

令和7年度

本宮市商品券と
特産品も
ゲット！

もとみや健康づくりポイント事業

この事業は、自主的に楽しく気軽に健康づくりを継続できるよう支援する事業です。

1. 健康づくり取組期間：令和7年4月1日(火)～令和8年3月31日(火)
2. 「本宮商品券」引換え期間：令和8年3月31日(火)まで
3. 「特産品」応募キャンペーン締め切り：令和8年3月6日(金)まで
4. 対象者：18歳以上の本宮市民(高校生を除く)



5. 参加方法

①台紙を入手！

保健課(えぼか内2階)で配布している、「もとみや健康づくりポイント事業」の台紙を入手します。



※なお、台紙は、市のホームページからもダウンロードができます。

②健康づくりでポイントゲット！

自分が取り組む健康づくりの目標を立て、自主的に取り組み、ポイントを貯めてください。

体重を測って
20ポイント！

健康診査を受けて
2,000ポイント！



③まずは、3,000ポイントで台紙を提出

基準ポイント毎に、記入台紙を保健課にお持ちください。
協力店から特典が受けられる「ふくしま健民カード」がもらえます！



市の特産品抽選にも応募できます。

④本宮市商品券など特典ゲット！

10,000ポイント貯めると…
本宮市商品券 1,000円分の引換券がもらえます！台紙を持って保健課に申請してください。



<問い合わせ先>

保健福祉部 保健課 健康増進係(えぼか内2階) ■電話番号:0243-24-5112 (平日(祝日除く)8:30~17:15)

※ポイントの達成基準および特典等は、裏面を参照ください。

ポイントに応じたカードの発行基準と特典

こんな取り組みで
ポイントが
貯まります！！



ポイント数	ふくしま健民カードの ランク	本宮市の特産品 プレゼント応募キャンペーン
3,000 ポイント	ノーマル	各カード発行時に、市の特産品 が当たる抽選に応募できます。
6,000 ポイント	シルバー	
10,000 ポイント	ゴールド	
20,000 ポイント	プラチナ	
50,000 ポイント	ダイヤモンド	

ゴールドカード(10,000 ポイント)の
発行時には…



本宮市商品券
1,000 円分

の商品券引換券を

達成者全員にプレゼント！！

※申請には、台紙をお持ちください

★健康づくり取り組み(例)

- 健康に関する教室や講座に参加
→1回の参加につき 100ポイント
- バスなどの公共交通機関を利用
→1回あたり 100ポイント

★健診・がん検診・人間ドック

- 各種がん検診の受診:500 ポイント
- 健康診査の受診:2000 ポイント

★毎日の健康行動

- 1日1項目達成でそれぞれ 20 ポイント

①わたしの健康目標…

早寝早起きをする、家族以外の人と
交流する、禁煙するなど個人で目標
を設定します。

②わたしの運動目標…

自分に合った運動の種類と時間を
個人で目標設定します。

③朝食

④歯みがき

⑤体重測定



ふくしま健民カード【協力店一覧 本宮市エリア】

店 舗 名	住 所	電 話	〔県民カード提示による〕特 典
(有)秋田屋	本宮字中條20	33-2163	おすすめ茶のティーバッグ 1 個
安達太良サービスエリア下り線レストランあだたら亭	本宮字平井228	33-1250	お食事をご注文のお客様、指定ドリンク1杯サービス
大堀相馬焼窯元春山窯(第13代目菅原陶器店)	荒井字沢田 26-2	090-1932-7981	陶芸教室体験の際、粘土の量を 20%増量
菓子処 いづみや	本宮字矢来10-3	34-2111	10%OFF ※お1人様のみ
(有)菓匠 きねや	本宮字下町 45	34-2341	本宮みずいろ夢カードポイント2倍 ※お1人様のみ
(有)糀和田屋	本宮字上町22	34-2140	1,500 円以上お買い上げのお客様、インスタント味噌汁プレゼント
縮毛矯正のかけこみ寺「パーミングハウス赤毛のアン」	高木字中丸 40-1	33-1572	縮毛矯正初回のみ 1,000 円 OFF
大天狗酒造	本宮字九縄 18	33-2017	お会計より5%OFF ※全商品対象
Chat Noir Cafe&restaurant	本宮字花町 16-4	090-8050-5866	ランチセットより 50 円、ディナーセットより100円引き
(有)ぬか茂菓子店	本宮字馬場98	34-2203	本宮みずいろ夢カードのポイント2倍
ネーブルシティもとみや aube(オーブ)	本宮字南町裡38	24-8140	ドリンクバー無料 ※カード持参の方のみ
花と歴史の郷 蛇の鼻	本宮字蛇ノ鼻38	34-2036	入園料割引(大人 1,000 円→900円、小人500円→400円) ※5名様まで
一二三食堂	本宮字上町35-3	33-2373	コーヒー1 杯サービス
平井屋 本宮庵	青田字花掛 20-2	33-2862	ソフトドリンク1杯サービス ※お1人様のみ
HAIR SALON GRANT	本宮字南町裡 156-1	24-9383	初めての方限定の割引あり
むてんかパンの店 ほびっと	本宮字中條35	34-2747	1,000 円以上お買い上げのお客様10%OFF ※ご本人様のみ
メディカルアロマサロンR	岩根字本郷 38-3	080-6059-6987	ポイントカード1スタンププレゼント
リオン・ドール本宮店	高木字平内64	63-1311	毎月10日・20日・30日に、税抜 1000 円以上お買い上げのお客様へ 10 ポイント進呈

※本宮市以外の協力店の特典については、「ふくしま健民カード」ホームページ「協力店舗紹介」をご確認ください。(令和7年5月2日現在)
※ふくしま健民カードおよび協力店の仕組みは、令和8年3月31日をもって終了予定です。