

2024年度 健康ポイント事業対象事業一覧(12/25時点)											
各事業 10 ポイント（人間ドックのみ 20 ポイント）											
	No.	事業名称	事業概要	実施日	時間	対象者	場所	申込	自己負担額	所管課	連絡先
必須項目 (1と3のいずれかひとつを受診)	1	基本健診 (39歳以下75歳以上)	総合健診で実施 検査項目：問診・診察・身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査・心電図等	希望調査票配布時の ちらしに掲載	健診セット郵送時の案内にて	国民健康保険加入者・社会保険家族（20歳～39歳）・75歳以上	各保健センター等	要 (希望調査票にて)	20歳～39歳：1,000円 75歳以上：無料	健康増進課	055-278-1694
	2	特定健診 (40歳以上75歳未満)	メタボリックシンドロームの予防に力をいれた健診を総合健診で実施 検査項目：問診・診察・身体計測・血圧測定・尿検査・血液検査・心電図	希望調査票配布時の ちらしに掲載	健診セット郵送時の案内にて	国民健康保険加入者・社会保険家族（40歳～74歳）	各保健センター等	要 (希望調査票にて)	国保加入者：無料 社会保険家族：加入医療機関により自己負担有	健康増進課	055-278-1694
	3	人間ドック	疾病の早期発見、健康の保持、増進を目的に契約医療機関12か所にて実施	申請後、「人間ドック受診券」の発行を受けてから平成31年1月31日まで	健診機関と相談	40歳以上（年度末年齢） ただし社保本人は対象外。 社保家族は特定健診受診券が必要	契約12医療機関	要 (広報誌に掲載予定)	医療機関や検査項目によって異なる。	健康増進課	055-278-1694
各種健診	4	各種がん検診	総合健診で実施 検査項目：胃がん検診・肺がん検診・大腸がん検診・乳がん検診・肝がん検診（腹部超音波）・子宮がん検診（各種医療機関）	希望調査票配布時のちらしに掲載	健診セット郵送時の案内にて	国保加入者、社会保険家族。社会保険本人は加入医療保険で実施がない場合受診可能。検査項目により年齢制限あり。	各保健センター等	要 (希望調査票にて)	40歳以上無料 39歳以下自己負担有	健康増進課	055-278-1694
	5	歯周疾患健診	歯科医院での歯科健診、歯科相談の実施	令和6年7月1日～令和7年1月末日まで		①40歳、50歳、60歳、70歳になる方②76歳以上の方 令和7年3月31日時点	山梨県歯科医師会に加盟する歯科医院			健康増進課	055-278-1694
		歯科健診	歯科医院での歯科健診								
	6	甲斐市ちいさな旅①	フットパス事業（甲斐市内の神社仏閣・史跡・偉人のゆかりの地、イベントや観光スポットを徒歩で巡るツアー）	令和6年5月18日	午前9時半～午前12時半頃	市民	敷島総合文化会館出発 天狗沢・大久保周辺	要	500円	商工観光課	055-278-1708
	7	甲斐市ちいさな旅②	フットパス事業（甲斐市内の神社仏閣・史跡・偉人のゆかりの地、イベントや観光スポットを徒歩で巡るツアー）	令和6年6月15日	午前9時半～午前12時半頃	市民	甲斐市役所竜王庁舎出発 篠原周辺	要	500円	商工観光課	055-278-1708
	8	子育て支援センター「こあら」	未就園児及び保護者を対象としたイベント。育児不安についての電話相談も実施。	市ホームページ及び広報誌に掲載予定	市ホームページ及び広報誌に掲載予定	未就園児及び保護者	竜王西保育園	要 (市ホームページ及び広報誌に掲載予定)	1組100円	子育て支援課	055-278-1692

2024年度 健康ポイント事業対象事業一覧(12/25時点)

