



2019年(令和元年)7月5日

【定例記者会見】

「ふじさわ夢チャレンジ2020」

～ポイントを集めてプレゼントをGETしよう～



藤沢市 福祉健康部 健康増進課

【パンフレット表紙】



東京2020オリンピックマスコット「ミライトワ」セーリング競技ホース

初ざせ2020!!
オリンピック・パラリンピックに向けて
新たなチャレンジ!

ふじさわ
夢チャレンジ2020

ポイントを集めて
プレゼントをGETしよう!!

チャレンジ期間
2019年(令和元年)8月1日~2020年(令和2年)3月31日
締め切り
2020年(令和2年)5月31日まで 応募期間中は何回でも応募いただけます

お問い合せ
●藤沢市コールセンター TEL:0466-28-1000(年中無休 午前8時~午後9時)
●藤沢市保健所健康増進課「ふじさわ夢チャレンジ2020」事務局
TEL:0466-50-8430(1階~2階 午前8時30分~午後5時(祝日及び年末年始を除く))
主催:藤沢市

東京2020参画プログラム
認証事業

公認プログラム
スポーツ・健康

TOKYO 2020
TOKYO 2020
PARALYMPIC GAMES

2019年8月からポイント付与型キャンペーン開始



「夢チャレンジ2020」

【パンフレット中面】



コース
2種類から選択

親子で・家族で・友達と健康を楽しく！
楽しみながら 目標にチャレンジ！

チャレンジコース【協賛企業賞】
※応募多数の場合は抽選になります。

まずは1週間から始めてみよう!!
健康に関する5つのテーマの中から
目標を立ててチャレンジ!!
2020ポイントを集めてプレゼントに応募しよう!!

目標を立てて20Pゲット!

GOLD 250P

①目標を達成
酒に4日以上実技
(1杯あたり)

パランスよく食べる
野菜・肉魚Plus1

※朝食を食べる
※主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2食以上食べる
※朝食を遅くする など

SILVER 200P

目標を達成
酒に3日実技

からだを動かす
10分多<Plus10

※ラジオ体操に参加する
※10分以上運動する
※なわとびで運動する など

BRONZE 150P

目標を達成
酒に1日以上実技

子どもが笑顔になる
子どもを守る
Smart Breath

※読書する など

からだ本日も健康Check

※検診を受ける
※歯科検診を受ける
※体組成計をする など

出掛けを持って出かける
いきいきLife

※自治会等の地域活動に参加する など

スタンプコース【参加賞】
※応募多数の場合は抽選になります。

①対象となる市のイベントに参加
②対象となる施設を利用
してスタンプ5個を集めてプレゼントに応募しよう!!
(スタンプはイベント1回又は施設利用1回につき1個です。)

企業賞
①市民の夢チャレンジを応援
⇒申請により認定された事業について、市から認定証をお渡しします!!
②企業をあげて夢チャレンジに挑戦
⇒エントリーいただいて、一定期間チャレンジした企業に表彰状をお渡しします!!

プレゼントの応募について
はがきは1チャレンジにつき1枚
同じ目標で連続して再チャレンジOK!
※1つの目標につき1週間1回限りで応募できるポイントは、GOLD(達成)、SILVER(達成)、BRONZE(達成)のいずれか1つになります。

2020ポイント
又はスタンプ5個を
集めて応募

はがき(3枚)記入例

| | |
|-------------------------|--------------|
| 酒に4日以上実技 | 20P |
| GOLD(達成) 250P × 3 酒 = | 750P |
| SILVER(達成) 200P × 2 酒 = | 400P |
| BRONZE(達成) 150P × 4 酒 = | 600P |
| 企業賞 | |
| GOLD(達成) 250P × 1 酒 = | 250P |
| TOTAL | 2020P |

プレゼント応募番号 ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩

スタンプコースでは最大220Pまで!

