

まつど

発行／松戸市
編集／健康福祉部 健康推進課
〒271-0072 松戸市竹ヶ花74-3
✉mckenkou@city.matsudo.chiba.jp
URL <http://www.city.matsudo.chiba.jp/>
☎047-366-7486 FAX 047-363-9766



乳がん検診車

保存版

健康増進計画「健康松戸21Ⅲ」



ロコモ予防
「立ち上がりテスト」

まつど健康マイレージが始まりました!

～マイルを貯めて健康と特典をゲットしよう～

まつど健康マイレージってなんだろう?

まつど健康マイレージとは、各種健(検)診や健康に関連する事業やイベントなどに参加するとマイルが貯まる制度です。マイルが貯まると抽選で特典がもらえます!

松戸市に住んでいる人、学校やお仕事で松戸市に通っている人も奮ってご参加ください!

まつど健康マイレージの概要



食生活講座

開始日

平成28年7月1日より実施

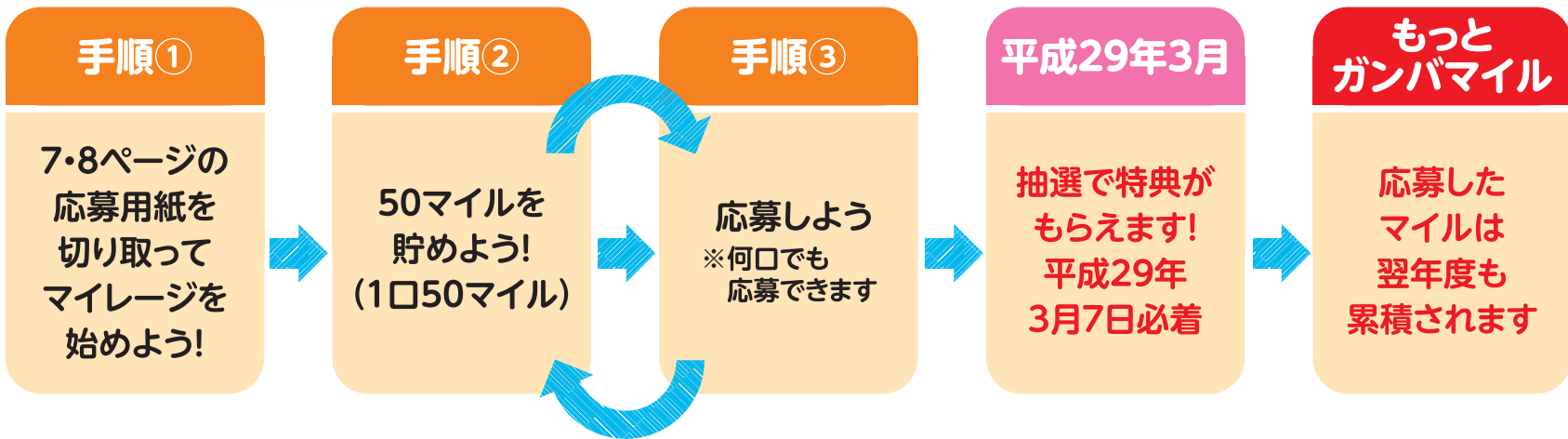
参加対象者

20歳以上の市内在住、在勤、在学の方
(平成29年3月31日の時点で20歳以上の方です)



まつど健康マイレージ
ホームページ

参加手順



まつど健康マイレージに関するお問い合わせ

- 担当課 健康福祉部 健康推進課 まつど健康マイレージ事務局
- 所在地 〒271-0072 松戸市竹ヶ花74の3 中央保健福祉センター3階
- 電話 366-7486(直通) ●FAX 363-9766

マイル対象事業・イベント等一覧

A 15マイル

Aの項目は、平成28年4月1日以降に受けたものがマイル対象だよ！医療機関については特に指定はしていないよ。



健(検)診・献血		
健康診断	一般的な健康診断、特定健診、職場健診、学校健診、後期高齢者健康診査 など	肺がん検診 大腸がん検診 胃がん検診 子宮頸がん検診
特定保健指導	※1回分のみマイル対象	乳がん検診
脳ドック		骨粗しょう症検診
成人歯科健診		肝炎ウイルス検診
妊婦健診	※1回分のみマイル対象	口腔がん検診
妊婦歯科健診		献血 ※毎回マイル対象

人間ドックを受診した場合のマイルの貯め方

人間ドックは、健康診断と各種がん検診などをセットで受診できる健(検)診です。
 (例)健康診断 + 胃がん + 肺がん = 45マイル獲得!

B 5マイル

健康松戸21応援団が行うイベント等		
松戸市スポーツ推進委員連絡協議会が主催するイベント		※4ページ参照
松戸市内スポーツジム・フィットネスクラブの体験または新規入会		※5ページ参照
薬局での健康相談		※5ページ参照
松戸市が行うイベント等		
対象イベントまたは講演会	会場	開催日
ロコモ予防「立ち上がりテスト」	市役所本館新館連絡通路	平成28年9月26日(月)～30日(金)
	松戸まつり会場	平成28年10月1日(土)～2日(日)
松戸市骨粗しょう症(集団)検診 受診者対象講演会	各保健福祉センター	受診者に直接ご案内
松戸市グラウンド・ゴルフ大会	千駄堀多目的スポーツ広場	平成28年9月24日(土)
松戸市ご長寿ハッピーコンテスト 健脚部門	江戸川河川敷	平成28年10月22日(土)
ラジオ体操講習会	松戸運動公園体育館	平成28年11月23日(祝)
特定健康診査PR会場(健康相談等)	まつど大農業まつり	平成28年11月23日(祝)
こころの健康づくり講演会	松戸市民劇場	平成28年12月17日(土)
ママパパ学級 (初めてお母さんお父さんになる方が対象)	各保健福祉センター	毎月開催
松戸市個別禁煙相談	各保健福祉センター	申込者の希望した日
60歳からの食生活講座	各保健福祉センター ☎366-7489(中央) ☎346-5601(小金) ☎384-1333(常盤平)	各保健福祉センターにお問い合わせください
食生活講座(1コース2日間) 「食と健康コース」「メタボコース」 ※20～50歳代が対象		
パートナー講座(10講座)		
松戸市食育推進計画について		ロコモ予防 元気な未来へ自己投資
ゲートキーパー養成研修		がまんしないで!イキイキ更年期
禁煙成功への道～あなたと大切な人のために～		食事で防ごう 生活習慣病
生活習慣病を防いで元気ライフ		認知症サポーター養成講座
松戸市健康増進計画「健康松戸21Ⅲ」～みんなが健康づくりの応援団!～		手軽に楽しめるスポーツ紹介

マイル券&マイルスタンプのイメージ

5マイル券

まつど健康マイレージ

マイル券を切り取って応募用紙に貼ってね!



