

主な内容	●「けあら」の健康チェック……………2
	●まつど健康マイレージ参加方法………3
	●ガンバマイル……………4
	●エリア別一覧、関連団体表……………5
	●健康松戸21応援団……………8

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の3  
 ✉mckenkou@city.matsudo.chiba.jp  
 ㊚http://www.city.matsudo.chiba.jp/  
 ☎047-366-7486 FAX047-363-9766





あなたの健康づくりを応援します!

## まつど健康マイレージ

～参加しないなんて、もったいない～

## まつど健康マイレージとは?

健（検）診の受診や健康の維持増進を目的としたイベント等に参加してマイルを貯めることができ、応募すると抽選で特典が当たる制度です。

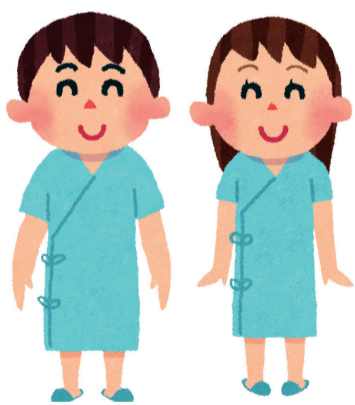
市民の健康への意識向上をサポートし、「**健康寿命の延伸**」と「**健康格差の縮小**」を図ることを目的として始まり、現在、3期目を迎えています。

健康松戸21  
 マスコットキャラクター  
**「けあら」**



**「健康寿命」**とは、  
 日常的に介護を必要としないで、自立した生活ができる期間(自立期間)のことで、  
**「健康格差」**とは、  
 地域や社会経済状況の違いによる健康状態の格差のことだよ！

## まつど健康マイレージの対象は?



健診・がん検診



健康講座・相談



スポーツジム等



自主的な健康づくり

**対象者**

20歳以上の市内在住・在勤・在学の人  
 ※実施期間内において20歳以上。

**対象期間**

平成30年2月1日(木)から  
 平成30年12月31日(月)まで

**応募締切**

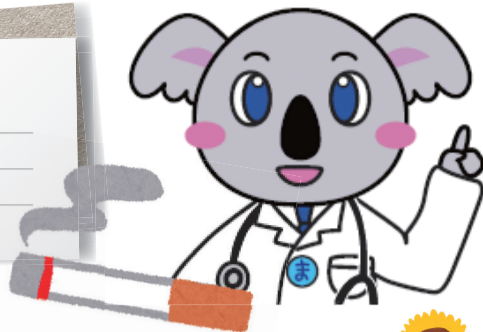
平成31年1月11日(金) [必着]



まつど健康マイレージ  
 公式ホームページ



# 「けあら」の健康チェック



## 健診・がん検診



「いいえ」が1つでもあった人は、要注意！

### 健診・がん検診は健康づくりの第一歩

健康の維持増進のためには、まず、自分の体の状態を確認することが大切です。

早期には自覚症状がなく、症状が現れた時にはすでに進行しているという病気も少なくはありません。

その中でも、特に、**早期発見が重要なのがん**です。がんは部位等にもよりますが、早期発見・早期治療により完治させることもできます。

### 健康の維持増進のためには…

**年に1度は健康診断やがん検診を受け、検査結果にきちんと目を通し、生活習慣や食生活を見直しましょう。**

また、気になる部分があったら医師に相談するなどし、健康意識を高めましょう。

**まつど健康マイレージで健康づくりをしながら特典をゲットしよう！**

※詳しくは3ページを見てね。

## 喫煙



「はい」が1つでもあった人は、要注意！

### やっぱり怖いたばこの害

たばこの煙には、200種類以上の有害物質が含まれており、そのうち約60種類に発がん性があるとされています。これらの有害物質は、肺、口腔、気道、腸管等から吸収され、**全身の臓器に影響を与えます**。また喫煙者が吸い込む「主流煙」より、受動喫煙の原因となる「副流煙」のほうが有害物質が多く、席を分けることや空気清浄機では防ぐことができません。

肺気腫や慢性気管支炎などを併発する「**慢性閉塞性肺疾患(COPD)**」は、別名「たばこ病」といわれ、患者の約9割が喫煙者または前喫煙者です。

また、最近話題の**加熱式たばこ**にも**有害物質が含まれているため**、健康への影響が少ないとは言えません。

喫煙期間が長いほど、また喫煙本数が多いほど、たばこの害による病気のリスクは高まりますが、**禁煙を実行すれば、そのリスクを大きく軽減できます**。

### 健康の維持増進のためには…

自分のためであることはもちろん、家族や周囲の人の健康のためにも、禁煙にトライしてみませんか。

禁煙相談についてのお問い合わせは、健康推進課(☎366-7489)まで。

# まつど健康マイレージ★参加方法



健(検)診を受診したり  
自分なりの  
健康づくりをして



マイルを貯める



応募用紙に必要事項を記載



専用の応募ボックス、  
または封筒に入れて  
ポストに投函する



あとは抽選まで  
待ちましょう

## 前回の主な特典内容

- ・電動アシスト自転車 ..... 1人
- ・血圧計 ..... 10人
- ・体組成計 ..... 15人
- ・塩分測定器 ..... 29人
- ・電動歯ブラシ ..... 5人
- ・テーマパークチケット ..... 10人
- ・クオカード ..... 計2,543人 など  
(1万円、5千円、3千円、千円)

※今回も、健康松戸21応援団の協力で、さまざまな特典を予定しています。前回当たらなかった方も、ぜひ再チャレンジしましょう。

当選人数  
3,342人

## マイレージ応募時のご注意

- ・応募用紙に記入漏れや不備などがあった場合、または、対象期間外のマイルは無効となります。
- ・マイル券や応募用紙の紛失による再発行等はできません。
- ・マイルは日付をさかのぼって付与することはできません。
- ・応募いただいた用紙の返却はできません。
- ・自分マイルだけでの応募はできませんので、A~Cのマイルと組み合わせて応募してください。
- ・50マイルに達していない場合でも、ガンバマイルに累積できます。

## 記載例

### まつど健康マイレージ 応募用紙

マイルはいくつ貯まったかな?数えてみよう!

