

## ヘルスローマップに関するQ&A

### 【ヘルスロードについて】

Q：ヘルスロードって？

A：健康づくりのため、ウォーキングの推進を図るとともに、高齢社会を見据えて、子どもからお年寄りまで、また障害のある人も安全に歩ける道をたくさん作ろう、という県の計画の一環になります。現在、筑西市では県にヘルスロードを8コース登録しています。

Q：看板はありますか？

A：看板があるコースとないコースがあります。看板のないコースは、マップでご確認ください。

### 【健康づくり奨励単位認定事業について】

Q：健康づくり奨励単位認定事業って？

A：自主的な健康づくり活動をさらに発展させ、学習効果を記録し、取得した単位（ポイント）に応じて褒章する事業です。記録方法は、単位認定手帳（ピンクの手帳）に記載し、押印します。

Q：単位認定手帳（ピンクの手帳）はどこでもらえますか？

A：筑西市役所 健康増進課（2階⑤番窓口）で配布しています。

Q：ポイントが貯まると何かもらえますか？

A：50ポイント、100ポイント、以降100ポイント毎に、あけの元気館または筑西遊湯館の入館無料券が2枚もらえます。

Q：ヘルスロードのウォーキングは健康づくり奨励単位認定事業に該当しますか？

A：該当します。ウォーキングをしたら、単位認定手帳（ピンクの手帳）にポイントを押印しますので、日付を記入したマップと単位認定手帳（ピンクの手帳）を健康増進課までご持参ください。単位認定手帳（ピンクの手帳）をお持ちでない方には、健康増進課で配布しています。

### 【ヘルスロードを歩いた際のポイント取得について】

Q：1日に歩くコース数の制限はありますか？

A：1日1コースまでです。ヘルスロードを歩いて取得できる最大ポイント数は1日1ポイントになります。

Q：片道コースを往復したら2ポイントもらえますか？

A：1ポイントです。ポイント取得は1日1ポイントまでなので、片道コースを往復しても、もらえるポイントは1ポイントです。

Q：全コース制覇すると何ポイントもらえますか？

A：11ポイントもらえます。

8コース×1ポイント＝8ポイントに、ボーナスポイントとして3ポイント追加で贈呈します。

Q：全コース制覇2回目は何ポイントもらえますか？

A：全コース制覇1回目と同じく11ポイントです。

Q：全コース制覇2回目が終了したら、その後のポイントはもらえますか？

A：3回目以降は、単位認定手帳（ピンクの手帳）に1コース1ポイントをおつけします。  
（全コース制覇3回目以降のボーナスポイントはありません。）

Q：ポイント付与の開始日はいつですか？

A：6月1日開始となります。6月1日以降、ヘルスロードを歩いたらポイントがもらえます。

Q：市民ウォークでヘルスロードを歩いたら、何ポイントもらえますか？

A：2ポイントもらえます。

市民ウォークの参加で1ポイント、ヘルスロードのウォーキングポイントとして1ポイント、  
合計2ポイントもらえます。

※健康増進課や健康増進課の委託団体が主催の事業で、ヘルスロードを歩いたら2ポイント  
もらえます。

Q：ヘルスロードのウォーキングは、生涯学習単位認定事業として認められますか？

A：認められません。

ヘルスロードのウォーキングは、個人での実施となるため、生涯学習単位認定事業には該当しま  
せんので、生涯学習単位認定手帳（青色の手帳）にポイントはつきません。

Q：ヘルスロードマップはどこでもらえますか？

A：健康増進課、各支所、川島出張所、公民館、体育館、老人福祉センター等で配布しています。  
（7月15日号の広報紙 People に、ヘルスロードマップ配布の記事を掲載予定です。）

#### ◆各コースのスタート場所の住所◆

①勤行川さくら堤ウォーキング 仙在橋～高島橋のコース

仙在橋：筑西市小林400付近（勤行川沿い、筑西市総合福祉センター近く）

②大谷川鮭産卵と筑波山美景鑑賞コース

きらいち筑西店：筑西市西方838-1 ☎54-4831

③県西総合公園敷地柵沿い外周コース

④県西総合公園内周コース

県西総合公園：筑西市桑山2818 ☎57-2818

⑤ザ・ヒロサワ・シティマラソンコース

⑥ザ・ヒロサワ・シティヘルスロードと県西総合公園連絡路コース

ザ・ヒロサワ・シティ：筑西市茂田1858（スタートは美術館分館前） ☎21-1234

⑦関本肥土鬼怒川沿い野球場船玉間周回コース

富士ノ宮球場：筑西市関本上中306-1

⑧元気館～図書館周辺を歩くコース

明野図書館：筑西市海老ヶ島2120-7 ☎52-2466