5
マイル

1マイル券

まつど健康マイレージ

マイル券を切り取って応募用紙に貼ってね!



1
マイル

マイルスタンプ



C 1マイル

※複数のイベント等に参加または利用しても、貯められるマイルは1日1マイルまでです。

健康松戸21応援団が行うイベント等		
松戸市はつらつクラブ連合会が主催する運動・身体活動に関するイベント	※4ページ参照	マイルスタンプ
松戸市社会福祉協議会・地区社会福祉協議会が主催する運動・身体活動に関するイベント	※4ページ参照	マイルスタンプ
人材パワーアップセンターが主催する「わくわくストレッチクラブ」		マイルスタンプ
松戸市体育協会の連盟・協会に所属するクラブが行う運動・身体活動に関するイベント	※4ページ参照	マイルスタンプ
松戸市内スポーツジム・フィットネスクラブの利用	※5ページ参照	マイルスタンプ
健康ちば協力店の利用(一部の店舗が対象)	※6ページ参照	またはマイル券

マイル対象となる事業やイベントは追加される場合があります。イベントチラシや松戸市のホームページでお知らせします。今後は、文化活動もマイルの対象にする予定だよ!



まっど健康マイレージで特典★をゲットしよう!

マイルの取得方法

AからCを自由に組み合わせて、下記の方法でマイルを取得しよう!

- A** 応募用紙に日付などの必要事項を記入してください。
- B** 参加(利用)するとマイル券(5マイル)がもらえます。
- C** 参加(利用)すると、マイルスタンプの押印またはマイル券(1マイル)がもらえます。

マイル券は、切り取って応募用紙に貼り付けよう!
マイルスタンプは、応募用紙に押しもらってね!



応募方法

- 応募用紙を手に入れよう!
※応募用紙は、7・8ページにありますので、切り取ってご利用ください。不足の場合は、各支所、各保健福祉センター、各市民健康相談室、各市民センターなどの公共施設、またはマイレージ協力店舗などにパンフレットおよび応募用紙があります。
また、松戸市のホームページからダウンロードすることもできます。
- 応募は1口50マイルで、何口でも応募することができます。
※応募用紙は、1口ごとに1枚お使いください。
- 応募用紙に、健(検)診の受診内容や必要事項を記入し、マイル券を取得した場合は、貼り付けて下記までご応募ください。

郵送する場合

〒271-0072 松戸市竹ヶ花74の3 中央保健福祉センター
まっど健康マイレージ事務局 宛

応募ボックスに投函する場合

- 下記に専用の応募ボックスを設置します。
最寄の設置場所をご利用ください。
- ・中央保健福祉センター(同上)
- ・小金保健福祉センター(小金2ピコティ西館3階)
- ・常盤平保健福祉センター(五香西3の7の1ふれあい22 2階)
- ・各市民健康相談室(市内9ヶ所)
- ・松戸市が実施する集団健(検)診会場等

受付時間

土・日曜日、祝日、年末年始を除く
8時30分～12時15分 / 13時～17時



特典の抽選

＜抽選方法＞

平成28年7月1日(金)から平成29年2月28日(火)までに取得されたマイルでご応募いただいた方の中から抽選します。
※応募用紙は平成29年3月7日(火)必着です。

＜特典内容＞ (※平成28年8月12日現在)

- ①クオカード1,000円分 **1,000名様**
- ②健康松戸21応援団協賛企業からの特典 **700名様**

※上記①と②の中から抽選で1品当たります。
※特典を選ぶことは出来ません。

特典

(例)

- 電動アシスト自転車(東葛クリニック病院)
- 腹筋鍛え器具(株ウエルシア)
- 体組成計(千葉西総合病院)
- 血圧計(松戸市医師会)
- スポーツジム・フィットネスクラブの体験 & 施設利用券セット(マイル対象スポーツジム)
- デンタルウォータージェット(松戸歯科医師会)
- マスク、絆創膏、消毒液セット(松戸市薬剤師会)
- ノンアルコール飲料(合同酒精(株)東京工場)
- 歯ブラシ(イオン小金店)
- ボックスティッシュ(ダイエー新松戸店)

＜抽選時期＞ 平成29年3月8日(水)以降

＜抽選結果の通知＞

当選結果は特典の発送をもってかえさせていただきます。なお、協賛企業からの一部の特典については、店舗で直接受け取るなど、受け取り方法についてご連絡させていただく場合があります。

健康松戸21マスコットキャラクター

名前は「けあら」です。名前の由来は、健康の「け」、自分をケアするの「けあ」、コアラの「あら」をもじって命名しました。みなさんの健康づくりを応援します。



マイル付与に協力してくれるいろいろな団体を募集する予定です。詳細につきましては、今後ホームページや広報まっどでお知らせします。

その他

- 応募用紙に記入漏れや不備があった場合は、抽選対象外となります。
- 平成29年2月28日(火)までに取得したマイルは、平成29年3月7日(火)までにご応募ください(必着)。
- 平成30年度は、健康増進計画「健康松戸21Ⅲ」の中間評価を行います。まっど健康マイレージ事業についても見直しを行う場合があります。

マイルを取得できる健康松戸21応援団

※平成28年8月12日現在

松戸市スポーツ推進委員連絡協議会地区別担当一覧(5マイル)