各事業 10ポイント（人間ドックのみ20ポイント）

	No.	事業名称	事業概要	実施日	時間	対象者	場所	申込	自己負担額	所管課	連絡先
	9	子育て支援センター「ヤンチャリカ」	未就園児及び保護者を対象としたイベント。育児不安についての電話相談も実施。	市ホームページ及び広報誌に掲載予定	市ホームページ及び広報誌に掲載予定	未就園児及び保護者	光保育園	要 （市ホームページ及び広報誌に掲載予定）	無料	子育て支援課	055-278-1692
	10	ドラひろば	親子で楽しめる手遊び、読み聞かせ、紙芝居	毎週金曜日	広報誌に掲載予定	0歳から3歳までの親子	竜王子育てひろば（竜王東児童センター2階）	不要	無料	子育て支援課	055-278-1120
	11	パパDOひろば	歩く前の乳児対象ベビーマッサージと運動能力を引き出すあそび教室	毎月第3土曜日	広報誌に掲載予定	0歳から3歳までの親子（ベビーマッサージは10か月まで。運動遊びは10か月から）	竜王子育てひろば（竜王東児童センター2階）	要 （広報誌に掲載予定）	無料	子育て支援課	055-278-1120
	12	ぼけっとひろば	子育てデビューの親御さん向けに、親子で楽しめるふれあい遊びや、わらべうた、手遊び等を行う。自宅でもお子さんと遊べるようなヒントを伝えていく。	毎週水曜日	広報誌に掲載予定	甲斐市にお住まいの0歳～2歳代の乳幼児の親子	敷島子育てひろば	不要	無料	子育て支援課	055-277-1762
	13	乳幼児教室	0～3歳の保育園・幼稚園に入園する前の乳幼児親子を対象に、親と子、仲間同士が交流を深めることを目的とし、歌や体操、リズム遊び、制作、季節の行事などを実施している。	2,3歳児 毎週火曜日 0,1歳児 毎週木曜日	午前10時30分～11時30分	乳幼児とその家族	各児童館	要 （広報2月号に掲載済）	参加費2,000円／年	子育て支援課	055-278-1692
	14	げんき甲斐による親子教室	乳幼児をもつ親の育児に対する悩みを軽減するため、子どもと一緒に遊んだり、学んだり、親同士が情報交換をする場をつくり今後の子育ての手助けをすることを目的とする。	広報誌に掲載予定	広報誌に掲載予定	妊婦、乳幼児とその家族	広報誌に掲載予定	要 （広報誌に掲載予定）	無料	子育て支援課	055-278-1692
	15	公民館ふれあい講座	いつまでも歩ける身体作り講座	5/28～6/25の火曜日 【全5回】	午後1時30分～3時	市内在住在勤の18歳以上の人	竜王北部公民館	要	無料	生涯学習文化課	055-276-7511
	16	公民館ふれあい講座	声を合わせて 楽しい群読教室	5/31,6/14,28,7/12,26の金曜日 【全5回】	午前10時～11時30分	市内在住在勤の18歳以上の人	竜王北部公民館	要	1,650円 （テキスト代）	生涯学習文化課	055-276-7511
	17	公民館ふれあい講座	リズム体操講座	5/22～6/26の水曜日 【全6回】	午後7～8時15分	市内在住在勤の18歳以上の人	双葉公民館	要	無料	生涯学習文化課	0551-20-3666
	18	公民館ふれあい講座	笑いヨガ講座	6/7～6/28の金曜日 【全4回】	午前10時～11時30分	市内在住在勤の18歳以上の人	双葉公民館	要	無料	生涯学習文化課	0551-20-3666
	19	公民館ふれあい講座	健康的な布ぞうり作り講座	6/12～6/26の水曜日 【全3回】	午後1時30分～3時30分	市内在住在勤の18歳以上の人	双葉公民館	要	100円	生涯学習文化課	0551-20-3666

2024年度 健康ポイント事業対象事業一覧(12/25時点)

各事業 10ポイント (人間ドックのみ20ポイント)

