

健康チャレンジは県民の皆さんの主体的な健康づくりを応援するものです。

5つの目標のうち **3**つ以上を達成して

景品をもらおう!

目標1

健康診断を
受診する

目標3

歯の検診を
受診する

目標5

個人の健康目標を
立てて2カ月以上
取り組む

目標2

がん検診を
1つ以上
受診する

目標4

健康づくりに関する
事業などに1回以上
参加する



※応募方法など詳細は裏面で確認してください。

夢まるくん

健康生協主催の事業・健診
でなくても大丈夫!

対象者 徳島県民

達成期間 2019年10月1日～2020年2月29日

キ-リ-ト-リ

フリガナ	
お名前	
生年月日	性別
年 月 日 (歳)	男・女
ご住所 (〒 -)	
徳島県	
電話番号 (日中連絡の取れる電話番号を記入してください)	

健康診断を受診	
目標1	受診日: 年 月 頃 [健診の種類]
がん検診を受診	
目標2	受診日: 年 月 頃 [検診の種類]
歯の検診を受診	
目標3	受診日: 年 月 頃 [検診機関]
健康づくりに関する事業に参加	
目標4	実施日: 年 月 頃 [参加した事業名]
個人目標の達成	
目標5	目標達成期間: [個人目標の内容]

※応募はひとりにつき1回までです。 ※達成した目標が3つ以上無いものは無効となります。
裏面のアンケート記入にご協力ください。

裏へ

応募手順

楽しみながら参加して、健康と景品、両方を手にいれよう!!



夢まるくん

1 下の5つの健康目標から、3つ以上達成する

達成期間：2019年10月1日～2020年2月29日

目標1 健康診断を受診する

市町村・職場・医療機関での健診、人間ドックなど

目標2 がん検診を1つ以上受診する

胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮がん検診など

目標3 歯の検診を受診する

歯周病や口腔衛生などに関する検診

目標4 健康づくりに関する事業などに1回以上参加する

健康教育、健康についての講演会、健康相談、食育教室、スポーツ大会など

目標5 個人の健康目標を立てて2カ月以上取り組む

毎日朝食をとる、毎日散歩する、
禁煙するなど個人目標を立てて
2カ月以上継続して取り組む



LINE@でお得な情報
好評配信中!

2 結果報告

報告用紙は健康生協の各事業所窓口、またはホームページで9月1日から入手可能

応募期間：2019年10月1日～2020年2月29日（郵送の場合は消印有効）

健康生協の各事業所窓口に出す

事業所名

徳島健生病院、健生石井クリニック、
健生きたじまクリニック、健生阿南診療所、
健生西部診療所、健生歯科、健生歯科なると、
本部 総務部、本部 健康づくり事業部

または

郵送・FAX・メール・ホームページ

郵送・問合先

〒770-0802 徳島市吉野本町6丁目30-4
徳島健康生活協同組合健康づくり事業部
電話：088-652-7283 FAX：088-652-7280
メール：sosiki02@shirt.ocn.ne.jp
ホームページ：www.hcoopt.com/index.html

3 景品を当てよう!!

ご提出いただいた方の中から、抽選で100名に景品をプレゼント!



主催 徳島健康生活協同組合

後援団体 徳島県・徳島市・鳴門市・小松島市・阿南市・吉野川市・阿波市・美馬市・三好市・勝浦町・上勝町・佐那河内村・石井町・
神山町・那賀町・牟岐町・美波町・海陽町・松茂町・北島町・藍住町・板野町・上板町・つるぎ町・東みよし町・徳島新聞社・
四国放送株式会社・株式会社エフエム徳島・徳島県生協連

アンケート

あてはまる項目をチェックしてください(複数可)

・健康チャレンジを知ったきっかけはなんですか?

- ☐チラシ・ポスター ☐HP ☐知人の紹介 ☐健診等で勧められて
☐その他 ()

・健康チャレンジに参加したことで、健康意識は変わりましたか?

- ☐はい ☐いいえ ☐どちらでもない

・健康づくりに関する事業で、こういったものに興味がありますか?

- ☐健康・疾病に関する講演会 ☐食生活に関する教室 ☐運動教室
☐その他 ()

・取り組んでみての感想をご記入ください

- ()



夢まるくん

ご協力ありがとうございました。