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

プレゼント応募欄

| | | | |
|----|----|----|----|
| 氏名 | 性別 | 年齢 | 住所 |
|----|----|----|----|

プレゼント応募はがき(おとも)
応募用紙の裏面にポイントの集計を記入し、裏面に応募者の名前、住所等を記入した上で「きりとり線」で切り取ってください。

| | |
|------|--------------------------------------|
| 送付先 | 郵政ポストに投函。 |
| 送付方法 | 市役所本庁舎・各市民センター等に ある「プレゼント応募箱」へ投函。 |

応募に関する注意事項

- ※おひとり複数回でも応募できます。
- ※応募用紙は1チャレンジにつき1枚の適用ください。
- ※記入欄等は、抽選の対象となりません。
- ※応募したプレゼントの発生及び権利の譲渡はできません。
- ※有効不明などの理由によりプレゼントをお届けできない場合は、ご抽選権利を放棄しお受けいただく場合があります。
- ※お届け可能になった場合は、新しい応募用紙でご応募ください。
- ※FAXによる応募は受け付けておりません。
- ※応募はインターネットで、実施とは異なる場合があります。
- ※プレゼント抽選は、抽選センターで行われます。
- ※応募者へのプレゼントについては有効期限内に発送します。
- ※プレゼントによって、喪失権限は異なります。
- ※本賞品は非営利活動のためお返しはいたしません。プレゼントによって、喪失権限の行使権限を譲渡する場合があります。
- ※個人参加で完成の方が応募する場合は、抽選権限が必要です。
- ※不正に応募していることが判明した場合は、ご抽選権利を取消します。

個人情報取り扱いについて

- ※応募者個人情報は、プレゼントの発送及び抽選の集計、事業実施のためアンケート実施以外には使用しません。
- ※住所、氏名等の個人情報を特定できる情報は、非営利終了後に廃棄をもってすべて削除いたします。

健康寿命をめざすリーディングプロジェクト
めざせ!! 健康寿命 日本一のまち!!

平均寿命と健康寿命

| | | |
|----|----------|----------|
| 性別 | 健康寿命(平均) | 平均寿命(平均) |
| 男性 | 74.2歳 | 81.2歳 |
| 女性 | 77.5歳 | 87.1歳 |

健康で元気に過ごす期間
健康でいない期間

健康寿命とは…
私たちの寿命は延び続けています。一方、変化した生活を送れる期間「健康寿命」が、平均寿命より男性は約9年、女性は約12年も短いと算出されています。いつまでも元気に過ごすためには「健康寿命」を延ばすことが重要です。

郵便はがき

〒 251-8755

〒 807

藤沢市鶴沼 2131-1
藤沢市保健所健康増進課

「ふじさわ夢チャレンジ2020」
事務局 行

| | |
|------|--|
| 住所 | |
| 氏名 | |
| 性別 | |
| 年齢 | |
| 電話番号 | |
| 郵便番号 | |
| 氏名 | |



「夢チャレンジ2020」

チャレンジコース 【協賛企業賞】

※応募多数の場合は抽選になります。

＜チャレンジコースの申し込み方法について＞



step 1 目標を立てる

リーディングプロジェクト「5つのテーマ」の中から、ご自分で目標を立てる

**バランスよく食べる
野菜・朝食Plus1**

例
●朝食を食べる
●主食・主菜・副菜のそろった食事を1日2食以上食べる
●給食を残さず食べる など

**からだを動かす
10分多くPlus10**

例
●ラジオ体操に参加する
●10分以上運動する
●なわとびで運動する など

**子どもをタバコの煙から守る
子どもを守る
Smart Breath**

例
●禁煙するなど

**からだを知る
健康Check**

例
●検診を受ける
●歯科検診を受ける
●体重測定をする など

**生きがいを持って生活する
いきいきLife**

例
●自治会等の地域活動に参加するなど

私の目標!! 20P ※同時に複数の目標にチャレンジする場合は、別のはがきで応募してください。

目標: なわとびで運動する 20P

目標は難易度を含め自由に設定!

step 2 目標にトライする

週ごとの実施日数に応じてポイントを加算



ポイントの計算について

回数/ポイント 目標の実施日数(週あたり)に応じてポイント獲得

- GOLD [金賞] 250P**: ①週に4日以上実施 ②検診を1回受診
- SILVER [銀賞] 200P**: 週に3日程度実施
- BRONZE [銅賞] 150P**: 週に1日以上実施

金/銀/銅
3回/2回/4回

→ 次のチャレンジをスタート!