※五十音順

地区(12地区)				担当及び問い合わせ先
明第一地区	小金原地区	東部地区	馬橋地区	松戸市根本356番地 京葉ガスF松戸ビル6階 生涯学習部 スポーツ課 ☎703-0601 ※各地区が主催するイベントについては、事前に広報まつどに掲載されます。詳細につきましては、 スポーツ課または広報まつどに掲載されている担当者にご確認ください。
明第二地区	五香松飛台地区	常盤平地区	六実六高台地区	
小金地区	新松戸地区	本庁地区	矢切地区	

松戸市はつらつクラブ連合会地区別一覧(1マイル)……全209クラブ

松戸支部(12クラブ)	河原塚第二町会友の会	明西支部(19クラブ)	高寿会	ニコニコクラブ	住吉いずみ会	城山悠々会
小山第一木の花会	紙敷中内薄浦老人クラブ	松戸八和会	りんどうの会	生き生き交遊会	南新松戸長寿会	新松戸ファミリーハイソ共の会
本町しあわせ会第一部会	明東支部(31クラブ)	竹ケ花第一福寿会	ふたば会	串崎南町ダイヤモンドクラブ	ハケ崎第五長寿会	大金平4丁目さくらクラブ
本町しあわせ会第二部会	上本郷第一長寿会	竹ケ花第二福寿会	常盤平柳会	まつど生涯第2桜友会	小金下谷クラブ	大金平5丁目菜の花クラブ
角町長寿会	上本郷第二長寿会	古ケ崎寿クラブA	牧の原ひまわりクラブ	北町々々シニア倶楽部	三寿会	大金平1丁目「すみれ会」
三東クラブ第一	上本郷第三長寿会	古ケ崎第一さくら会	第二牧の原ひまわりクラブ	中原シニア交流会	新松戸けやきクラブ	幸田アルパトロス会
三東クラブ第二	第1みのりクラブ	古ケ崎第二さくら会	憩いクラブ	馬橋支部(38クラブ)	新松戸7丁目こぶし会	横二悠々会
松戸五十鈴会	第二みのりクラブ	笑栄会	常友会	馬橋第一長寿会	桜寿会	大谷口北ゆうゆう会
宮前町松宮会	穂台第三みのりクラブ	福寿クラブ	高木支部(27クラブ)	馬橋第二長寿会	ハケ崎新町八新クラブ	小金原支部(19クラブ)
陣ヶ前ことぶき会	第5みのりクラブ	松寿会	松飛台第一福寿会	馬橋第三長寿会	五番街シルバークラブ	二ツ木長寿会
山寿会	第六みのりクラブ	栄町寿会	松飛台第二福寿会	馬橋第四長寿会	新松戸二丁目ふれあいの会	根木内町会老人クラブ
松平会	第七みのりクラブ	栄七福寿会	松飛台第三福寿会	馬橋第六長寿会	新松戸ひまわり会	栗ヶ沢寿会
どっこいしょでありがとう会	松戸新田第一和楽会	樋野口百寿会	泉ヶ丘福寿会	寿西長寿会	幸谷銀友クラブ	小金原第二福寿会
矢切支部(9クラブ)	松戸新田第四和楽会	小根本第一長寿会	五香新町香新クラブ	中央永寿会	馬橋寿三丁目町会百寿会	第三松寿会
松柏会クラブ	松戸新田第五和楽会	栄寿クラブ	五香南町第一高砂会	虹の街クラブ	新松戸1丁目クラブ	小金原南山会
矢切下一松寿会	松戸新田第一東寿会	永寿会クラブ	五香東町寿会	緑寿会	小金支部(21クラブ)	小金原若芝会
シニアクラブ柿ノ木台親交会	松戸新田第二東寿会	栄健クラブ	五香本町老友会	ハケ崎第二長寿会	小金上総町かざさの会	小金原わかば会
二十世紀が丘明正会	北松戸寿会	坂川町会ふれあいの会	五香老友会	ハケ崎第三長寿会	小金上町老人クラブ	小金原木曜会
松美クラブ	上本郷友の会	相模台クラブ	むつみクラブ	ハケ崎第四長寿会	小金第一寿会	福寿台クラブ
三矢小台クラブ	南花島好日会	栄町西あかね会	六実楽寿会	和朗会	きよしヶ丘長友会	小金原五丁目九十九会
下矢切穂賀裸佳会	南花島仲好会	常盤平支部(21クラブ)	北嶺会	新作ながつき会	小金清志町長寿クラブ	小金原しあわせクラブ
あいあいクラブ	第一ほほえみクラブ	ときわ会	五香西親和会	寿東長寿会	東平賀雅会	小金原7丁目西茜会
矢切かがやきクラブ	第2ほほえみクラブ	常盤平六丁目白百合会	香西寿会	中和倉あかね会	東平賀福寿会	小金原四丁目桜友会
東部支部(12クラブ)	仲井町第一和楽会	若芽の会	六実松の実会	幸谷赤城クラブ	東平賀千歳クラブ	めじろ会
大橋大成会	みなづきクラブ	西窪あかね会	樺クラブ	三村クラブ	城町ひまわりの会	小金原三丁目共生クラブ
高塚シルバー	大畑クラブ	金ヶ作第一クラブ	六二シニアクラブ	三ヶ月むつみ会	殿平賀あじさいの会	小金原1丁目互楽会
梨香クラブ	上本郷松郷クラブ	金ヶ作第二クラブ	まつど生涯桜友会	第一ゆかりクラブ	平賀平和会	ラミーユ「あすなろ会」
松南寿会	仲井町第二和楽会	金ヶ作第三クラブ	緑香クラブ	第2ゆかりクラブ	幸田幸友会	松戸ふくろうクラブ
秋山幸友会	穂台フレンドクラブ	日暮高砂クラブ	平和台クラブ	南友会	中金杉なごみ会	
河原塚ことぶき会	胡録台南自治会ゆうゆう会	三共高砂Bクラブ	やなぎクラブ	新松戸あじさいクラブ		
和名ヶ谷親和会	八柱マスターズクラブ	日暮七丁目ふれあいクラブ			お問い合わせ先	
紙敷新田老人クラブ	穂台わかば会	千駄堀千寿会	主な活動		松戸市はつらつクラブ連合会事務局 ☎343-0571	
高塚団地友の会	岩瀬ときめきクラブ1	新山和楽会	ウォーキング、ラジオ体操、菜の花体操、健康体操、ハイキング、グラウンド・ゴルフ、卓球、ボウリング、ダンス、フラダンス、社交ダンス、近隣散策、歴史散策、太極拳		※各地区によって活動内容が異なります。各支部の活動内容等を確認されたい場合は、松戸市はつらつクラブ連合会事務局までお問い合わせください。	
高塚はつらつクラブ	岩瀬ときめきクラブ2	八景台長寿会				