	No.	事業名称	事業概要	実施日	時間	対象者	場所	申込	自己負担額	所管課	連絡先
	20	公民館ふれあい講座	カーリンコンを楽しもう	5/16～5/30の木曜日 【全3回】	午前10時～正午	市内在住在勤の18歳以上の 人	敷島公民館	要	無料	生涯学習文 化課	055-277-4111
	21	らくらくかんたん運動教室①	温水プールで水の特性を生かして全身 のバランスや日常動作が楽になる運動 を行う 令和6年5月～令和6年7月に実施	広報誌に掲載予定	広報誌に掲載予定	市内在住の65歳以上の 人	双葉B&G海洋センター	要 (広報誌に掲載 予定)	1,000円	長寿推進課	055-278-1689
	22	いきいき健康体操教室	健康を維持するための健康づくり・介 護予防を行う (椅子に座って体操・ストレッチな ど) 令和6年6月～令和6年12月に実施	広報誌に掲載予定	広報誌に掲載予定	市内在住の65歳以上の 人	広報誌に掲載予定	要 (広報誌に掲載 予定)	500円	長寿推進課	055-278-1689
	23	らくらくかんたん運動教室②	温水プールで水の特性を生かして全身 のバランスや日常動作が楽になる運動 を行う 令和6年9月～令和6年11月に実施	広報誌に掲載予定	広報誌に掲載予定	市内在住の65歳以上の 人	双葉B&G海洋センター	要 (広報誌に掲載 予定)	1,000円	長寿推進課	055-278-1689
	24	公民館ふれあい講座	誰でも気軽に宅トレ入門講座	5/15～6/19の水曜日 【全6回】	午後7時30分～8時45分	市内在住在勤の18歳以上の 人	竜王南部公民館	要 (広報誌に掲載 予定)	無料	生涯学習文 化課	055-276-0711
	25	公民館ふれあい講座	すこやか腸活～実践編～	5/30、6/6の木曜日【全 2回】	午前10時～正午	市内在住在勤の18歳以上の 人	竜王南部公民館	要 (広報誌に掲載 予定)	2,400円	生涯学習文 化課	055-276-0711
	26	公民館ふれあい講座	心の健康講座	6/26(水)	午前10時～11時	市内在住在勤の18歳以上の 人	竜王南部公民館	要 (広報誌に掲載 予定)	無料	生涯学習文 化課	055-276-0711
	27	公民館ふれあい講座	脳トレストレッチ	6月7日～7月5日の 金曜日【全5回】	午後1時30分～3時	市内在住在勤の18歳以上の 人	竜王中部公園セミナーハウス	要 (広報誌に掲載 予定)	無料	生涯学習文 化課	055-267-6533
	28	支部対抗ソフトボール大 会	健全なスポーツ活動を通じて市民相互 の親睦を深める	5/26(予備日6/2)	7時30分開会式	市民	釜無川スポーツ公園グラウン ド他	支部単位で申込	無料	スポーツ 振興課	055-278-1698
	29	支部対抗ソフトバレー ボール大会	健全なスポーツ活動を通じて市民相互 の親睦を深める	令和6年5月26日	7時30分開会式	市民	敷島体育館	支部単位で申 込	無料	スポーツ 振興課	055-278-1698
	30	支部対抗軟式野球大会	健全なスポーツ活動を通じて市民相互 の親睦を深める	6/9(予備日6/16)	7時30分開会式	市民	釜無川スポーツ公園グラ ウンド他	支部単位で申 込	無料	スポーツ 振興課	055-278-1698

2024年度 健康ポイント事業対象事業一覧(12/25時点)

各事業 10ポイント (人間ドックのみ20ポイント)

