※申請は、お一人様 1 回に限りです。

●アンケートにご協力お願いします！

- この事業は健康づくりに役立ちましたか？ はい・いいえ
- これからも健康づくりをつづけたいですか？ はい・いいえ

感想、ご意見

折り線

やとみ健康マイレージポイントカード

フリガナ

名 前

男 ・ 女

生年月日

年

月

日

歳

住 所

在勤の方の勤務先

在学の方の学校名

(交付窓口・問い合わせ先)

弥富市役所 健康福祉部 健康推進課
☎0567-65-1111



(キリトリ線)

30 ポイント たらったら、このカード【コピー可】を健康推進課に提出してください。

**交換期間：令和 7 年 9 月 1 日(月)～
令和 8 年 1 月 30 日(金)まで**
(土・日・祝を除く)

※申請は、お一人様 1 回に限りです。

●アンケートにご協力お願いします！

- この事業は健康づくりに役立ちましたか？ はい・いいえ
- これからも健康づくりをつづけたいですか？ はい・いいえ

感想、ご意見

折り線

やとみ健康マイレージポイントカード

フリガナ

名 前

男 ・ 女

生年月日

年

月

日

歳

住 所

在勤の方の勤務先

在学の方の学校名

(交付窓口・問い合わせ先)

弥富市役所 健康福祉部 健康推進課
☎0567-65-1111



まいかが使えるお店・施設は？ 弥富市近郊で使えるお店

No.	市町村	店舗・施設名	電 話	サービス（特典）内容
1	愛西市	佐野板金商店	090-4264-1138	施工させていただいた場合は、施工金額に応じて割引させていただきます。
2		sweets cafe Halu	(0567) 97-3789	2,000円以上のお買い物若しくはご飲食で200円割引
3		ピアゴ佐屋店	(0567) 24-1571	毎週金曜日に2,000円以上（税込）のお買い上げで、ペットボトル飲料をプレゼントします。 ※「まいかカード」と共に、直営店の当日レシート2,000円以上（税込）をサービスカウンターまでお持ちください。 ※当日のプレゼントは、お一人様1本とさせていただきます。 ※サービス内容は、時期により変更になる場合があります。
4		葉手那楽 まんまる工房	(0567) 22-4330	初回の体験又は初回のワークショップ代金より500円OFF 2回目以降のご利用に関して優待券発行
5		朝日スポーツクラブ [BIG-S愛西]	(0567) 22-5070	会員外の方：入会登録金無料 会員の方：ウェルスクン（体成分測定）無料
6		ユームゴルフ	(0567) 28-8001	ゴルフ体験レッスン、レンタルクラブ無料（ボール代金別、お一人様1回限り） 予約制
7		アサヒ薬局	(0567) 32-0933	お買上げの方に栄養ドリンク1本プレゼント
8	蟹江町	サガミ富吉店	(0567) 31-3411	『モーニングメニュー 10%OFF』 ※モーニングメニューを【税込み】価格より10%割引とさせていただきます。 ※モーニングメニューは10時45分までの提供。 ※モーニングチケットの購入、モーニングチケット使用の場合はご利用できません。 ※カード1枚につき1グループご利用いただけます。 ※割引上限税込み3,000円 ※サガミ商品券、額面500円株主優待券のみ併用できます。
9		イマニ外国語教室	(0567) 95-7860	入会金1,000円OFF（通常11,000円→10,000円） お友達と同時入会でお二人とも入会金無料
10		AOKI蟹江店	(0567) 94-5888	お買い上げ総額より5%OFF。 ・補正代、宅配代は除きます。・その他クーポン券及びセットセールとの併用は可能です。・他総額割引との併用は出来ません。
11		蟹江町観光交流センター祭人	(0567) 58-3310	カード保有者のみ、当日おひとり様1杯限り、ドリンク代金10%割引
12		蟹江ボクシングジム	(0567) 96-9430	無料体験（お一人様1回のみ）
13		NPO法人 活き生きかにえスポーツクラブ	(0567) 55-9780	入会金（通常1,000円）免除もしくは無料参加券2枚プレゼント（お一人様一回のみ）
14		カープス 蟹江店	(0567) 95-0288	入会金通常15,000円のところ66%OFFの5,000円
15	飛島村	めいなん調剤薬局	(0567) 55-9490	絆創膏、経口補水液、服薬ゼリーのいずれか1つプレゼント（おひとり様、月に1回限り） 店内一部商品割引特典あり（保険調剤を除く）
16		ケーニズクラブ	(0567) 95-5666	お一人1回限りプール利用が無料になります。
17		レストラン ヴァンドッ ルポ	(0567) 95-0327	1,300円以上御飲食のお客様に、アイスクリームプレゼント。（カード保有者のみ）
18		居酒屋 宴	(0567) 96-6550	来店時まいかカードをご提示でカラオケチケット一枚サービス
19		びっくりドンキー蟹江店	(0567) 96-6011	毎月第3日曜日に限り、まいかカード持参のうえ、ハンバーグをお召し上がりいただいたお客様、お食事代合計金額から10%割引させていただきます。
20		いけす料理 元海	(0567) 96-2868	デザートサービス、ポイント2倍
21		活粋食堂	(0567) 96-9096	毎月第1と3金曜日ディナータイム お食事代から10%割引
22	飛島村	有限会社 お茶の香風園	(0567) 96-1812	1,000円以上のお買上げで袋菓子1袋進呈
23		マクドナルド蟹江店	(0567) 94-5073	マクドナルド1号線弥富店・十四山ドン・キホーテUNY店をご覧ください。
24		ピアゴ蟹江店	(0567) 96-1011	ピアゴ佐屋店をご覧ください。
25		株式会社トヨタレンタリース愛知 蟹江店	(0567) 96-8400	レンタカー基本料金より15%割引（一部車種を除く。他の割引との併用不可）
26		ワコー美容室	(0567) 95-3573	施術のお客様にスタンプ、割引サービス券進呈！
27		スポーツクラブアクロスWill_G蟹江	(0567) 94-4500	施設利用料（ビジター利用料）通常2,200円を0円（税込み）。 ※おひとり一回のみに限る。
28		キッチンむらかみ	(0567) 52-2048	お食事された方にミニサラダ券進呈。
29	飛島村	一休	(0567) 52-1142	ライス食べ放題
30		松枝商会	(0567) 52-2510	飛島村発展ポイントカードのポイント2倍、2,000円以上のお買い上げで粗品進呈
31		ヘアサロン ツカマツ	(0567) 55-1118	当店ご利用の方、お肌しっとりブルブル“ローションマスク” サービス

変更する場合があります。上記以外の市町村及び、最新の協力店はWebでご確認ください。

愛知県で使えるお店 全2,451店舗（令和7年5月14日現在）

あいち健康マイレージ協力店

検索



ポイントカードは2枚あります。ご家族やお友達と一緒に取り組んでみましょう！ ※足りない場合はコピーしてください。

（キリトリ線）



目 標：

健康診断： 検診名



Start	医療機関名				検診日	令和	年	月	日
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

Goal

（キリトリ線）



目 標：

健康診断： 検診名



Start	医療機関名				検診日	令和	年	月	日
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

Goal