A 15 マイル	B 5 マイル	C 1 マイル	自分マイル	合計
計	計	計	計	計
+	+	+	=	
マイル	マイル	マイル	マイル	マイル

問い合わせ先  
まつど健康マイレージ事務局  
(松戸市 健康推進課)  
●電話:047(366)7486

応募用紙1枚につき  
1口50マイルを  
貯めましょう

※1日1マイル 応募用紙1枚(1口)で最大15マイルまで貯められます。

自分マイル ※自分マイルだけでの応募はできません。

※実施期間内の日付を記入してください。日付をさかのぼって記入することはできません。

目標	例) 30分ウォーキングする	下の欄には実施した日付を書きましょう	例	1	2	3	4	5		
	○○○○する		2/1	4/1	4/2	3	4	5		
	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

## 自分マイル

- 今取り組んでいること
- 新たに取り組みたいこと など  
健康づくりの目標を1つ記入しましょう!

※「設定した目標」「実施した日付」を  
必ず書きましょう!

(1) まつど健康マイレージに参加した理由はなんですか? (2つまで選択可)	付	号
<input type="checkbox"/> 健康づくりのきっかけになるから <input type="checkbox"/> 健康づくりのほげみになるから		
<input type="checkbox"/> 家族・友人・知人に勧められたから <input type="checkbox"/> 特典があるから		
<input type="checkbox"/> マイルを貯めることが楽しいから		
(2) 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)	備	考
ご協力ありがとうございました		

※個人情報は、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

## 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  
まつど健康マイレージ事務局 宛て

## 応募ボックスに投函する場合

- 下に専用の応募ボックスを設置します。最寄り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)
- ・各支所内の市民健康相談室
- ・松戸市が実施する集団健(検)診会場等

投函の受付時間は  
土・日曜、祝日、  
年末年始を除く  
8時30分~12時15分、  
13時~17時だよ!



キリトリ線

## まつど健康マイレージ 応募用紙

マイルはいくつ貯まったかな?数えてみよう!

A 15 マイル	B 5 マイル	C 1 マイル	自分マイル	合計
計	計	計	計	計
+	+	+	=	
マイル	マイル	マイル	マイル	マイル

問い合わせ先

まつど健康マイレージ事務局  
(松戸市 健康推進課)  
●電話:047(366)7486

応募用紙1枚につき  
1口50マイルを  
貯めましょう

## 自分マイル

※1日1マイル 応募用紙1枚(1口)で最大15マイルまで貯められます。

※自分マイルだけでの応募はできません。

※実施期間内の日付を記入してください。日付をさかのぼって記入することはできません。

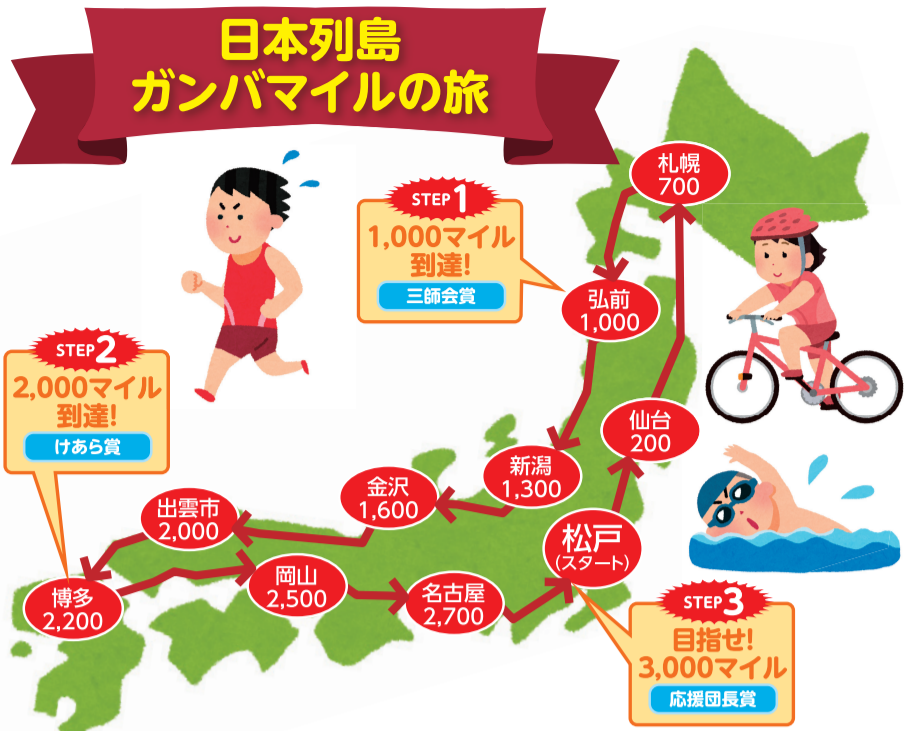
目標	例) 30分ウォーキングする	下の欄には実施した日付を書きましょう	例	1	2	3	4	5		
			2/1							
	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

折り曲げ線

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、旧の情報も合わせて欄内にご記入ください			
ふりがな		性別	男・女	年齢	才
氏名		生年月日	大・昭・平	年	月 日
電話番号	( )	勤務先 学校名	市外在住の方のみご記入ください		
住所	〒 -				

アンケート (該当する項目にチェックをつけてください)		事務局使用欄	
(1) まつど健康マイレージに参加した理由はなんですか? (2つまで選択可)	<input type="checkbox"/> 健康づくりのきっかけになるから <input type="checkbox"/> 健康づくりのほげみになるから	受	付
<input type="checkbox"/> 家族・友人・知人に勧められたから <input type="checkbox"/> 特典があるから	<input type="checkbox"/> マイルを貯めることが楽しいから		
(2) 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		
		番	号
		備	考

※個人情報は、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



## ガンバマイル!

**STEP1** 三師会賞 (1,000マイル) → **STEP2** けあら賞 (2,000マイル) → **STEP3** 応援団長賞 (3,000マイル)

まつど健康マイレージで今までコツコツ貯めたマイルは、累積して貯めることができます。上記のマイルに達した方は表彰されますので、継続して健康づくりに取り組みましょう!

平成30年6月15日時点で6名の方が、ガンバマイルで1,000マイルを突破しました!

