犬山市 × 協会けんぽ「健康宣言」
Wチャレンジ 実施中！

犬山市では健康経営・健康づくりに取り組む事業所を
「犬山市健康づくり推進事業所」として認定し、健康づくりを応援します。
優秀な取り組みをされた事業所は、犬山市と協会けんぽにて共同表彰

「健康宣言」に犬山市メニューをご活用ください！

1．健康マイレージ事業
犬健チャレンジへの参加

対　象　18歳以上の市民・市内事業所の従業員
【実施期間】　5月～翌年1月

内　容　健康診査・がん検診、成人保健事業への参加、自身の健康づくりへの取組みでポイントを貯めると、特典が受けられます。

チャレンジシートをもらう → 健康づくりに取組み、ポイントを貯める → 健康推進課へ提出

特典
①優待カード「まいか」をプレゼント
②抽選で商品券等素敵な賞品が当たります

2．出張健康講座を利用する

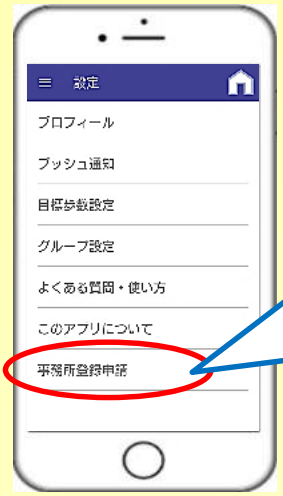
依頼テーマに応じて保健師・看護師・管理栄養士が
健康講座を実施します。

テーマの例

・健康診断の結果の見方について
・生活習慣病の予防について
・メタボリックシンドロームについて
・食生活について
・たばこ、禁煙について

3．ウォーキングアプリ てくてく を活用する

主に歩数計として使えるスマホアプリです。
通勤時間やお昼休憩、休日などに「ウォーキング」を
取り入れるきっかけとなります。



**事業所登録を
すると・・・**

事業所内での
ランキングが表示され
るので従業員同士で
競い合うことができ
ます。

インストール
はこちら

App Store からダウンロード

【iPhone】
iOS（バージョン9.0以上、「iPhone 5s, 6」以降）
※てくてくの利用にはモーションとフィットネスの設定が必要となる場合があります。

【Android】
Android（バージョン5.5以上）
※てくてくの利用には、まずGoogleFitの設定が必要となります。

Google Play で入手しよう

GoogleFit ⇨ てくてく

さらに アプリ内のイベントに参加すると
賞品をもらえる楽しみも!!

Wチャレンジの流れ

協会けんぽ「健康宣言」で、
「犬山市健康づくり推進事業所認定」にエントリー！

取組内容を「健康宣言書」に記入して提出 → 取組を実施 → **翌年4月末までに報告** → 翌年度の取組へ

**犬山市健康づくり推進事業所
認定証を交付**

**犬山市・愛知支部ホームページで
事業所名紹介（希望事業所のみ）**

**優秀な取り組みを
犬山市と協会けんぽで
共同表彰（予定）**

※協会けんぽ単独の表彰制度もあります。

宣言した事業所の健康づくりを応援します！

1 **健康づくりサポート** **健康づくりのご相談等、**職場に合わせた健康づくり推進を支援

2 **健康情報等の提供** **健康に関する啓発資材の提供等**

★★★「健康経営優良法人認定制度」★★★

「健康宣言」をステップアップして、「健康経営優良法人認定」を目指すことができます！

「健康経営優良法人」の認定を受けると？

健康経営優良法人 Health and productivity

健康経営優良法人 Health and productivity ホワイト500

健康経営優良法人認定のロゴマークをＰＲに活用できる

「健康経営優良法人」は日本健康会議による認定制度です。認定要件等は、経済産業省ホームページをご覧ください。

犬山市メニューのお申込・お問い合わせ先

〒484-0041　犬山市大字前原字橋爪山15番地2

犬山市健康福祉部健康推進課（市民健康館）

TEL：0568-63-3800　　FAX：0568-65-3080