	No.	事業名称	事業概要	実施日	時間	対象者	場所	申込	自己負担額	所管課	連絡先
	31	市民体力測定	自己の体力・運動能力を知り、体力・健康の維持増進に役立てる機会とする。(握力、上体起し、長座体前屈、立ち幅跳び、反復横とびなど)	令和6年7月6日	午後1時30分～4時30分	市民	敷島体育館	不要	無料	スポーツ振興課	055-278-1698
	32	ラジオ体操・軽スポーツ講習会	ラジオ体操のまちとして、更なる普及を図ること、軽スポーツにより住民へスポーツの推進を図る。	令和6年7月13日	午前9時～正午頃	市民	竜王小体育館	不要	無料	スポーツ振興課	055-278-1698
	33	着衣泳教室	服を着たままの水中での動きにくさ、泳ぎにくさを体験し、不意に入水した時の対処方法、溺れかけている人の助け方等を学ぶ。	令和6年7月24日	午前9時30分～12時頃	市民	双葉B&Gプール	要	小：100円 大：200円	スポーツ振興課	055-278-1698
	34	初心者のためのスケート教室	市民にスケートの楽しさを教えるとともに、普及を図る。	10月頃	午前10時～12時頃	市民	小瀬：アイスアリーナ	要	無料 ※靴代自己負担	スポーツ振興課	055-278-1698
	35	ヴァンフォーレ甲府シニアわくわく健康運動教室	シニア世代の健康増進や体力維持を目的とした運動教室（3 B体操、ボール遊び）	5/15～7/3【水曜 全8回】	午前10時～11時30分	60歳以上の 市内在住者	敷島体育館	要	500円	スポーツ振興課	055-278-1698
	36	スローエアロビック教室（双葉会場）	誰でも気軽にできる「スローエアロビック」教室	9月～10月全5回	午後2時～3時30分	市民	双葉体育館	要 (広報誌に掲載予定)	無料	スポーツ振興課	055-278-1698
	37	スローエアロビック教室（敷島会場）	誰でも気軽にできる「スローエアロビック」教室	10月～11月全5回	午後2時～3時30分	市民	敷島体育館	要	無料	スポーツ振興課	055-278-1698
	38	スローエアロビック教室（竜王会場）	誰でも気軽にできる「スローエアロビック」教室	11月～12月全5回	午後2時～3時30分	市民	竜王武道館	要	無料	スポーツ振興課	055-278-1698
	39	ハイキング教室	登山等の基礎知識を学びながら、家族や友人同士で自然とふれあい、高原の散策を楽しむとともに体力の向上を図る。	10月27日	午前8時30分～午後5時頃	市民	県内	要	無料	スポーツ振興課	055-278-1698
	40	市駅伝大会	健全なスポーツ活動を通じて市民相互の親睦を深める	11月17日	午前9時～正午頃	市民	敷島総合公園	支部単位で申込	無料	スポーツ振興課	055-278-1698
	41	軽スポーツ教室	スポレック、さいかつぼーる、シャッフルボールなどを実施	毎月2回	午後7時30分～9時	市民	敷島体育館	不要	無料	スポーツ振興課	055-278-1698
	42	子育てサロン	未就園児と保護者の居場所づくりとして開催	年6回令和6年6月～	午前10時～11時30分	未就園児と保護者	敷島保健福祉センター	市広報	無料	甲斐市社協	055-277-1122
	43	家族介護者交流事業	情報交換や交流、介護体験談を話し合う座談会を開催	年12回 令和6年4月～	午前10時～11時30分	市内在住で家族で介護している方	敷島保健福祉センター	市広報	無料	甲斐市社協	055-277-1122

2024年度 健康ポイント事業対象事業一覧(12/25時点)

