

「かみす健康マイレージ」は市民の皆さんの主体的な健康づくりを応援します。

令和7年度



かみす健康マイレージ

5つの目標のうち
3つ以上達成して

豪華景品を当てよう!

抽選で
850名の方に
景品をプレゼント!!
協賛品多数あり!!



ステイッククリーナー、スマートウォッチ
電気圧力鍋、折りたたみ自転車など

※画像はイメージです

- 目標1 健康診断を受診する
目標2 がん検診を1つ以上受診する
目標3 歯の検診を受診する
目標4 健康づくりに関する事業などに1回以上参加する
目標5 個人の健康目標を立てて3か月以上取り組む

対象者 神栖市に住所を有する20歳以上の方 (年齢は令和8年3月31日現在)

達成期間 令和7年2月17日～令和8年2月13日

応募期間 令和7年10月1日～令和8年2月13日 (郵送の場合は消印有効)



© 神栖市

応募手順 楽しみながら参加して、健康と景品、両方を手に入れましょう!!

1

下の5つの健康目標から、3つ達成する

※応募は一人につき1回までです

※達成した目標が3つ以上無いものは無効となります

目標達成期間: 令和7年2月17日～令和8年2月13日

目標1 健康診断を受診する

市・職場・医療機関での健診、人間ドックなど

目標2 がん検診を1つ以上受診する

胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮がん検診など

目標3 歯の検診を受診する

歯周病や口腔衛生などに関する検診

目標4 健康づくりに関する事業などに1回以上参加する

健康教育、健康についての講演会、健康相談、食育教室、スポーツ大会など

目標5 個人の健康目標を立てて3か月以上取り組む

毎日ラジオ体操をする、毎日朝食をとる、毎日散歩する、禁煙するなど
個人目標を立てて3か月以上継続して取り組む

2

応募方法は、3種類から選べます

右記の応募用紙を投函または郵送するか、電子申請でも応募できます。
応募用紙はホームページから入手も可能です。(10月1日より)

応募期間: 令和7年10月1日～令和8年2月13日 (郵送の場合は消印有効)

その① 応募箱に投函する

応募箱
設置場所

神栖市役所、保健・福祉会館、かみす防災アリーナ、波崎総合支所・防災センター、中央図書館、うずも図書館、公民館(中央・若松・矢田部)、はさき生涯学習センター、はさき保健・交流センター

その② 郵送する

郵送
問合先

〒314-0121 神栖市溝口1746番地1
健康増進課 (保健・福祉会館内)
電話: 0299-90-1331
(8:30～17:15 年末年始、土・日、祝日を除く)

その③ 電子申請

右記の二次元コード、または市のホームページから応募ができます。



3

当選者の発表 (3月上旬頃) 豪華景品を当てよう!

応募いただいた中から、抽選で850名の方に健康づくりや生活に役立つ景品を差し上げます。

●当選者へは3月上旬に当選通知をお送りします。後日通知と景品を交換します。●1等の方には広報かみすへの掲載があります。

協賛
団体

(株)ADEKA鹿島食品工場/鹿島化学品工場、(株)伊藤園、けんこうリンク(公財)茨城県総合健診協会、WINDS BASE、ウエルシア薬局(株)、花王(株)鹿島工場、(株)カネカ鹿島工場
神栖市歯科医師会、(株)クラレ鹿島事業所、昭和産業(株)鹿島工場、スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス竜ヶ崎ニュータウン、(株)高木商店、(株)ニッスイ鹿島工場
三菱ケミカル(株)茨城事業所、水戸ヤクルト販売(株)、(株)ユボ・コーポレーション鹿島工場、ライオンケミカル(株)ファインケミカル事業所

【五十音順】