キリトリ線

**A (15マイル)** ※自分で記入してください ※医療機関の証明は不要です ※松戸市外で受診したのも対象になります

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?
5/7	特定健康診査	〇〇医院 <b>記入例</b>	○	(はい)・いいえ
/				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)** ※5マイル券を貼付する、または5マイルスタンプを押してもらう

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

**C (1マイル)** ※1マイルスタンプを押してもらう **1日3マイルまで取得可能**

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

**A (15マイル) 健(検)診等の項目**

健(検)診等 ※松戸市外の医療機関で受診したのも対象になります。

- 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)
- 特定保健指導 ※初回時と終了時のみ対象
- 脳ドック
- 歯科健診
- 妊婦健診 ※1回のみ対象
- 妊婦歯科健診
- 肺がん検診
- 大腸がん検診
- 胃がん検診
- 子宮頸がん検診
- 乳がん検診
- 骨粗しょう症検診
- 肝炎ウイルス検診
- 口腔がん検診
- 禁煙外来 ※初回時と終了時のみ対象
- 献血 ※3回分のみ対象
- インフルエンザ予防接種
- 肺炎球菌予防接種

健診・がん検診のホームページはこちら!

**B (5マイル) 松戸市・健康松戸21応援団が行うイベント**

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
- 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・市民公開講座
- 健康松戸21応援団が主催する一部の健康に関する講演会
- 薬局での健康相談・講座
- 地域包括支援センターが主催する健康づくりに関する講座・教室

松戸市が行うイベント・講座

- マイル対象となるイベント・講座などは「広報まつど」「イベントチラシ」「松戸市の公式ホームページ」などでお知らせいたします。

松戸市のパートナー講座

- 松戸市食育推進計画について
- 大切にしたい心の健康 ~ゲートキーパー養成研修~
- 手軽に楽しめるスポーツ紹介
- 肺の健康とCOPDについて
- がまんしないで! イキイキ更年期
- 生活習慣病を防いで元気ライフ
- 食事で防ごう 生活習慣病
- 息切れは、どうすれば楽になる
- 健康づくりを楽しみにかえよう ~まつど健康マイレージ~
- 認知症サポーター養成講座
- ロコモ予防 元気な未来へ自己投資

**C (1マイル) 健康松戸21応援団が行うイベント**

- 松戸市内スポーツジム・フィットネスクラブ(一部)の利用
- 健康ちば協力店(一部)の利用
- その他、健康松戸21応援団が実施するイベント・教室等への参加

**自分マイル (1マイル)**

●自主的に健康づくりに取り組むことで、マイルが貯められる項目です。

**A (15マイル)** ※自分で記入してください ※医療機関の証明は不要です ※松戸市外で受診したのも対象になります

**記載例**

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	健(検)診などを受けるきっかけになりましたか?
5/7	特定健康診査	〇〇医院 <b>記入例</b>	○	(はい)・いいえ
/				はい・いいえ
/				はい・いいえ
/				はい・いいえ
/				はい・いいえ

**A 健康診査や各種がん検診**

(例) 人間ドックを受診した場合

4/1	健康診査	○×病院	○	(はい)・いいえ
4/1	胃がん検診	○×病院	○	(はい)・いいえ
4/1	肺がん検診	○×病院	○	(はい)・いいえ

合計45マイル獲得!

●マイル対象となる健(検)診かどうかを確認してください  
※受診した日付を必ず書きましょう!

**B 松戸市が行うイベント・講座**

**C 健康松戸21応援団のイベント**

●参加(利用)してマイルスタンプまたはマイル券をもらう  
※参加(利用)した日付を必ず書きましょう!

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!

マイル券 5 7/10

1マイル 7/10

# エリア別一覧

## 各団体における マイル対象となる取り組み

- 医療機関  
※受診できる健(検)診の項目については、各医療機関にお問合わせください。
- 「薬局」健康相談
- 「スポーツジム等」 5マイル(体験・入会)  
1マイル(日々の利用)
- 「健康ちば協力店」 飲食
- 「町会・自治会等」「地域活動団体」  
「その他」 対象イベント等

※広報等へ掲載の許可を得ている団体・企業のみ掲載しています。  
(平成30年6月15日現在)