地区社会福祉協議会(15地区)一覧(1マイル)

※五十音順

地区	電話番号	地区	電話番号	地区	電話番号	地区	電話番号
明第1地区	368-0517	小金原地区	348-7115	常盤平団地地区	387-1561	馬橋西地区	342-9692
明第2西地区	367-7727	五香松飛台地区	386-3411	常盤平地区	387-2723	六実六高台地区	385-5122
明第2東地区	360-2122	新松戸地区	341-9211	本庁地区	368-0547	矢切地区	368-0560
小金地区	343-8690	東部地区	391-6581	馬橋地区	346-2758		

※今年度の対象事業が終了している地区もあります。

松戸市体育協会の連盟・協会に所属する団体・クラブ等一覧(1マイル)

※五十音順

●グラウンド・ゴルフ(GG)(46クラブ ※掲載希望のあった団体のみ掲載しています。)

No	団体名	担当者	電話番号	主な活動場所	No	団体名	担当者	電話番号	主な活動場所
1	秋山GGクラブ	石井	392-1982	もみじ公園	24	セローズ	高橋	365-9358	千駄堀多目的スポーツ広場
2	泉ヶ丘クラブ	岸	387-0415	泉ヶ丘2号緑地	25	第四友心会	山本	368-3482	北仲町公園
3	SSどんぐり	橋田	361-3064	栄町8丁目第3公園	26	チーム テン	松原	368-4353	穂台第2公園
4	桜友会	飯塚	385-1681	六実スポーツ広場	27	常団会	鳥羽田	386-7713	金ヶ作公園
5	大江戸クラブ	高橋	361-3336	古ケ崎河川敷	28	殿山GGクラブ	斉藤	342-0542	殿山公園
6	大金平遊友会	中平	341-7526	小金城址こどもの遊び場	29	仲井町クラブ	山本	367-1894	北仲町公園
7	大橋G.M.C	中田	392-5254	江戸川河川敷	30	仲よし会	浅野	387-6680	六実中央公園
8	柿ノ木台GG	菊池	367-8938	柿ノ木台小学校	31	菜の花クラブGG同好会	伊東	341-7564	浅間公園
9	共生クラブ	高桑	343-2807	ユーカリ交通公園	32	ニコニコクラブ	岩本	385-2719	六実中央公園
10	小金原愛好会	木村	345-9647	小金原公園	33	根木内城山悠々会	稲数	343-9166	小金公園
11	五香西パンプキンズ	関野	388-0551	五香西町こどもの遊び場	34	花木水会	大谷	385-1040	六高台スポーツ広場A面
12	五香老友会	柳澤	389-1688	北丘第2公園	35	ハマデセブン	大森	364-2256	栄町第2こどもの遊び場
13	コスモス会	伊藤	347-7009	千駄堀多目的スポーツ広場	36	樋野口GGクラブ	柏原	365-0071	樋野口公園
14	ゴールドンスタークラブ	坂本	386-9367	五香西町こどもの遊び場	37	平和台クラブ	佐藤	388-2622	六実スポーツ広場
15	胡録台クラブ	廣田	363-2062	緑ヶ丘第1公園	38	北友クラブ	高野	361-0981	本郷公園
16	サイエンス	河田	366-3788	古ケ崎四丁目こどもの遊び場	39	ポピークラブ	山影	362-4736	旭ヶ丘第3公園
17	栄町寿会	倉持	363-3798	栄町西公園	40	松飛台福寿会	福島	384-5770	ひよどり公園
18	栄町西あかね会	村上	365-2731	江戸川グラウンド	41	馬橋フレンドーズ	小平	341-6442	中和倉公園
19	燦フレンズGG	瀧澤	387-2082	五香公園	42	南花島クラブ	山本	361-0407	下萩公園
20	紫陽会	神原	364-4687	仲台公園	43	穂台A	邨瀬	363-4230	穂台小学校
21	常六会	河上	386-9589	金ヶ作公園	44	山吹GG5	大山	386-3607	やまびき公園
22	陣ヶ前太陽クラブ	川井	362-6677	二十世紀公園	45	友愛クラブ	大野	341-2671	小金公園
23	スマイリーズ	保浦	342-5056	ハケ崎公園	46	竜房Gクラブ	吉田	342-1903	ハケ崎スポーツ広場

●カヌー(1協会 ※掲載希望のあった団体のみ掲載しています。)

1	NPO松戸市カヌー協会	杉本	389-9812	松戸市運動公園プール
---	-------------	----	----------	------------

●太極拳(1クラブ ※掲載希望のあった団体のみ掲載しています。)

1	健康太極拳クラブ	川畑	712-1033	常盤平市民センター
---	----------	----	----------	-----------



このマークが目印です!