各事業 10ポイント（人間ドックのみ20ポイント）

	No.	事業名称	事業概要	実施日	時間	対象者	場所	申込	自己負担額	所管課	連絡先
	44	高齢者歩け歩け大会	介護予防や社会参加を目的としたウォーキング大会を実施	年2回	午前9時30分～12時30分	市内在住の65歳以上の方	ドラゴンパーク他	市広報	無料	甲斐市社協	055-277-1122
	45	高齢者運動会	運動指導を取り入れた介護予防のための社会参加事業として高齢者運動会を開催	年1回	午前9時30分～午後3時	市内在住の65歳以上の方	敷島総合公園	市広報	無料	甲斐市社協	055-277-1122
	46	高齢者教養講座	介護予防につながる趣味づくりを目的に文化系講座を開催	年2回	午前10時～11時30分	市内在住の65歳以上の方	敷島保健福祉センター	市広報	無料	甲斐市社協	055-277-1122
	47	親子ふれあい木工教室	父親の積極的な子育て参加とコミュニティの場の提供及び山梨県産材をPRするために実施	市ホームページ及び広報誌に掲載予定	午前9時30分～正午	市内在住の親子	竜王ふれあい館	要 広報誌8月号、 ホームページ掲載	一組500円	子育て支援課	055-278-1692
	48	公民館ふれあい講座	太極拳講座	8/29～9/12（木曜日） 【全3回】	午前9時30分～11時30分	市内在住在勤18歳以上の方	双葉公民館	要 （広報誌に掲載予定）	無料	生涯学習文化課	0551-20-3666
	49	公民館ふれあい講座	自彊術体操講座	7/10～7/24（水曜日） 【全3回】	午前10時～11時	市内在住在勤18歳以上の方	双葉公民館	要 （広報誌に掲載予定）	無料	生涯学習文化課	0551-20-3666
	50	離乳食教室	離乳食の進め方、作り方のポイントを楽しく学びましょう。	広報誌に掲載予定 （月1回）	午前10時～12時	生後7か月になる児と保護者	竜王保健福祉センター	要 （広報誌に掲載予定）	無料	健康増進課	055-278-1694
	51	もぐもぐ相談	お子さんの離乳食に関する相談ができます。	広報誌に掲載予定 （月1回）	午前9時30分～11時30分	4か月～1歳6か月ごろの子の親	竜王保健福祉センター	要 （広報誌に掲載予定）	無料	健康増進課	055-278-1694
	52	シナプソロジー教室	「2つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」といった脳を活性化させるプログラムや簡単なストレッチを通して健康づくりを始めてみませんか？	広報誌に掲載予定	午前10時～11時	20歳以上の市内在住者	敷島保健福祉センター	要 （広報誌に掲載予定）	無料	健康増進課	055-278-1694
	53	にこにこママルーム	母親の子育て不安・孤立感の解消をしながら、安心した子育てを支援する。	毎週火曜日	午前10時～12時	生後1か月半～4か月の母と子	このはな産婦人科	要	100円	健康増進課	055-278-1694
	54	マタニティクラス	妊娠中の過ごし方やお口の健康について学びます。	広報掲載	広報誌に掲載予定	妊婦とその家族	敷島保健福祉センター	要	無料	健康増進課	055-278-1694
	55	ママパパクラス	出産の経過や産後の育児について学びます。	広報掲載	広報誌に掲載予定	妊婦とその家族	敷島保健福祉センター	要	無料	健康増進課	055-278-1694
	56	市民公開講座	広げよう歯からはじまる健康づくり	6月9日	午前10時～午後2時	市民	双葉ふれあい文化館	無	無料	健康増進課	055-278-1694

2024年度 健康ポイント事業対象事業一覧(12/25時点)

各事業 10ポイント (人間ドックのみ20ポイント)