## 市の健診・がん検診、歯科健診が受診できる医療機関

※五十音順

### ● 医療機関 (病院:病院・医院・診療所など)

★...健(検)診のほか、健康づくり講演会・講座も実施している医療機関

※...健(検)診は未実施であるが、健康づくり講演会・講座を実施している医療機関

地区	種別	医療機関名	種別	医療機関名	種別	医療機関名	種別	医療機関名		
松戸	病院	上野整形外科	病院	橋本内科クリニック	歯科	アーク矯正歯科	歯科	小泉歯科医院		
		オーククリニックフォーミズ病院		平野医院		明石歯科医院		小根本歯科クリニック	歯科	
		栗原医院		ほっち医院		秋山矯正歯科		小林歯科クリニック		平山歯科
		新東京クリニック		本町クリニック循環器内科・内科		宇佐美歯科医院		佐藤歯科医院		松戸しいの木歯科医院
		そが内科クリニック		松戸タワークリニック		大塚歯科医院		嶋崎歯科クリニック		松戸歯科クリニック
		立原医院		まつど内科		大山口歯科医院		太陽歯科クリニック		松戸デンタルクリニック
		東葛クリニック病院★		もりた内科・眼科クリニック		オズデンタルクリニック		たけだ歯科クリニック		宮本歯科医院
		東葛クリニックみらい		レディースクリニックK		北原歯科医院		平岡歯科医院(松戸西口)		湯浅歯科医院
松戸新田・稔台	病院	総合クリニックドクターランド松戸	アウルデンタルクリニック	砂長歯科医院	歯科	まるやま歯科医院				
岡産婦人科稔台クリニック	田代外科医院	芦田歯科医院	高橋デンタルクリニック	稔台歯科		よこ歯科クリニック				
奥隅医院	西村内科循環器科	いそぎき歯科	武田歯科医院	平岡歯科医院(松戸新田)		渡辺デンタルClinic & Maintenance				
クリニック ソワニエ	丸山内科医院	おかデンタルクリニックみのり台	藤歯科医院							
島村トータル・ケア・クリニック★	稔台斎藤クリニック	上本郷歯科医院	富士見台歯科医院							
瀬産産婦人科	稔台整形外科クリニック	北村歯科診療室								
千本郷	病院	石島医院	にしむら内科クリニック	恩田歯科医院		歯科	齊藤デンタルクリニック	歯科	町山歯科	
上本郷	病院	小松内科神経内科	松戸呼吸器内科クリニック	加藤歯科クリニック			高田歯科医院		高田歯科医院	松崎歯科医院
千駄堀	病院	とちき内科循環器科	松戸市立総合医療センター※	神谷歯科医院	中村歯科医院		中村歯科医院		南花島歯科診療所	
西川医院	歯科	青山デンタルクリニック	きたまつど歯科	きたまつど歯科	中和倉歯科医院		中和倉歯科医院		和田歯科医院	
古ヶ崎	病院	青木内科	高田外科胃腸内科	内藤医院	病院	柳澤医院	歯科	スギタ歯科医院		
栄町	病院	高木クリニック	竹下医院	日本大学松戸歯学部付属病院★		オレンジ歯科		オレンジ歯科	日本大学松戸歯学部付属病院	
新松戸・馬橋	病院	あおぞら診療所 新松戸	病院	桐友クリニック新松戸	歯科	あんびる歯科医院	歯科	小林デンタルクリニック	歯科	ハヶ崎斎藤歯科医院
		市場医院		とくいずみ医院		いで歯科医院		さくら通り歯科クリニック		比留間歯科医院
		大川レディースクリニック		富川循環器科・内科クリニック		大川歯科医院		小児歯科ポプラ診療室		藤田歯科医院
		恩田メディカルクリニック		ハヶ崎山下クリニック		おがた歯科医院		白石歯科医院		ニッ木歯科医院
		熊谷内科		平岡クリニック		かえで歯科		しらゆり歯科医院		プチモンドハヶ崎デンタルクリニック
		けやきトータルクリニック		松戸神経内科		金子医院		新松戸石崎歯科医院		本間歯科医院
		古池外科胃腸科医院		松戸整形外科病院※		かねまる歯科医院		新松戸歯科		まつばら歯科
		兒玉医院		馬橋クリニック		北原歯科医院新松戸診療所		高野歯科		よこすかデンタルクリニック
		新松戸診療所★		森内科クリニック		くらもち歯科医院		高橋歯科クリニック		よこ山歯科医院
		新松戸中央総合病院★		ゆりのきクリニック		クリスタル歯科		新松戸総合歯科診療所		
		新松戸ハートクリニック		脇坂内科クリニック		くろかわ歯科		とうない歯科		
		染谷医院		わざクリニック		小谷歯科医院		長岡デンタルクリニック		
		津田内科クリニック		あらき歯科クリニック		東風歯科医院		西馬橋歯科クリニック		
		小金・小金原		病院		旭神経内科リハビリテーション病院		病院		小泉産婦人科医院
伊藤医院	小金原健診クリニック		湯原産婦人科医院		きよしヶ丘歯科診療所	羽根田歯科医院				
いらはら診療所	小金原診療所		あべ歯科医院		国谷歯科医院	ハヤカワ歯科				
大久保医院	タカハシクリニック★		伊藤歯科医院		栗ヶ沢歯科医院	半田歯科医院				
北小金クリニック	富岡産婦人科医院		おおくま歯科医院		こうで歯科	藤井歯科医院				
北原整形外科	ながと内科・皮膚科クリニック		大谷口歯科クリニック		小金原歯科	宮坂歯科医院				
きのわきクリニック	檜山外科胃腸科医院		岡田歯科医院		さくら歯科医院	谷津歯科医院				
工藤医院	山口内科クリニック		外苑歯科松戸診療所		しんぼ歯科医院	渡辺歯科クリニック				

地区	種別	医療機関名	種別	医療機関名	種別	医療機関名	種別	医療機関名	種別	医療機関名						
常盤平・八柱	病院	秋山クリニック	病院	ジュノ・ヴェスタクリニック八田	病院	宮前クリニック	歯科	後藤歯科	歯科	平賀歯科医院						
		足立中央クリニック		新八柱整形外科内科		森医院		歯科牧の原		平賀デンタルオフィス						
		宇野医院		清仁会クリニック		八柱三和クリニック		塚本デンタルオフィス		福島歯科医院						
		岡村胃腸科外科		千葉西総合病院★		八柱みどりの整形外科		とみやま歯科		藤原デンタルクリニック						
		門野診療所		どうたれ内科診療所		ヨネ ファミリークリニック		なかやま歯科医院		牧の原歯科医院						
		久保田医院		常盤平おひさまクリニック		若葉ファミリー常盤平駅前内科クリニック		成島歯科		松下歯科医院						
		くぼたクリニック 松戸五香		常盤平中央病院		atむらやま歯科クリニック		ニトリ歯科クリニック		まりデンタルクリニック						
		こすもす内科クリニック		ハートクリニック牧の原		岩井歯科医院		橋本歯科医院		やばしら歯科						
		後藤医院		花輪医院		恩田歯科クリニック		原歯科医院		やばしら歯科駅ビル診療所						
		さくら通り内科・大島		牧の原クリニック		きょうどう歯科新八柱		東歯科医院		ゆうかり歯科						
		三和病院★		三井クリニック		五香歯科医院		日暮歯科医院								
		五香・六美		病院		上野内科クリニック		病院		米沢医院	歯科	長坂歯科医院	歯科	六美後藤歯科医院	歯科	脇谷歯科クリニック
						五香病院★				六高台内科胃腸科クリニック		中村歯科六高台診療所		むつみデンタルクリニック		高柳歯科医院(市外)
新東京クリニック松飛台	新井歯科医院		野口歯科		むらかみ歯科医院											
すずき整形外科クリニック	大久保歯科診療所		ふま歯科医院		山本歯科医院											
せき整形外科クリニック	大越歯科		三国歯科医院		U歯科医院											
横関医院	なおい歯科医院		宮崎歯科医院		ライズデンタルクリニック											
矢切・東部	病院	秋山ハートクリニック	病院	高塚団地診療所	病院	メディクス松戸クリニック	歯科	かしのき歯科	歯科	松戸秋山 いけだ歯科クリニック						
		阿部クリニック		とちの樹メディカルクリニック		矢切クリニック		かみの歯科クリニック		本山歯科医院						
		一条会クリニック		西内科神経内科クリニック		梨香台診療所		小松歯科医院		森歯科医院二十世紀丘診療所						
		加賀谷 正クリニック★		東松戸クリニック		若林胃腸科クリニック		瀬畑歯科医院		森本歯科医院						
		柿の木台クリニック		福祉医療センター東松戸病院※		わたなべ医院 東松戸		なかざわ歯科医院		らいおん歯科						
		小板橋病院		松戸ニッセイ聖隷クリニック		稲富歯科クリニック		長島歯科医院		わたなべ歯科						
		小関内科医院		皆川医院		植田歯科クリニック		中村デンタルクリニック								
		さくらクリニック・松戸		三矢小台内科クリニック		大橋歯科医院		東松戸駅前歯科医院								