マイル対象店舗一覧

※五十音順
※平成28年8月12日現在

対象となるスポーツジム・フィットネスクラブ一覧

5マイル:体験または入会
1マイル:入会後の利用

No	店舗名	住所	5 マイル	1 マイル	No	店舗名	住所	5 マイル	1 マイル
1	ace松戸	松戸1173の1 RG MATSUDO BLD3階	○	○	9	ザバススポーツクラブ新松戸	新松戸4の20	○	○
2	カーブス新松戸	新松戸4の201スターライトハウス1階-A	○	○	10	スポーツクラブNAS松戸	本町4の1	○	○
3	カーブス二十世紀が丘	二十世紀が丘丸山町35	○	○	11	タニタフィットミーピコティ北小金店	小金1ピコティ東館2階	○	○
4	カーブス松戸駅前	松戸1176の2KAMEI BLD. 2階-1	○	○	12	ダンロップスポーツクラブ北松戸	上本郷358	○	○
5	カーブス松戸五香	常盤平5丁目17の10シャルネ95-2階	○	○	13	ニッセイセントラルフィットネスクラブ松戸	高塚新田123の15	○	○
6	カーブス松戸馬橋	馬橋1805	○	○	14	フィットネスガーデン馬橋	馬橋1890の1ウェルネス馬橋2階	○	○
7	カーブス八柱	日暮1丁目1番1八柱駅第2ビル6階	○	○	15	フィットネスクラブレフコ八柱駅前店	日暮5の194	○	○
8	クリスタルスポーツクラブ八柱	常盤平陣屋前8の2	○	○	16	Fit-One松戸駅前店	松戸1230の1ピアザ松戸9階	○	○

健康相談によるマイル付与を実施している薬局一覧(5マイル)

No	店舗名	住所	No	店舗名	住所
1	あい調剤薬局	上本郷2675の1鳥海ビル101	45	はな薬局上本郷店	上本郷4378
2	アイン薬局北松戸店	上本郷902の5パークキューブ北松戸101	46	ひいらぎ薬局	新松戸4の1
3	アイン薬局千葉西店	金ケ作89の5	47	ひかり薬局	稔台1の10の3
4	アイン薬局ときわ平店	金ケ作103の1	48	ファーコス薬局银杏	小金きよしヶ丘 2の8の13
5	アオイ薬局	上本郷3の4061	49	ファーコス薬局さくらの木	常盤平5の8の12
6	アオキ薬局新松戸店	新松戸4の217	50	ファーコス薬局しいの木	常盤平1の11の9
7	あさひ薬局	根本14の2パークスカイタワー松戸	51	ファーコス薬局しいの木西	金ケ作 88の6
8	ウエルシア松戸高塚薬局	高塚新田232	52	ファーコス薬局下矢切	下矢切70の1
9	ウエルシア松戸牧の原薬局	常盤平6の28の7	53	ファーコス薬局新松戸	新松戸南1の168の3
10	ウエルシア松戸元山薬局	五香南1の1の5	54	ファーコス薬局常盤平	常盤平6の1の15
11	ウエルシア薬局常盤平店	常盤平4の8の19	55	ファーコス薬局にしくぼ	常盤平西窪町13の2
12	ウエルシア薬局松戸駅西口店	本町19の17松戸本町第1ビル	56	富士見薬局	上矢切265の2
13	ウエルシア薬局松戸古ヶ崎店	古ヶ崎4丁目3579番	57	ほてい堂薬局	常盤平7の18の5
14	ウエルシア薬局松戸五香店	五香4の21の1	58	まきば薬局	日暮5の191ビーンズ八柱1階
15	ウエルシア薬局松戸五香西店	五香西2の37の1	59	まご薬局	新松戸1の398の2コーボ佐々木
16	ウエルシア薬局松戸六高台店	六高台7の20の1	60	松戸栄薬局	栄町2の106の3
17	エビス薬局	南花島3の44の12	61	マツド長生堂薬局	牧の原2の370
18	岡田薬局	松戸1681	62	松戸西薬局	松戸2044
19	小川薬局	西馬橋相川町1クレインヒルズ101	63	松戸薬局本店	本町18の1
20	オリーブ薬局	仲井町3の25第2アンビルマンション1階3号	64	松戸薬局松戸新店	松戸新田庚申前420の7
21	かつみ薬局	本町19の16松戸ウエストビル1階	65	まり松戸薬局	松戸1241和興ビル105
22	カワシマ薬局	馬橋2016の2	66	薬局タカサ松戸店	松戸新田21の58
23	川名薬局	栄町5の275の13	67	薬局トモズグリーンマークシティ松戸新店	松戸新田245の26
24	北丘薬局	五香7の55の19	68	薬局マツモトキヨシ小金店	小金44
25	くるみ薬局	栄町6の418の2	69	薬局マツモトキヨシ五香駅前通り店	常盤平5の17の7
26	元気薬局小金原支店	小金原4の9の20の1	70	薬局マツモトキヨシ矢切店	栗山字中台125の1
27	厚養堂薬局	上本郷2677の97	71	ヤックスドラッグ二十世紀が丘薬局	二十世紀が丘丸山町130
28	五香薬局	常盤平5の17の15	72	友愛薬局金ケ作店	金ケ作408の169
29	ココカラファイン薬局松戸店	松戸1139の2ライオンズステーションタワー1階	73	友愛薬局上本郷店	上本郷 1の3196
30	さくら通り薬局	常盤平2の15の11	74	友愛薬局小金原店	小金原4の3の17
31	新松戸ロイヤル薬局	新松戸1の411小宮山ビル	75	友愛薬局新金ケ作店	金ケ作303の138
32	すい星薬局松戸店	根本2の10	76	友愛薬局大学前店	栄町西1の858
33	スマレ漢方薬局	日暮1の19の1	77	友愛薬局常盤平店	常盤平2の24の2常盤平団地A-2
34	そうごう薬局五香店	常盤平5の12の6第1泉ビル1階	78	友愛薬局東松戸店	高塚新田123の16
35	ダイエー新松戸店薬局	新松戸3の2の2	79	友愛薬局牧の原店	牧の原1の19ヴィラサンロード牧の原A-101
36	太陽調剤薬局	胡録台326の8	80	友愛薬局松戸西口店	本町22の4
37	田辺薬局新松戸西店	新松戸6の39	81	友愛薬局馬橋駅前店	馬橋179馬橋ステーションモール3階B-1
38	調剤薬局マツモトキヨシ北松戸店	上本郷3の4060	82	友愛薬局馬橋店	旭町 1の137の1
39	調剤薬局マツモトキヨシ新松戸3丁目店	新松戸3の135エム・フォレストビル1階	83	友愛薬局六高台店	六高台6の67
40	調剤薬局マツモトキヨシ新松戸店	新松戸2の115の1松本ビル1階	84	よこお薬局	新松戸南1の151
41	ハート調剤薬局北松戸店	北松戸1の1の14	85	蘭調剤薬局新松戸店	新松戸 1の409新松戸エスビル1階
42	ハート調剤薬局馬橋店	中和倉151の2	86	リズム薬局東松戸店	東松戸3の2の1アルフレンテ307
43	ハーブランド薬局東松戸店	東松戸3の7の19	87	わかば薬局八ヶ崎	八ヶ崎6の56の42
44	ハーブランド薬局松戸店	松戸1293の2小川ビル1階	88	ワタナベ薬局	西馬橋1の10の2



このマークが目印です!



