



神崎市後期高齢者医療制度

【問い合わせ先】

市民課 保険医療係 TEL 0952-37-0115

かたろ～

令和8年度

「KA. TA. L♡ポイント」事業! かたろんね～

[かんざきでたのしくロングライフ!]

健康の維持増進を目的として、KA. TA. L♡ポイント事業を実施します。

後期高齢者健診やがん検診の受診、ご自身の健康づくりへのチャレンジでポイントが獲得できます。みなさん、ポイントをためて、「健康」と「賞品」を獲得しましょう!

ステップ① 後期高齢者健診やがん検診を受ける!!

ステップ② 2か月継続チャレンジ!!

- チャレンジ目標を掲げ、日々取り組む ※月に15日以上
- ※チャレンジは9月以降開始してください。
- 100歳体操にかたる(参加する) ※月に2回以上
- ※記録表はウラ面にあります♪

↓スーパーアプリのダウンロードはこちら!

iPhone

Android



⇐「SAGATOCO」アプリのダウンロードはこちらから!

⇐神崎市公式 LINE ともだち追加はこちらから!

ステップ③ 100ポイント達成

11月から3月までに、チャレンジカードを提出!! (カード提出期限: R9. 3. 31)

○市民課 保険医療係に提出(支所に提出される場合は事前にご連絡ください。)

★神崎市観光協会お買物券2,000円分をプレゼントします!

※お買物券はかんざき遊学館で使えます。(使用期限: R9. 3. 31)

【ボーナス特典】下記①②のいずれかに該当する方は、それぞれお買物券1,000円分を追加でプレゼント!

100P達成者の方で

①令和7年度中に一度も医療機関を受診していない方

②「神崎市自治体公式スーパーアプリ」と「SAGATOCO」アプリをダウンロードされた方

◎記録を記入しよう! 合計 P



記入例

40P

後期高齢者健診

15P

令和7年度
健診受診

25P

次のうちいずれか1つを達成する
①健診結果をもとに、健診会場もしくは
後日市役所にて保健師または栄養士からの
指導を受ける
②健診会場に設置している体成分計を使用する

10P

チャレンジ目標
または100歳体操
1か月目達成

10P

チャレンジ目標
または100歳体操
2か月目達成

P

がん検診
(種類)
※1種類5P

20P

ボーナスチャンス!
「神崎市公式スーパーアプリ」
「SAGATOCO」アプリ
をダウンロード

かたろ～

令和8年度 KA. TA. L♡ポイント 達成者情報

氏名		生年月日	年 月 日	【ボーナス特典】 あり・なし ① ・ ②
住所	神崎市	電話番号		

チャレンジ目標活動記録票 (チャレンジ開始は9月以降で)

あなたのチャレンジ目標は



【取り組み開始前】

体重… k g

血圧… /

～チャレンジ目標の例～

- ・週に4回〇分(〇歩)あるいて2か月で2kg痩せる！
- ・地区の100歳体操に2か月連続皆勤賞で参加する！
- ・毎日10分以上歩いて体の健康を維持する！ …など

1 か月目(月)

	1 日	2 日	3 日	4 日	5 日	6 日	7 日	8 日	9 日	10 日	
達成											
	11 日	12 日	13 日	14 日	15 日	16 日	17 日	18 日	19 日	20 日	
達成											
	21 日	22 日	23 日	24 日	25 日	26 日	27 日	28 日	29 日	30 日	31 日
達成											

～記録表の記入方法～

チャレンジ活動をした日の欄に「その日にチャレンジしたこと」を簡単に記録し、○印をつけてください。

2 か月目(月)

	1 日	2 日	3 日	4 日	5 日	6 日	7 日	8 日	9 日	10 日	
達成											
	11 日	12 日	13 日	14 日	15 日	16 日	17 日	18 日	19 日	20 日	
達成											
	21 日	22 日	23 日	24 日	25 日	26 日	27 日	28 日	29 日	30 日	31 日
達成											

2か月のチャレンジを振り返って



【取り組み終了後】

体重… k g

血圧… /