## マイル付与団体一覧

※五十音順

### ●薬局・一般店舗・団体等 (薬局:薬局、ジム:スポーツジム等、健康:健康ちば協力店、地域:地域活動団体、他:その他)

地区	種別	名称	種別	名称	種別	名称	種別	名称	種別	名称	
松戸	薬局	あさひ薬局	薬局	松戸西薬局	ジム	スポーツクラブNAS松戸	地域	献血ルームPure	地域	千葉大学園芸学部	
		ウエルシア薬局松戸駅西口店		松戸薬局		Fit-One松戸駅前店		健康づくりMK		平潟自治会	
		岡田薬局		まり松戸薬局		メディカルフィットネスリガーレ		小根本自治会		本庁地区社会福祉協議会	
		おんぶ薬局		みすぎ薬局松戸店		石臼挽きそば 幸		人材パワーアップセンター		まめの会	
		かつみ薬局		友愛薬局松戸西口店		ピストロアンシャンテ		聖徳大学		マーガレットヨガサークル	
		ココカラファイン薬局松戸店		イオンフィットネススタジオ松戸西口店		あんしん地域見守りネット		食生活のり会		健康麻雀東一曲	
		すい星薬局松戸店		ace松戸		くるみの会(高次脳・若年認知症カフェ)		陣ヶ前自治会		宮前湯(健康入浴デー)	
		ハーブランド薬局松戸店		カーブス松戸駅前		元気クラブ柿の木台		千葉県看護協会松戸地区部会			
松戸新田・稔台	薬局	太陽調剤薬局	薬局	薬局タカサ松戸店	健康	松月庵	地域	稔台第三町会	他	松戸ヘルスランド(健康入浴デー)	
		ひかり薬局		薬局トモズ		満留賀		稔台第10町会			
		ふじ薬局		グリーンマークシティー 松戸新田店		胡録台南自治会		朗朗会			
		松戸薬局松戸新田店		源平うどん		松戸新田第一町会		チームりぼんくらぶ			
上本郷	薬局	あい調剤薬局	薬局	クオール薬局松戸店	薬局	友愛薬局松戸センター店	地域	上本郷小学校PTA	地域	ふじショートテニスクラブ	
		アイン薬局北松戸店		厚養堂薬局		ダンロップスポーツクラブ北松戸		サークル・アキ		ラジオ体操会	
		アオイ薬局		調剤薬局マツモトキヨシ千駄堀店		だんごのやまか		シンコースポーツ株式会社			
		エビス薬局		ハート調剤薬局北松戸店		明第1地区社会福祉協議会		千駄堀第一町会			
		オリーブ薬局		はな薬局上本郷店		明第2東地区社会福祉協議会		町会自治会連合会明第2東地区会			
古ヶ崎	薬局	ウエルシア薬局松戸古ヶ崎店	薬局	松戸栄薬局	地域	健康体操 歩	地域	栄町8丁目町会	地域	パトラン松戸	
		川名薬局		友愛薬局大学前店		栄町七丁目町会		チェリッシュクラブ		弥生会	
		くるみ薬局		明第2西地区社会福祉協議会		栄町西町会		「認知症カフェ」おれんじ・あい			
新松戸・馬橋	薬局	アオキ薬局新松戸店	薬局	調剤薬局マツモトキヨシ八ヶ崎店	ジム	ワタナベ薬局	地域	新作2丁目町会	地域	松戸市シルバー人材センター	
		うさぎ薬局新松戸店		ハート調剤薬局馬橋店		カーブス新松戸		新松戸東町会		馬橋小学校PTA	
		小川薬局		ひいらぎ薬局		カーブス松戸馬橋		新松戸地区社会福祉協議会		馬橋地区社会福祉協議会	
		カワシマ薬局		ファーコス薬局新松戸		ザパススポーツクラブ新松戸		新松戸地区高齢者支援連絡会		馬橋西地区社会福祉協議会	
		クオール薬局はなみずき店		まご薬局		フィットネスガーデン馬橋		新松戸☆笑いヨガくらぶ		南新松戸町会	
		サンエー薬局小金原店		薬局マツモトキヨシ新松戸駅前店		リヴィタップ新松戸		とうかつ中央農業協同組合		三村新町町会	
		新松戸ロイヤル薬局		友愛薬局馬橋駅前店		おでんのおたふく		中和倉第三町会		ゆうかり町会	
		ダイエー新松戸店薬局		友愛薬局馬橋店		串焼かめや		ばそこん119		他	馬橋湯(健康入浴デー)
		田辺薬局新松戸西店		よこお薬局		いきがいクラブ		ハケ崎一丁目福寿台町会			
		調剤薬局マツモトキヨシ新松戸3丁目店		蘭調剤薬局新松戸店		いってみよう・やってみよう会		Betty'sシニア英会話			
調剤薬局マツモトキヨシ新松戸店	わかば薬局八ヶ崎	こみか元気くらぶ	ボランティアの会 どんぐり								
小金・小金原	薬局	元気薬局小金原支店	ジム	ワンコインフィットネス&水素水Sorriso	地域	いきいき体操クラブ	地域	小金原太極拳愛好会	地域	さわやか体操クラブ	
		ファーコス薬局銀杏		一福飯店		久保平賀町会		小金原団地分譲住宅団地自治会		すば・かる小金原	
		薬局マツモトキヨシ小金店		串揚げ工房 穂		くるみ会		小金原8丁目町会		みんなんち元気応援くらぶ	
		友愛薬局小金原店		レストランFuturo		小金地区社会福祉協議会		小金原6-7元気クラブ		むつみ会	
		ジム		タニタフィットミーピコティ北小金店		あすなる会		小金原地区社会福祉協議会		コスモス会	他
常盤平・八柱	薬局	アイン薬局千葉西店	薬局	ファーコス薬局さくらの木	薬局	薬局マツモトキヨシ五香駅前通り店	ジム	フィットネスクラブレフコ八柱駅前店	地域	常盤平地区社会福祉協議会	
		ウエルシア松戸牧の原薬局		ファーコス薬局しいの木		友愛薬局金ケ作店		「旨い野菜のレストラン」organic CAMOO		常盤平地区高齢者支援連絡会	
		ウエルシア薬局常盤平店		ファーコス薬局しいの木西		友愛薬局新金ケ作店		キッチンパワー		常盤平民生委員児童委員協議会	
		からたち薬局		ファーコス薬局常盤平		友愛薬局常盤平店		そば処まるか		八景台町会	
		五香薬局		ファーコス薬局にしくぼ		友愛薬局牧の原店		真心の味 さんかい亭		日暮町会	
		さくら通り薬局		ほてい堂薬局		カーブス松戸五香		健康づくりグループ円		牧の原団地1街区自治会	
		スミレ漢方薬局		まきば薬局		カーブス八柱		町会自治会連合会常盤平地区会		牧の原団地二街区住宅自治会	
		そうごう薬局五香店		マツド長生堂薬局		クリスタルスポーツクラブ八柱		常盤平団地地区社会福祉協議会		まちの緑側・陣屋前	