マイル対象店舗一覧

※五十音順
※平成28年8月12日現在

健康ちば協力店(1マイル)

No	店舗名	住所	No	店舗名	住所
1	一福飯店	小金きよしヶ丘1の4の5	10	松月庵	稔台7の15の1
2	"旨い野菜のレストラン"organic CAMOO	日暮1の10の5	11	そば処岡田屋	五香西1の28の18
3	おでんのおたふく	新松戸1の229の3	12	そば処まるか	常盤平柳町1の2
4	キッチンポワール	常盤平3の22の7	13	だんごのやまか	北松戸2の6の11
5	蕎楽たか木	六高台8の64	14	ビストロアンシャンテ	本町25の5
6	串揚げ工房 穂	小金原5の29の13	15	真心の味 さんかい亭	日暮1の16の16 アミューズプラザ8
7	串焼かめや	新松戸2の109 さくらビルB1	16	満留賀	稔台4丁目2番地の2
8	源平うどん	松戸新田556	17	やぶそば	申崎南町1の1
9	しゃもじや	新松戸1の318 新松戸ビル101号	18	レストランFuturo	久保平賀396

マイルを貯めよう!もっとガンバマイル!

もっとガンバマイル ~目指せ!日本1周~

まつど健康マイレージで貯めたマイルは、応募用紙1枚につき50マイルが累積されていきます。規定のマイルに到達したら、抽選による特典とは別に表彰がありますので、事務局からお知らせいたします。

- 例) ①20枚応募した場合...1,000マイル
②40枚応募した場合...2,000マイル
③60枚応募した場合...3,000マイル



※三師会とは、「松戸市医師会」、「松戸市歯科医師会」、「松戸市薬剤師会」の総称です。
※日本1周については、おおよその距離(マイル)で作成しています。

まつど健康マイレージのQ & A

- Q 50マイルちょうどじゃなくても応募できますか?
- A 応募用紙1枚につき、50マイル以上貯まっていれば応募することができます。ただし、2口分(100マイル)以上で応募しても1口分にしかありません。1口ごとに応募用紙を1枚お使いください。
- Q イベントの際に、応募用紙を忘れてしまいました。後日スタンプは押してもらえますか?
- A スタンプの押印は当日限りとなります。過去に遡っての押印はできません。イベント等に参加または店舗を利用される場合は、お手数ですが、応募用紙を持参してください。
なお、応募用紙を忘れた場合は、イベント会場で、新しい応募用紙を手に入れてからスタンプを押印してもらってください。複数枚で応募の際は、1口分(50マイル)であることを確認後、ホチキスなどでとめて応募してください。

- Q 新しい応募用紙はどこでもらえますか?
- A 応募用紙やパンフレットは、松戸市のホームページからダウンロード可能です。また、各支所、各保健福祉センター、各市民健康相談室などの公共施設、マイル対象店舗にもあります。応募用紙をコピーして使うこともできます。
- Q 健康ちば協力店とは何ですか?
- A メニューに栄養成分の表示や栄養・食生活等の情報の提供をしたり、ヘルシーオーダーに対応できる飲食店等が、千葉県に健康ちば協力店として登録しています。登録された店舗には、右のイラストの「健康ちば協力店ステッカー」が貼ってあります。
- Q もっとガンバマイルとは何ですか?
- A 応募用紙1枚につき50マイルとして、まつど健康マイレージ事務局で管理します。規定のマイルに到達したら表彰があります。



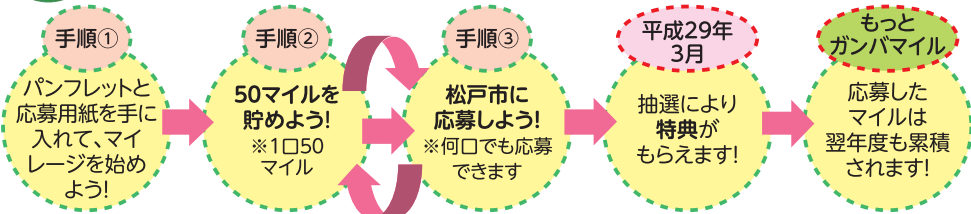
まつど健康マイレージ 平成28年度 応募用紙



- 応募用紙に記入漏れや不備などがあつた場合は、抽選対象外です。
- 一度ご応募いただいた応募用紙の返却はできません。
- マイル券や応募用紙を紛失した場合、マイルの再付与はできません。
- 個人情報、まつど健康マイレージ事業の調査研究以外には使用しません。



マイルを貯めて健康と特典をゲットしよう!

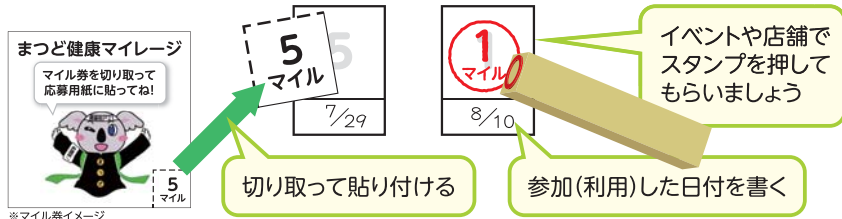


抽選の応募対象となるマイルは平成29年2月28日までに取得したものです。
 (応募用紙は3月7日必着)特典や応募方法の詳細はパンフレットをご覧ください♪
【特典内容】クオカード(1,000円分)1,000名、健康松戸21応援団協賛品700名
 「もっとガンバマイル」の規定マイルに到達すると表彰があります。
 1,000マイル「三師会賞」、2,000マイル「けあら賞」、3,000マイル「応援団長賞」