※このはがきについては、個人でご参加いただく場合にご使用ください。
応募するコースを選択(□に✓を入れてください)

チャレンジコースで応募!! 何ぞせ!! 2020P!

| | | |
|---------------------------|-------------------------------|--------------|
| 私の目標!! 20P | 目標: なわとびで運動する | 20P |
| GOLD [金賞] (250P) | 250P × 3 週 = | 750P |
| SILVER [銀賞] (200P) | 200P × 2 週 = | 400P |
| BRONZE [銅賞] (150P) | 150P × 4 週 = | 600P |
| 検診 | GOLD [金賞] (250P) 250P × 1 回 = | 250P |
| TOTAL | | 2020P |

合計2020ポイントに
到達したらハガキで応募



スタンプコース【参加賞】

※応募多数の場合は抽選になります。

<スタンプコースの申し込み方法について>

対象イベント・施設例

- ラジオ体操2019 ～めざそう健康寿命日本一～ に参加
- 藤沢市内の郵便局を徒歩で利用
- 秩父宮記念体育館、八部公園、秋葉台公園、石名坂温水プールのスポーツ施設や藤沢市保健医療センターを利用 など

※その他対象となるイベント・施設については、市HPでご確認ください!!

スタンプ5つ集めて
ハガキで応募



【アンケート回答欄】

| | | | |
|------|-------|-------|------|
| 問1 ① | 問2 ①④ | 問3 ①② | 問4 ① |
|------|-------|-------|------|

【応募方法】

親子で・家族で・友達と健康を楽しく!
楽しみながら 目標にチャレンジ!

チャレンジコース【協賛企業賞】
2020年5月1日～2020年5月31日まで実施

- GOLD** 250P: ①目標を週に4日以上達成 (1種類あたり)
- SILVER** 200P: ①目標を週に3日以上達成
- BRONZE** 150P: ①目標を週に1日以上達成

スタンプコース【参加賞】
①対象となる市のイベントに参加
②対象となる施設を利用
してスタンプ5個を集めてプレゼントに応募しよう!!

〒251-8755
藤沢市 承認 807
藤沢市鶴沼2131-1
藤沢市保健所健康増進課
「ふじさわ夢チャレンジ2020」事務局 行

名前 _____
住所 _____
年齢 10代以下・20代・30代・40代・50代・60代・70代・80代以上
性別 男・女
電話番号 _____

親権者氏名 _____ 応募者との関係 _____



「夢チャレンジ2020」



【インセンティブ】

＜オリンピック・パラリンピック関連グッズ＞

チャレンジコース

1 オリンピック・パラリンピック関連グッズ ※イラストはイメージです

〈日本生命〉ニッセイオリジナル 東京2020 オリンピック・パラリンピックグッズ詰め合わせ

〈アシックス〉スポーツタオル

〈アシックス〉クリアファイル

〈アシックス〉ライトバッグ

〈アサヒ〉ノンアルコールビール ※20歳以上のみ対象

〈日本郵便〉クリアファイル

〈東京海上日動〉クリアファイル

〈ココ・コーラ〉ココ・コーラ社製品

〈東京ガス株〉お楽しみ賞

〈アサヒ〉Asahi

〈アシックス〉asics

〈アシックス〉asics

READY TO GO!

2 体験 ※写真はイメージです

セーリング体験

当選者には日程等について別途ご連絡させていただきます。

※応募多数の場合は抽選となります。

スタンプコース

- 開催地限定ピンバッジ
- オリンピック・パラリンピック関連グッズ

※応募多数の場合は抽選となります。

応募多数の際は抽選、2020年7月頃発送

| | | | | |
|-------|--|--|--|---|
| 協賛・協力 | <p>asics</p> <p>アシックスジャパン(株)は、スポーツを通じて藤沢市民の健康づくりを応援しています</p> | <p>Asahi</p> <p>アサヒビール</p> | <p>大和ハウス工業</p> <p>私たちは、まちづくりを通じて藤沢市民の健康づくりを応援しています</p> | <p>東京海上日動</p> <p>私たちは、人や社会が一步踏み出すときの「いい」を支えられる存在でありたい</p> |
| | <p>郵便局</p> <p>私たちは、藤沢市民の健康づくりを応援しています</p> | <p>NISSAY</p> <p>日本生命は皆様の健康づくりを応援します</p> | <p>東京ガス株式会社 神奈川西支店</p> <p>私たちは多様な人々が、快適で心豊かに暮らせる持続可能な社会の実現を目指します</p> | <p>藤沢市みらい創造財団</p> <p>藤沢市保健医療センター</p> |



「夢チャレンジ2020」



【私の夢カレンダー】



2018年2月に 6,500部作成(2018年4月から使用可能)
今回、改訂版 50,000部増刷(2019年7月から使用可能)



「夢チャレンジ2020」



目指せ！

ー「湘南の元気都市 健康寿命日本一のまち ふじさわ」ー