地区	種別	名称	種別	名称	種別	名称	種別	名称	種別	名称
五香六実	薬局	ウエルシア松戸元山薬局	健康	蕎麦たか木	地域	五香松飛台地区高齢者支援連絡会	地域	虹の橋	地域	六実四丁目町会マスタークラブ
		ウエルシア薬局松戸五香店		そば処岡田屋		五香松飛台地区社会福祉協議会		牧の原東町会		他
		ウエルシア薬局松戸五香西店		やぶそば		こすもすの会		まつかぜ会		
		ウエルシア薬局松戸六高台店	地域	五香新町町会		サンシルバー元氣かい		昔のあそびと遊ぼう会		
		北丘薬局		五香東町会		チアフル		六実六高台地区高齢者支援連絡会		
		友愛薬局六高台店		五香本町町会		中原自治会		六実六高台地区社会福祉協議会		
矢切・東部	薬局	ウエルシア松戸高塚薬局	薬局	リズム薬局東松戸店	地域	大橋町会	地域	元気クラブ柿の木台	地域	松戸市社会福祉協議会
		竹内薬局松戸店	ジム	カーブス二十世紀が丘		大橋東町会		すこやかライフ		三矢小台三丁目町会
		ハーブランド薬局東松戸店		ニッセイセントラルフィットネスクラブ松戸		河南環境美化の会		すみれ会		矢切健康づくりグループ
		ファークロス薬局下矢切		パーソナルトレーニングスタジオDO-1		紙敷中内薄浦町会		高塚新田自治会		矢切元気体操と歌う会
		富士見薬局	地域	秋山町会		紙敷向新橋町会		高塚団地自治会		矢切地区社会福祉協議会
		薬局マツモトキヨシ矢切店		秋山自治会		かもめの会		東部小学校PTA		和名ヶ谷自治会
		ヤックストラッグ二十世紀が丘薬局		ありのみ会		河原塚南町会		東部地区社会福祉協議会		
		友愛薬局東松戸店		生き活き体操クラブ		河原塚南山町会		フレッシュ・シンガーズ		

### 松戸市はつらつクラブ連合会地区別一覧(全202クラブ)

松戸支部(12クラブ)	明東支部(29クラブ)	古ヶ崎第一さくら会	泉ヶ丘福寿会	新松戸一丁目クラブ	小金上総町かずさの会
小山第一木の花会	岩瀬ときめきクラブ1	古ヶ崎第二さくら会	北町々会シニア倶楽部	新松戸けやきクラブ	小金上町老人クラブ
山寿会	岩瀬ときめきクラブ2	小根本第一長寿会	串崎南町ダイヤモンドクラブ	新松戸七丁目こぶし会	小金清志町長寿クラブ
三東クラブ第一	大畑クラブ	栄町寿会	樺クラブ	新松戸ひまわり会	小金第一寿会
三東クラブ第二	上本郷第一長寿会	栄町西あかね会	香西寿会	住吉いずみ会	城町ひまわりの会
松平会	上本郷第二長寿会	坂川町会ふれあい会	五香新町香新クラブ	第一ゆうかりクラブ	城山悠々会
陣ヶ前ことぶき会	上本郷友の会	相模台クラブ	五香東町寿会	第二ゆうかりクラブ	新松戸ファミーリイツ共の会
陣ヶ前すみれ会	上本郷松郷クラブ	笑栄会	五香本町老友会	中央永寿会	殿平賀あじさいの会
どっこいしょでありがとう会	北松戸寿会	松寿会	五香南町第一高砂会	中和倉あかね会	中金杉なごみ会
本町しあわせ会第一部会	胡録台南自治会ゆうゆう会	竹ヶ花第一福寿会	五香老友会	南友会	東平賀千歳クラブ
本町しあわせ会第二部会	第一ほほえみクラブ	樋野口百寿会	中原シニア交流会	虹の街クラブ	東平賀福寿会
松戸五十鈴会	第二ほほえみクラブ	福寿クラブ	ニコニコクラブ	八ヶ崎新町八新クラブ	東平賀雅会
宮前町松宮会	第一みのりクラブ	松戸八和会	平和台クラブ	八ヶ崎第二長寿会	平賀平和会
<b>矢切支部(8クラブ)</b>	第二みのりクラブ	<b>常盤平支部(21クラブ)</b>	北嶺会	八ヶ崎第三長寿会	二ツ木長寿会
あいあいクラブ	第五みのりクラブ	憩いクラブ	松戸市高柳町会生き生き交遊会	八ヶ崎第四長寿会	横二悠々会
柿ノ木台親交会	第六みのりクラブ	金ヶ作第一クラブ	まつど生涯桜友会	八ヶ崎第五長寿会	<b>小金原支部(18クラブ)</b>
矢切下一松寿会	第七みのりクラブ	金ヶ作第二クラブ	まつど生涯第2桜友会	馬橋寿三丁目町会百寿会	栗ヶ沢寿会
下矢切穂賀禰佳会	仲井町第一和楽会	金ヶ作第三クラブ	松飛台第一福寿会	馬橋第一長寿会	小金原しあわせクラブ
松柏会クラブ	仲井町第二和楽会	高寿会	松飛台第二福寿会	馬橋第二長寿会	小金原第二福寿会
二十世紀が丘明正会	松戸新田第一東寿会	常友会	松飛台第三福寿会	馬橋第三長寿会	小金原南山会
松美クラブ	松戸新田第二東寿会	千駄堀千寿会	むつみクラブ	馬橋第六長寿会	小金原木曜会
三矢小台クラブ	松戸新田第一和楽会	第二牧の原ひまわりクラブ	六実楽寿会	三ヶ月むつみ会	小金原若芝会
<b>東部支部(13クラブ)</b>	松戸新田第四和楽会	たんぼぼの会	やなぎクラブ	南新松戸長寿会	小金原わかば会
秋山幸友会	松戸新田第五和楽会	ときわ会	緑香クラブ	三村クラブ	小金原1丁目互楽会
大橋大成会	みなづきクラブ	常盤平柳会	六ニシニアクラブ	緑寿会	小金原三丁目共生クラブ
紙敷新田老人クラブ	南花島仲好会	常盤平六丁目白百合会	<b>馬橋支部(36クラブ)</b>	和朗会	小金原四丁目桜友会
紙敷中内薄浦老人クラブ	穂台第三みのりクラブ	新山和楽会	桜寿会	<b>小金支部(22クラブ)</b>	小金原五丁目九十九会
河原塚ことぶき会	穂台フレンドクラブ	西窪あかね会	幸谷赤城クラブ	大金平1丁目すみれ会	小金原7丁目西茜会
河原塚第二町会友の会	穂台わかば会	八景台長寿会	幸谷銀友クラブ	大金平4丁目さくらクラブ	第三松寿会
松南寿会	八柱マスターズクラブ	日暮高砂クラブ	小金下谷クラブ	大金平5丁目菜の花クラブ	根木内老人会
高塚シルバー	<b>明西支部(18クラブ)</b>	日暮七丁目ふれあいクラブ	寿西長寿会	大谷口北ゆうゆう会	福寿台クラブ
高塚団地友の会	栄健クラブ	ふたば会	寿東長寿会	大谷口城址倶楽部	松戸ふくろうクラブ
高塚はつらつクラブ	栄七福寿会	牧の原ひまわりクラブ	五番街シルバークラブ	きよしヶ丘長友会	めじろ会
東松戸さくらクラブ	永寿会クラブ	りんどうの会	三寿会	幸田アルパトロス会	ラミーユ・あすなる会
梨香クラブ	栄寿クラブ	若芽の会	新作ながつき会	※各支部区によって、活動内容が異なります。詳細については、松戸市はつらつクラブ連合会事務局(☎343-0571)まで。	
和名ヶ谷親和会	古ヶ崎寿クラブA	<b>高木支部(25クラブ)</b>	新松戸あじさいクラブ		