記入例

日付	受けたもの	受けた場所 ※医療機関の指定はありません	過去5年以内に受けていない場合は○をつける	まつど健康マイレージは、健(検)診などを受けるきっかけになりましたか?
7/10	特定健診	〇〇医院		はい・いいえ
7/25	成人歯科健診	〇〇デンタルクリニック	○	はい・いいえ



応募方法

- ①郵送.....下記の住所へ郵送してください
- ②応募ボックス.....各保健福祉センター、各市民健康相談室、集団健(検)診会場等にも設置してあります。

問い合わせ先

- 担当 松戸市健康福祉部健康推進課 まつど健康マイレージ事務局
- 所在地 〒271-0072 松戸市竹ヶ花74の3 中央保健福祉センター 3階
- 電話 366-7486(直通) ●FAX 363-9766

申請日	平成 年 月 日	※氏名等が変更になった場合は、マイル管理の都合上、旧情報も含めて欄内にご記入ください。		
ふりがな			性別	男・女
氏名			年齢	才
生年月日	大・昭・平	年	月	日
住所	〒 -			
電話番号				
勤務先 学校名	市外在住の方は必ずご記入ください			

アンケート (該当する項目にチェックつけてください)

- (1)まつど健康マイレージのことを知ったきっかけはなんですか?(1つのみ選択可)
- 広報まつど
 松戸市のホームページ・電子モニターなど
 パンフレット
 (入手先 公共施設 医療機関 店舗 その他)
 家族・知人・友人
 マイル付与対象のイベント参加
 その他()
- (2)まつど健康マイレージに参加した理由はなんですか?(2つまで回答可)
- 健康づくりのきっかけになるから 健康づくりのはげみになるから
 家族・友人・知人に勧められたから 特典があるから
 マイルを貯めることが楽しいから
- (3)まつど健康マイレージに参加して、健康づくりの意識は以前より高まりましたか?
 (はい いいえ)
- ご協力ありがとうございました。

事務局 使用欄	受領日	入力	連番	備考

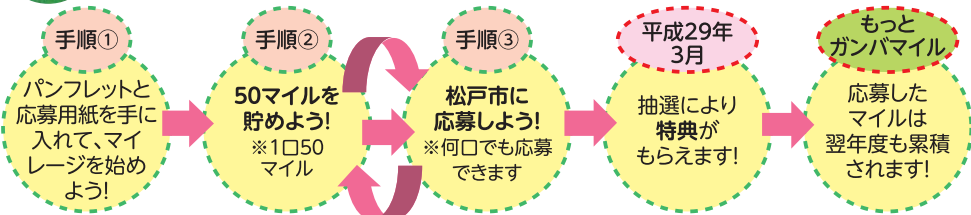
まつど健康マイレージ 平成28年度 応募用紙



- 応募用紙に記入漏れや不備などがあつた場合は、抽選対象外です。
- 一度ご応募いただいた応募用紙の返却はできません。
- マイル券や応募用紙を紛失した場合、マイルの再付与はできません。
- 個人情報、まつど健康マイレージ事業の調査研究以外には使用しません。



マイルを貯めて健康と特典をゲットしよう!

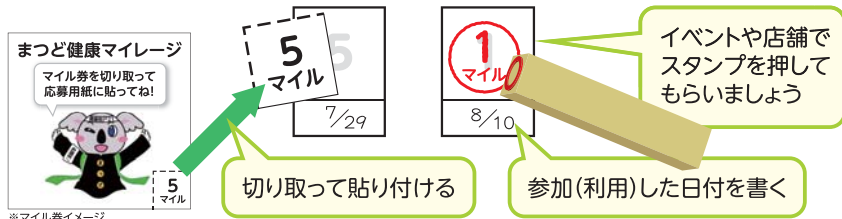


抽選の応募対象となるマイルは平成29年2月28日までに取得したものです。
 (応募用紙は3月7日必着)特典や応募方法の詳細はパンフレットをご覧ください♪
【特典内容】クオカード(1,000円分)1,000名、健康松戸21応援団協賛品700名
 「もっとガンバマイル」の規定マイルに到達すると表彰があります。
 1,000マイル「三師会賞」、2,000マイル「けあら賞」、3,000マイル「応援団長賞」



記入例

日付	受けたもの	受けた場所 ※医療機関の指定はありません	過去5年以内に受けていない場合は○をつける	まつど健康マイレージは、健(検)診などを受けるきっかけになりましたか?
7/10	特定健診	〇〇医院		はい・いいえ
7/25	成人歯科健診	〇〇デンタルクリニック	○	はい・いいえ



応募方法

- ①郵送.....下記の住所へ郵送してください
- ②応募ボックス.....各保健福祉センター、各市民健康相談室、集団健(検)診会場等にも設置してあります。

問い合わせ先

- 担当 松戸市健康福祉部健康推進課 まつど健康マイレージ事務局
- 所在地 〒271-0072 松戸市竹ヶ花74の3 中央保健福祉センター 3階
- 電話 366-7486(直通) ●FAX 363-9766

申請日	平成 年 月 日	※氏名等が変更になった場合は、マイル管理の都合上、旧情報も含めて欄内にご記入ください。		
ふりがな			性別	男・女
氏名			年齢	才
生年月日	大・昭・平	年	月	日
住所	〒 -			
電話番号				
勤務先 学校名	市外在住の方は必ずご記入ください			

アンケート (該当する項目にチェックつけてください)

- (1)まつど健康マイレージのことを知ったきっかけはなんですか?(1つのみ選択可)
- 広報まつど
 松戸市のホームページ・電子モニターなど
 パンフレット
 (入手先 公共施設 医療機関 店舗 その他)
 家族・知人・友人
 マイル付与対象のイベント参加
 その他()
- (2)まつど健康マイレージに参加した理由はなんですか?(2つまで回答可)
- 健康づくりのきっかけになるから 健康づくりのはげみになるから
 家族・友人・知人に勧められたから 特典があるから
 マイルを貯めることが楽しいから
- (3)まつど健康マイレージに参加して、健康づくりの意識は以前より高まりましたか?
 (はい いいえ)
- ご協力ありがとうございました。

