様式第１号

年　　　月　　　日

宇都宮市健康ポイント事業参加申込書

（宛先）宇都宮市長

宇都宮市健康ポイント事業への参加を申し込みます。

【留意事項】

⑴　参加者から取得した個人情報は，本事業の運用や効果分析・評価といった市が実施する事業以外に利用することはありません。

⑵　虚偽の申請を行うなど，不正が発覚した場合は，事業の参加を取り消す場合があります。

（裏面のアンケートにもお答えください。）

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ふりがな |  | | |
| 氏　　名 |  | | |
| 住　　所 | 〒  宇都宮市 | | |
| 生年月日 | 年　　　月　　　日　（　　　歳） | 性別 | 男・女 |
| 電話番号 |  | | |

※　記入した参加申込書は，健康増進課や市保健センター，各地区市民センターの窓口で受け付けているほか，郵送・メール・ＦＡＸでも受け付けています。参加申込書提出後，後日，歩数などを記録することができる「活動記録票」をご自宅へ郵送します。

【問い合わせ先】

〒３２１－０９７４　宇都宮市竹林町９７２番地

宇都宮市　保健福祉部　健康増進課

ＴＥＬ： ０２８－６２６－１１２８

ＦＡＸ： ０２８－６２７－９２４４

E-mail： u19070500@city.utsunomiya.tochigi.jp

(記入不要)

登録番号：

宇都宮市健康ポイント事業アンケート

※各問いに対して，あてはまるもの一つに○をつけてください。

問１　あなたの職業をお尋ねします。

　１．会社員・公務員

　　２．自営業

　　３．無職（専業主婦を含む）

４．その他（　　　　　　　　　　　　　）

問２　あなたは，日頃から健康に関心をもって，運動など健康づくりに取り組んでいま

すか。

　　１．日頃から健康に関心を持っており，運動など健康づくりに取り組んでいる。

　　２．日頃から健康に関心を持っているが，運動など健康づくりに取り組んでいない。

　　３．特に健康に関心を持っていないが，通勤や仕事，趣味で体を動かしている。

　　４．特に健康に関心をもっておらず，運動など健康づくりもしていない。

問３　あなたは，通勤・通学，買い物などで歩いたり，運動のためのウォーキングを含めた，最近１ヶ月の１日あたりの平均的な歩行時間はどのくらいですか。

　　１．３０分未満

２．３０分～１時間未満

３．１時間～１時間３０分未満

４．１時間３０分～２時間未満

５．２時間以上

問４　あなたは，宇都宮市健康ポイント事業を何で知りましたか。

　　１．健康ポイント事業専用のホームページ

　　２．市ホームページや市広報紙

　　３．チラシ

　　４．家族や知人に勧められて

　　５．テレビや新聞

　　６．その他（　　　　　　　　　　　　　　　　　）

【ご協力ありがとうございました。】