### 松戸市スポーツ推進委員連絡協議会地区別担当一覧(12地区)

明第一地区	小金地区	五香松飛台地区	東部地区	本庁地区	新松戸地区
明第二地区	小金原地区	六実六高台地区	常盤平地区	馬橋地区	矢切地区

※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ています。詳細については、スポーツ課(☎703-0601)まで。

### 松戸市体育協会等に属する団体・マイル付与一覧

グラウンド・ゴルフ(GG)	小金原GGクラブ	常六会	仲よし会	松二小S・V	<b>太極拳</b>
秋山GGクラブ	小金原愛好会	陣ヶ前太陽クラブ	菜の花クラブ	松飛台福寿会	健康太極拳クラブ
泉ヶ丘クラブ	小金原楽友会	スマイリーズ	ニコニコC	馬橋フレンドーズ	健康太極拳クラブ八柱
MG会	五香老友会	セローズ	根木内城山悠々会	南花島クラブ	<b>カヌー</b>
櫻友会	コスモス会	千駄堀	八ヶ崎ポピーC	穂台A	松戸市カヌー協会
大江戸クラブ	胡録台クラブ	第四友心会	花水木会	穂台オファー	<b>ターゲットバードゴルフ</b>
大金平遊友会	5・6チーム	高塚Gゴルフ部	ハマデセブン	山吹GG5	ターゲットバードゴルフ協会
大橋G・M・C	サイエンス	チームテン	パンプキンズ	友愛クラブ	<b>健康体操連盟</b>
柿ノ木台GGC	栄町寿会	常団会	樋野口グラウンドゴルフクラブ	竜房Gクラブ	健康体操ひまわり
共生クラブ	栄町西あかね会	殿山GGクラブ	平和台クラブ	わかさくらぶ	健やかクラブ
GGクラブあすなる	燦フレンズGG	どんぐり	北友クラブ	<b>テニス</b>	
ゴールドデンSG	紫陽会	仲井町クラブ	ポピークラブ	松戸市テニス協会	

