

アンケート

「タチアライ 健康宣言キャンペーン」にご参加いただき、ありがとうございました。
今後の参考のため、以下のアンケートへご協力をお願いします。
あてはまるものにひとつだけチェックをつけてください。

1. 「タチアライ 健康宣言キャンペーン」に参加した理由は？

- ☐健康づくりのため ☐家族・知人のすすめ ☐景品が魅力的だった
☐その他（ ）

2. 健康宣言に記入した目標について

- ☐「タチアライ健康宣言キャンペーン」がきっかけで始めた
☐以前から継続するのが習慣になっている
☐その他（ ）

3. 健（検）診の受診について

- ☐「タチアライ健康宣言キャンペーン」がきっかけで始めた ☐毎年受けている
☐毎年は受けていない ☐その他（ ）

4. 町の健康イベントの参加について

- ☐「タチアライ健康宣言キャンペーン」がきっかけで参加した ☐以前から参加していた
☐参加したいイベントがなかった ☐その他（ ）

5. 健康に対する意識について

- ☐キャンペーンに参加する前よりも意識するようになった
☐キャンペーンに参加する前と変わらない

6. 自分で分かる変化（体・気持ち）はありましたか？

- ☐あった（ ） ☐なかった

7. 参加前後で体重・胸囲や検査値が改善した方はご記入ください

- 体重・胸囲 参加前より（ ）^{kg}/_{cm} 減った ●検査値 参加前（ ） 参加後（ ）

「タチアライ健康宣言キャンペーン」に参加してのご感想・ご意見・今後実践してほしいイベント等
がありましたらお聞かせください

応募締切

2026年3月31日(火)まで

※郵送の場合は、受付期限の消印有効

TEL

0942-77-1377

受付時間 /
8:30～17:15

提出先

大刀洗町役場 健康課 健康支援係 宛

〒830-1298 三井郡大刀洗町大字富多 819 番地

FAX

0942-77-3063

24時間受付



ウチアタ 健康宣言 キャンペーン

自分に合った目標を記入しましょう！大事なのは無理なく継続することですよ！

目標
記入欄

目標体重 kg

目標腹囲 cm

- 目標例
- 運動 / 1日 5,000歩以上歩く、ラジオ体操をする
 - 食事 / 1回に30回噛む、毎食野菜を食べる
 - その他 / 毎食後歯磨きをする、歯間ブラシ(フロス)をする、禁煙する

ポイントの貯め方

目標を実行できた日は、○内に日付を記入する事で1ポイントとなります。また右記イベントに参加すると、会場でポイントが貯まります。

対象イベント

対象イベントはさらに追加予定！
広報誌・町ホームページでご確認ください。

4月	8月	12月
キックベースボール大会 1P 春の公園ウォーク 2P	献血 2P ニュースポーツ大会 1P	健康イベント 2P シニアクラブGG交流大会 1P
5月	9月	1月
森林ウォーク 2P 町内GG春季大会 1P シニアクラブGG交流大会 1P	特定健診(集団) 3P がん検診(集団) 各2P 歯周病健診(集団) 2P 森林ウォーク 2P	健康イベント 2P
6月	10月	2月
シニアクラブGG交流大会 1P 枝豆収穫祭(健康ブース) 2P	秋の公園ウォーク 2P 町民体育大会 1P 町内GG秋季大会 1P	ひばりロードマラソン(出場者) 1P シニアクラブGG交流会 1P
7月	11月	3月
特定健診(集団) 3P がん検診(集団) 各2P 歯周病健診(集団) 2P 分館対抗バレー 1P	ドリームまつり(健康ブース) 2P シニアクラブGG交流大会 1P	献血 2P 健康イベント 2P

※がん検診・・・胃・大腸・胸部・前立腺・乳・子宮

START!

日付を記入しよう！



いい感じ！

その調子！

ここまでだよ！

GOAL!

100ポイント達成！
お疲れ様でした！
プレゼントに応募
しよう！

ポイント達成で
もれなく
プレゼント！

100ポイント達成で
1,000円分の
QUOカードGET!

※中学生は500円分の図書カード

さらに、上記ポイントを達成した方の中から、
抽選で10名の方に大刀洗町 特産品詰め合わせをプレゼント！
※応募は年度に1回まで

継続は
力なり！

すごいぞ！

もうすぐ折り返し！