

# エーナ 健幸ポイント

健幸の取り組みで賞品をもらおう！  
1～6のコースは、ポイントシートから  
応募してね（1コースにつき1回）。  
詳しくは、市ウェブサイトで  
確認ください。



問 健幸推進課（内線283）



## 1 健診・検診コース

1つで  
達成

若いひと健診、特定健診、職場の健診、人間ドック  
各種がん検診などを受ける。

賞品 クオカード 1,000 円分（抽選で150人）

## 2 健幸コース

2つで  
達成

健診後の保健指導を受ける、献血をする、減塩食品  
を購入する、歯科健診を受けるなど。

賞品 クオカード 1,000 円分（抽選で50人）

## 3 ボランティアコース

2つで  
達成

地域の清掃活動、通学の見守り、高齢者福祉施設  
や子育て支援のボランティアなどをする。

賞品 クオカード 1,000 円分（抽選で50人）

## 4 運動施設利用コース

2つで  
達成

まきがね公園施設、らっぽ、スケート場、学校施設、  
地域のウォーキングコースなどを利用する。

賞品 クオカード 1,000 円分（抽選で50人）

## 5 運動コース

1日 5,000 歩以上を目標にウォーキングに挑戦。  
24 万歩以上で賞品に応募できる。

賞品 ロードバイクなど（抽選で31人）

## 6 子ども運動コース（3歳～中学生）

1日1回運動しよう。内容は日替わりでも毎日同  
じでもOK！ 20回続けると賞品に応募できる。

賞品 図書カード500円分（抽選で100人）

/new/

市公式アプリ「え～なび」で参加

## 健幸ポイントラリー



指定されたメニューに取り組んで、会場  
のQRコードを読み込むと、「え～なび」に  
スタンプが貯まります。スタンプが3個集  
まったら、アプリから賞品に応募できます。

※QRコードは（株）デンソーウエーブの登録商標です

step 1 スマートフォンに「え～なび」をダウンロード

step 2 メニューに取り組んで、スタンプを取得

step 3 スタンプが3つ集まったら、賞品を選んで応募

賞品 アップルウォッチ、スマートウォッチ、アイマッサー  
ジャーなど（抽選で21人）



LINE



Facebook



Twitter



Instagram



YouTube



市公式アプリえ～なび



マチイロ



マイ  
広報紙



Gifu ebooks

人口（4月1日現在）	
総数 47,982人	（－250）
男 23,408人	（－139）
女 24,574人	（－111）
世帯 19,792世帯	（－48）
（ ）内は前月との比較	

人口動態（3月異動）	
出生 16人	
死亡 47人	－31人
1月からの自然増減	－154人
転入 202人	
転出 421人	－219人
1月からの社会増減	－235人

交通事故（3月）	
人身事故 6件	（18件）
物損事故 86件	（296件）
負傷者 6人	（24人）
死者 0人	（1人）
（ ）内は1月からの累計	

救急車出動回数（3月）	
225回	（689回）
（ ）内は1月からの累計	
火災（3月）	
建物 2件	（8件）
その他 5件	（6件）
（ ）内は1月からの累計	