## 応援団募集

健康松戸21応援団になって、市民の健康づくりをサポートしませんか？  
詳しくは、下記の担当課まで！

<b>医療関係</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>千葉県看護協会松戸地区部会</li> <li>千葉県赤十字血液センター</li> <li>松戸献血ルームPure</li> <li>松戸市医師会</li> <li>松戸歯科医師会</li> <li>松戸市薬業会</li> <li>松戸市薬剤師会</li> <li>松戸メディカルラボトリー</li> </ul>
<b>企業・学校等</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>朝日生命船橋支社</li> <li>アトレ松戸店</li> <li>イオン北小金店</li> <li>イトーヨーカドー・プライス五香店</li> <li>イトーヨーカドー松戸店</li> <li>イトーヨーカドー八柱店</li> <li>ウエルシア薬局</li> <li>エーザイ</li> <li>大塚製薬千葉出張所</li> <li>北小金ボウル</li> <li>京葉ガス</li> <li>健康麻雀 東一曲</li> <li>合同酒精東京工場</li> <li>ゴータック</li> <li>ジェイコム東葛葛飾</li> <li>シンコースポーツ</li> <li>聖徳大学</li> <li>第一生命柏常総支社</li> <li>ダイエー新松戸店</li> <li>地域新聞社松戸支社</li> <li>千葉大学園芸学部</li> <li>とうかつ中央農業協同組合</li> <li>日本大学松戸歯学部</li> <li>ファイザー</li> <li>ブラーレ松戸</li> <li>松戸商工会議所</li> <li>マツモトキヨシ</li> <li>流通経済大学</li> </ul>
<b>スポーツジム等</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ace松戸</li> <li>イオンフィットネススタジオ松戸西口店</li> <li>カーブス新松戸</li> <li>カーブス二十世紀が丘</li> <li>カーブス松戸駅前</li> <li>カーブス松戸五香</li> <li>カーブス松戸馬橋</li> <li>カーブス八柱</li> <li>クリスタルスポーツクラブ八柱</li> <li>ザバススポーツクラブ新松戸</li> <li>スポーツクラブNAS松戸</li> <li>タニタフィットミーピコティ北小金店</li> <li>ダンロップスポーツクラブ北松戸</li> <li>ニッセイセントラルフィットネスクラブ松戸</li> <li>パーソナルトレーニングスタジオDO-1</li> <li>フィットネスガーデン馬橋</li> <li>フィットネスクラブレフコ八柱駅前店</li> <li>Fit-One松戸駅前店</li> <li>メディカルフィットネスリガール</li> <li>リヴィタップ新松戸</li> <li>ワンコインフィットネス&amp;水素バーSorriso</li> </ul>
<b>健康ちば協力店</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>石臼挽きそば 幸</li> <li>イタリアンレストランFuturo</li> <li>一福飯店</li> <li>“旨い野菜のレストラン” organicCAMOO</li> <li>おでんのおたふく</li> <li>キッチンポワール</li> <li>蕎麦たか木</li> <li>串揚げ工房穂</li> <li>串焼かめや</li> <li>源平うどん</li> <li>三角屋</li> <li>松月庵</li> <li>そば処岡田屋</li> <li>だんごのやまか</li> <li>ビストロアンシャンテ</li> <li>真心の味さんかい亭</li> <li>松葉鮨</li> <li>まるかそば</li> <li>満留賀本店</li> <li>やぶそば</li> </ul>
<b>社会福祉協議会</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>明第1地区</li> <li>明第2西地区</li> <li>明第2東地区</li> <li>小金地区</li> <li>小金原地区</li> <li>五香松飛台地区</li> <li>新松戸地区</li> <li>東部地区</li> <li>常盤平団地地区</li> <li>常盤平地区</li> <li>本庁地区</li> <li>松戸市社会福祉協議会</li> <li>馬橋地区</li> <li>馬橋西地区</li> <li>六実六高台地区</li> <li>矢切地区</li> </ul>
<b>町会・自治会等</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>明第一地区会</li> <li>明第二西地区会</li> <li>明第二東地区会</li> <li>小金地区会</li> <li>小金原地区会</li> <li>五香松飛台地区会</li> <li>新松戸地区会</li> <li>東部地区会</li> <li>常盤平地区会</li> <li>常盤平団地地区会</li> <li>本庁地区会</li> <li>馬橋地区会</li> <li>馬橋西地区会</li> <li>六実六高台地区会</li> <li>矢切地区会</li> </ul>
<b>その他の健康づくりに関する団体</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>あすなる会</li> <li>ありのみ会</li> <li>あんしん地域見守りネット</li> <li>生き生き体操クラブ</li> <li>いきいき体操クラブ</li> <li>いきがいクラブ</li> <li>いってみよう・やってみよう会</li> <li>MG会</li> <li>河南環境美化の会</li> <li>グラウンドゴルフクラブあすなる会</li> <li>くるみ会</li> <li>くるみの会(高次脳・若年認知症カフェ)</li> <li>元気クラブ柿の木台</li> <li>健康体操歩</li> <li>健康づくりMK</li> <li>健康づくりグループ円</li> <li>健康づくりサポーター</li> <li>小金原グラウンドゴルフクラブ</li> <li>小金原楽友会</li> <li>小金原太極拳愛好会</li> <li>小金原6-7元気くらぶ</li> <li>コスモス会</li> <li>こすもすの会</li> <li>こどもの未来を考える会</li> <li>サークル・アキ</li> <li>さわやか体操クラブ</li> <li>サンシルバー元気かい</li> <li>食育ボランティアまつど</li> <li>食生活みのり会</li> <li>人材パワーアップセンター</li> <li>新松戸☆笑いヨガくらぶ</li> <li>すこやかライブ</li> <li>すぽ・かる小金原</li> <li>すみれ会</li> <li>たすけあいの会ふれあいネットまつど</li> <li>チアフル</li> <li>チームりぼんくらぶ</li> <li>チェリッシュクラブ</li> <li>ディープデモクラシー・センター</li> <li>虹の橋</li> <li>「認知症カフェ」おれんじ・あい</li> <li>ぱそこん119</li> <li>パトラン松戸</li> <li>ふじショートテニスクラブ</li> <li>フレッシュ・シンガーズ</li> <li>Betty'sシニア英会話</li> <li>ボランティアの会どんぐり</li> <li>マーガレットヨガサークル</li> <li>まつかぜ会</li> <li>松戸健康福祉センター</li> <li>松戸市健康推進員協議会</li> <li>松戸市公衆浴場組合</li> <li>松戸市食生活改善推進協議会</li> <li>松戸市シルバー人材センター</li> <li>松戸市スポーツ推進委員連絡協議会</li> <li>松戸市体育協会</li> <li>松戸市はつらつクラブ連合会</li> <li>松戸市PTA連絡協議会</li> <li>松戸市民生委員児童委員協議会</li> <li>まめの会</li> <li>昔のあそびと遊ぼう会</li> <li>むつみ会</li> <li>明朗会</li> <li>矢切元気体操と歌う会</li> <li>矢切健康づくりグループ</li> <li>弥生会</li> <li>ラジオ体操会</li> </ul>

## 健康松戸21応援団の一例を紹介!



応援団は  
現在179団体が  
入団しています!

『包括連携協定』を結び、  
市民の健康づくりを一緒に推進します!

### ファイザー株式会社



喫煙対策を中心に、健康づくり全般について連携しています。

### 第一生命保険株式会社



リーフレットによる健康啓発情報の発信等、健康増進のPR活動に協力しています。

### 大塚製薬株式会社



熱中症対策のセミナー開催等で連携し、市民の健康な暮らしを支える取り組みを進めています。

## まつど健康マイレージ・応援団等に関するお問い合わせ

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 047-366-7486(直通) ●FAX 047-363-9766