	No.	事業名称	事業概要	実施日	時間	対象者	場所	申込	自己負担額	所管課	連絡先
	57	公民館ふれあい講座	ヘルスアップ ウォーキング！	10/3～17（木）【全3回】	午前10時～11時30分	市内在住在勤18歳以上の方	竜王中部公園セミナーハウス	要 （広報誌に掲載予定）	100円	生涯学習文化課	055-267-6533
	58	市民公開講座	専門医と学ぼう！気になる糖尿病	7月18日	午前10時～	市民	北部公民館	要	無料	健康増進課	055-278-1694
	59	公民館ふれあい講座	軽スポーツを楽しもう	8/31（土）	午前10時～正午	市内在住在勤の18歳以上の人	竜王南部公民館	要 （広報誌に掲載予定）	無料	生涯学習文化課	055-276-0711
	60	公民館子どもふれあい講座	親子で軽スポーツを楽しもう	11/9（土）	午前10時～正午	市内在住の小学生と保護者	竜王南部公民館	要 （広報誌に掲載予定）	無料	生涯学習文化課	055-276-0711
	61	公民館子どもふれあい講座	親子グラウンドゴルフ教室	11/23.30の土曜日【全2回】30日雨天時、12/7（土）に延期	午前10時～正午	市内在住の小学3～6年生と保護者	竜王南部公民館	要 （広報誌に掲載予定）	無料	生涯学習文化課	055-276-0711
	62	公民館ふれあい講座	シニア向け楽々筋トレ	10/25～11/29（金）【全6回】	午前10時～11時	市内在住在勤18歳以上の方	双葉公民館	要 （広報誌に掲載予定）	無料	生涯学習文化課	0551-20-3659
	63	公民館ふれあい講座	温活と自然療法	11/7,12/5（木）【全2回】	午後7時～9時	市内在住在勤18歳以上の人	竜王北部公民館	要 （広報誌に掲載）	1,000円	生涯学習文化課	055-276-7511
	64	公民館ふれあい講座	頭も身体もすっきり健康体操	10/15～11/12の（火）【全5回】	午後1時30分～3時	市内在住18歳以上の人	敷島公民館	要 （広報誌に掲載予定）	無料	生涯学習文化課	055-277-4111
	65	甲斐市ちいさな旅③	フットパス事業（甲斐市内の神社仏閣・史跡・偉人のゆかりの地、イベントや観光スポットを徒歩で巡るツアー）	10月27日	午前9時半～午前12時半頃	市民	双葉公民館	要	500円	商工観光課	055-278-1708
	66	甲斐市ちいさな旅④	フットパス事業（甲斐市内の神社仏閣・史跡・偉人のゆかりの地、イベントや観光スポットを徒歩で巡るツアー）	令和6年11月10日	午前9時半～午前12時半頃	市民	竜王駅南口	要	500円	商工観光課	055-278-1708
	67	公民館ふれあい講座	甲府城と二ノ堀跡を巡る歴史散歩	令和6年11月30日	午前9時30分～午後3時30分	市内在住在勤18歳以上の人	甲府城周辺 （竜王北部公民館集合）	要	1,000円	生涯学習文化課	055-276-7511
	68	公民館ふれあい講座	新春！落語を楽しもう	1月14日	午後1時30分～3時30分	市内在住在勤18歳以上の人	竜王北部公民館	要	無料	生涯学習文化課	055-276-7511

2024年度 健康ポイント事業対象事業一覧(12/25時点)

各事業 10ポイント（人間ドックのみ20ポイント）

	No.	事業名称	事業概要	実施日	時間	対象者	場所	申込	自己負担額	所管課	連絡先
	69	公民館ふれあい講座	ゆるっと猫背をリセット	令和7年1月9日～2月13日の木曜日【全6回】	午前10時～11時15分	市内在住在勤18歳以上の人	竜王南部公民館	要 (広報誌に掲載予定)	無料	生涯学習文化課	055-276-0711
	70	甲斐市ちいさな旅⑤	フットパス事業（甲斐市内の神社仏閣・史跡・偉人のゆかりの地、イベント）	12月14日	午前9時半～午前12時半頃	市民	竜王北中学校調整池	要	500円	商工観光課	055-278-1708
	71	甲斐市ちいさな旅⑥	フットパス事業（甲斐市内の神社仏閣・史跡・偉人のゆかりの地、イベント）	令和7年1月18日	午前9時半～午前12時半頃	市民	双葉健康福祉センター	要	500円	商工観光課	055-278-1708
	72	公民館ふれあい講座	楽しい歌声教室	1月29日、2月5日・19日、3月5日・19日	午後1時30分～3時	市内在住在勤18歳以上の人	敷島公民館	要	無料	生涯学習文化課	055-277-4111