

様式第10号（第10条関係）

やっぷー健康ポイント交換申請書

令和 年 月 日

養父市長 様

私が保有するポイントを利用券等に交換したいので、養父市やっぷー健康ポイント制度実施要綱第10条第2項の規定により、次のとおりやっぷー健康ポイントカードを添えて申請します。

申請者	(ふりがな) 氏名			
	生年月日	年 月 日生 (歳)	性別	男 ・ 女
	住所			
	電話番号			

現在のポイント数	ポイント
今回使用するポイント数	ポイント
	(利用券 枚)
	(クオカード 枚)
	(ゴミ袋 (大) 袋)
(ゴミ袋 (小) 袋)	
ポイント残数	ポイント

※ポイント換算 利用券1枚：20ポイント クオカード1枚：100ポイント

指定ゴミ袋 (大)：120ポイント ゴミ袋 (小)：80ポイント

※ポイントの利用は、1会計年度につき300ポイントが上限です。

※記載された個人情報は、健康づくり事業以外には使用しません。

●今年度はじめてポイントを交換される方は、裏面のアンケートにお答え下さい。

令和2年度～

やっぴー健康ポイント制度（ポイント交換時）アンケート



問1 あなたの、運動量や頻度についてお聞かせください

1回の運動量	30分以上（ ）	30分未満（ ）
運動の頻度	ほぼ毎日（ ）	週4～5日（ ）
	週2～3日（ ）	週1回（ ）

問2 定期的に運動に取り組むことで、身体的な効果はありましたか。
（維持・改善したものにすべてに○を）

血圧 （ ）	体重 （ ）	筋力 （ ）
血液データ （ ）		
その他 （ ）		

問3 健康ポイント制度が始まって7年目になります

運動習慣は身につきましたか（あてはまるものに○を）

健康ポイント制度以前から身についていた （ ）
健康ポイント制度がきっかけとなり身についた （ ）
その他 （ ）

問4 健康ポイント制度について（あてはまるものに○を）

*やや不満・不満と回答された方は理由を記載ください。

大変満足 （ ）	
満足 （ ）	
やや不満 （ ）	} → 理由 ()
不満 （ ）	

問5 ご意見や感想等あればご記入ください

{ _____ }

ありがとうございました