

令和8年度

「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。



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

800名の方に
景品をプレゼント!!
協賛品多数あり!!



スティッククリーナー、スマートウォッチ
炊飯ジャー、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18歳以上の方（年齢は令和9年3月31日現在）

達成期間

令和8年2月16日～令和9年2月12日

応募期間

令和8年10月1日～令和9年2月12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!!

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8年2月16日～令和9年2月12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

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8年10月1日～令和9年2月12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 神栖市満口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。



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800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、WINDS BASE（直売所）、ウエルシア薬局（株）、オムロンヘルスケア（株）、花王（株）鹿島工場、（株）鹿島アントラーズ・エフ・シー、（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、けんこうリンク（公財）茨城県総合健康協会、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24、（株）高木商店
（株）ニッスイ鹿島工場、水戸ヤクルト販売（株）、（株）ユボ、ライオンケミカル（株）ファインケミカル事業所

【五十音順】