



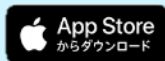
# けいせんけんこうKポイント参加方法

令和6年4月1日～令和7年2月28日の間にポイントを獲得して、賞品の抽選に応募しよう！各賞につき1口応募可能

## ふくおか健康ポイントアプリでポイントをためよう

スマートフォンでQRコードを読み取り、アプリをインストールする

### Step 1 アプリを インストール



#### 【注意事項】

- ①歩数のカウントには、iPhoneは「ヘルスケア」、Androidは「GoogleFit」との連携が必要になります。
- ②利用者情報登録の際に、「桂川町」をご選択ください。



### Step 2 歩いた ための (必須)

スマホを持って歩く

歩数

1,000歩あたり5ポイント  
(1日50ポイント)



ホーム画面で  
歩数を確認



### Step 3 健(検)診受診や 教室参加のための

#### 1 健康診断、がん検診等を受ける

登録可能な健診 1回 500ポイント (3つまで)

特定健診、後期高齢者健診、若年者健診、  
職場健診、事業所健診、人間ドッグ、がん検診、  
歯科検診、骨粗しょう症健診、肝炎ウイルス検査等

#### 2 健康記録をつける

体重	5ポイント/日	野菜1日5皿	1～5ポイント/日
血圧	5ポイント/日	塩分控えめの食事	1or5ポイント/日
食事バランス	1～5ポイント/日	運動習慣	1or5ポイント/日

#### 3 教室やイベントに参加する

町の付与対象事業 (ポイント数は事業により異なる)

ときめきウォーク、ウォーキング教室、健康体操教室、健診結果説明会、  
特定保健指導、健康教室、食進会養成講座、はつらつ体操、脳トレーニング、  
脳と運動のプログラム、転倒予防教室、ほぐれっち体操教室、理学療法教室、  
地域介護予防教室、ひまわりカフェ、総合体育館トレーニングジム利用

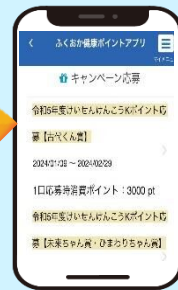
### Step 4 抽選に 応募する (各賞毎に 1口応募可能)

R7年1月13日(月)～2月28日(金)の間にふくおか健康ポイントアプリ「キャンペーン応募」から応募

アプリ内「アンケート」への回答が必須条件となります。

賞	応募条件
古代くん賞	3,000ポイント
未来ちゃん賞	6,000ポイント
ひまわりちゃん賞	6,000ポイントと 令和5年・6年の健康診断結果

成果\*があつた人を  
抽選



#### 【抽選に関する注意事項】

- ①各賞につき1人1口のご応募が可能です。
- ②ひまわりちゃん賞の申込みをご希望の方は、未来ちゃん賞の応募フォームから、「ひまわりちゃん賞を希望する」をご選択ください。
- ③ひまわりちゃん賞の抽選には、令和5年度・6年度の健康診断結果の提出が必要となります。窓口持参か郵送又は、Emailで健康診断結果(血液検査のみは不可)の写真を送付してください。
- ④健康診断結果を提出された方で成果があつた場合、ひまわりちゃん賞の抽選対象となります。

※ 成果の判定基準

比較しと	前年度健康	結果
①	BMI 2.5以上(肥満)の人がBMI 1.0以上改善	
②	BMI 2.5未満を維持	

BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

スマートフォンをお持ちでない方は健康推進係までご相談ください。

アプリを使ってみたいけど、インストールの仕方が分からない、使い方がよくわからない・・・という方に

## ふくおか健康ポイントアプリ操作説明会を開催します！！

日 時：令和6年5月22日(水) 10時00分～11時30分 場 所：ひまわりの里 研修室  
申込先：健康福祉課 健康推進係 ☎0948-65-0001 (前日までにお申し込みください)

