

かりや健康マイレージ よくある質問

◎取組み方法について

Q1. 「C. レッツ講座（教室）・ボランティア!」「D. からだの状態をチェックしよう!」は5月以降のものとなりますか?

⇒はい。「B. 健（検）診へ行こう!」以外は5月以降のものを記入してください。

Q2. 「C. レッツ講座（教室）・ボランティア!」「D. からだの状態をチェックしよう!」は両方なくても良いですか?

⇒はい。AとBで必須のポイントがあればCとDにポイントの制限はありません。
チャレンジシートに書ききれない場合は任意の用紙に記入して添付してください。

Q3. 「C. レッツ講座（教室）・ボランティア!」はどのようなものが入りますか?

⇒どちらも市内、市外、市の関係のもの、それ以外の個人的なものをポイントに入れることができます。講座（教室）の内容は、ご自分の心と体の健康につながると思われるものはポイントに入れることができます。ボランティア活動全般は、地区のごみゼロや清掃活動、防犯パトロール、PTAの交通街頭指導など広く含めていただいてかまいません。すべて自己申告で記入してください。

Q4. 「D. からだの状態をチェックしよう!」はどのように記入しますか?

⇒チェックする項目を選び、測定したら、その値を記入してください。連続で測定しなくても構いません。

Q5. チャレンジシートの提出は1回ですか?

⇒締め切り内の取組みは何度でも提出していただけます。まいかもその都度交付します。ただし、懸賞賞品の抽選権はお一人1回とさせていただきます。チャレンジシートを2回以上提出された場合は、1回目に希望された賞品で抽選いたします。

◎まいかについて

Q6. まいかは何度でも使えますか?具体的なサービスはどんなものですか?

⇒まいかの有効期間は1年間です。その期間内は何度でも使うことができます。
各サービスはこのホームページ上にある愛知県のホームページでご確認ください。