事務局 使用欄	受領日	入力	連番	備考

A 15マイル 受診した健(検)診などの内容を記入しましょう

各種健(検)診などの項目	
【健康診断】 一般的な健康診断、特定健診、職場健診 学校健診、後期高齢者健康診査 など	肺がん検診 大腸がん検診 胃がん検診 子宮頸がん検診
特定保健指導 ※1回分のみマイル対象	乳がん検診
脳ドック	骨粗しょう症検診
成人歯科健診	肝炎ウイルス検診
妊婦健診 ※1回分のみマイル対象	口腔がん検診
妊婦歯科健診	献血 ※毎回マイル対象

1回50マイル
何回でも応募
できます。

1回ごとに1枚
お使いください。
※複数枚を合算して
50マイルは可

**人間ドックを受診
した場合のマイル
の貯め方**
例)健康診断 +
胃がん検診 +
肺がん検診 =
45マイル獲得!

日付	受けたもの	受けた場所 ※医療機関の指定はありません	過去5年以内に 受けていない場合は ○をつける	まつど健康マイレージは、 健(検)診などを受ける きっかけになりましたか?
/				はい・いいえ
/				はい・いいえ
/				はい・いいえ
/				はい・いいえ

B 5マイル マイル券を貼り付けましょう 参加(利用)した日付を記入しましょう

健康松戸21応援団が行うイベントなど	
松戸市スポーツ推進委員連絡協議会が主催する一部のイベント	※特集号4ページ参照
松戸市内スポーツジム・フィットネススクラブの体験または新規入会	※特集号5ページ参照
薬局での健康相談	※特集号5ページ参照
松戸市が主催するイベントなど	
健康づくりに関する各種教室、イベント、講演会など	
健康づくりに関するパートナー講座(10講座)	

5	10	15	20	25	30	35	40	45	50 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

※BおよびCのマイル対象となる項目の詳細は、広報まつど特集号4～6ページまたは、松戸市ホームページ・パンフレットをご覧ください。

C 1マイル マイルスタンプを押してもらいましょう マイル券を貼り付けましょう 参加(利用)した日付を記入しましょう

健康松戸21応援団が行うイベントなど	
松戸市はつらつクラブ連合会が主催する運動・身体活動に関するイベント	※4ページ参照
松戸市社会福祉協議会・地区社会福祉協議会が主催する運動・身体活動に関するイベント	※4ページ参照
人材パワーアップセンターが主催する「わくわくストレッチクラブ」	
松戸市体育協会の連盟・協会に所属するクラブが行う運動・身体活動に関するイベント	※4ページ参照
松戸市内スポーツジム・フィットネススクラブの利用	※5ページ参照
健康ちば協力店の利用	※6ページ参照

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

※Cは1日の中で、複数のイベント等に参加・店舗の利用をしても、貯められるのは1日1マイルまでです。

A 15 マイル	B 5 マイル	C 1 マイル	総マイル数
合計	+	合計	+
マイル		マイル	
		+	
		合計	=
		マイル	
			マイル

----- ✂キリトリ線 ----- ✂キリトリ線 ----- ✂キリトリ線 -----

A 15マイル 受診した健(検)診などの内容を記入しましょう

各種健(検)診などの項目	
【健康診断】 一般的な健康診断、特定健診、職場健診 学校健診、後期高齢者健康診査 など	肺がん検診 大腸がん検診 胃がん検診 子宮頸がん検診
特定保健指導 ※1回分のみマイル対象	乳がん検診
脳ドック	骨粗しょう症検診
成人歯科健診	肝炎ウイルス検診
妊婦健診 ※1回分のみマイル対象	口腔がん検診
妊婦歯科健診	献血 ※毎回マイル対象

1回50マイル
何回でも応募
できます。

1回ごとに1枚
お使いください。
※複数枚を合算して
50マイルは可

**人間ドックを受診
した場合のマイル
の貯め方**
例)健康診断 +
胃がん検診 +
肺がん検診 =
45マイル獲得!

日付	受けたもの	受けた場所 ※医療機関の指定はありません	過去5年以内に 受けていない場合は ○をつける	まつど健康マイレージは、 健(検)診などを受ける きっかけになりましたか?
/				はい・いいえ
/				はい・いいえ
/				はい・いいえ
/				はい・いいえ

B 5マイル マイル券を貼り付けましょう 参加(利用)した日付を記入しましょう

健康松戸21応援団が行うイベントなど	
松戸市スポーツ推進委員連絡協議会が主催する一部のイベント	※特集号4ページ参照
松戸市内スポーツジム・フィットネススクラブの体験または新規入会	※特集号5ページ参照
薬局での健康相談	※特集号5ページ参照
松戸市が主催するイベントなど	
健康づくりに関する各種教室、イベント、講演会など	
健康づくりに関するパートナー講座(10講座)	

5	10	15	20	25	30	35	40	45	50 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

※BおよびCのマイル対象となる項目の詳細は、広報まつど特集号4～6ページまたは、松戸市ホームページ・パンフレットをご覧ください。

C 1マイル マイルスタンプを押してもらいましょう マイル券を貼り付けましょう 参加(利用)した日付を記入しましょう

健康松戸21応援団が行うイベントなど	
松戸市はつらつクラブ連合会が主催する運動・身体活動に関するイベント	※4ページ参照
松戸市社会福祉協議会・地区社会福祉協議会が主催する運動・身体活動に関するイベント	※4ページ参照
人材パワーアップセンターが主催する「わくわくストレッチクラブ」	
松戸市体育協会の連盟・協会に所属するクラブが行う運動・身体活動に関するイベント	※4ページ参照
松戸市内スポーツジム・フィットネススクラブの利用	※5ページ参照
健康ちば協力店の利用	※6ページ参照

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50 マイル
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

※Cは1日の中で、複数のイベント等に参加・店舗の利用をしても、貯められるのは1日1マイルまでです。

A 15 マイル	B 5 マイル	C 1 マイル	総マイル数
合計	+	合計	+
マイル		マイル	
		+	
		合計	=
		マイル	
			マイル