

コロナ禍だからこそ…
「アプリ」で健康ポイント

令和3年度逗子市健康ポイント事業

ゲットキャンペーン！

あなたのスマホを活用し、
自宅でもできる健康的な習慣を
続けることで、ごほうび賞品が当たるチャンス！



※賞品は複数選べます。

実施期間：令和3年11月1日～令和4年1月31日

※申込みページ開設：10月29日(金)15:00～

参加条件：①逗子市民(18歳以上)

②お手持ちのスマホに、神奈川県のアプリ『マイME-BYOカルテ』をインストール

1

右下のQRコードを
読み取って

アプリをゲット！

2

スマホを持ち、歩いた
歩数や体重などを
入力するたび

ポイントをゲット！

3

ポイントが多かった
人から、ごほうびの

賞品をゲット！

4

キャンペーン期間後も
アプリを使って

健康習慣をゲット！

スマホ初心者でもゼロからサポート！

アプリのインストール講習会

日時：11月3日(水・祝)

①10:00～11:30

②14:00～15:30

場所：市役所5階 会議室

定員：各回先着20名

お申込みは電話またはメールで国保健康課へ

アプリって何？



※①アプリ起動後、歩数計測のためのアプリと連携。
②「かながわトククウォーク」の、逗子市のキャンペーンページから、希望賞品を選んで参加。

ごほうび賞品 ※希望する賞品は複数選べます。 キャンペーン期間中、ポイントの多かった人から、豪華賞品をプレゼント！		 ①オムロン 血圧計 3名
 ②オムロン 体組成計 5名	 ③ソーダストリーム 炭酸飲料作成機 1名	 ④ストウブ 鋳物ホーロー鍋 1名
 ⑤サーモス スープジャー 8名	 ⑥マンドウカ ヨガマット 2名	 ⑦アンダーアーマー スポーツマスク 8名
 ⑧パナソニック 電動歯ブラシ 1名	 ⑨運動教室 体験チケット 60名	 ⑩逗子海岸 SUP 体験チケット 5名

キャンペーン参加の流れ

1 アプリをダウンロード

・表面の QR コードを読み取り、「マイ ME - BYO カルテ」のアプリをダウンロード。※アプリの登録は無料ですが、通信回線費は必要です。



2 歩数計測に必要なアプリと連携

・iOS 端末は「ヘルスケア」、Android 端末は「Google Fit」と連携。画面の指示に従い、それぞれのアプリとの連携をしてください。

※アプリの連携や登録手順の詳細は、[逗子市ホームページ](#)(下記 URL)をご確認ください。

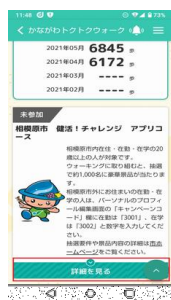


3 「アプリで健康ポイント ゲットキャンペーン！」への参加登録

①「マイ ME-BYO カルテ」の利用登録を済ませて、ログイン。



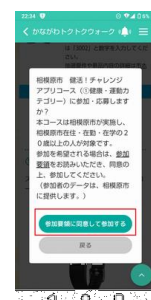
②アプリトップページ下部「かながわトクトクウォーク」をタップ



③逗子市 アプリで健康ポイント ゲットキャンペーン！の「詳細を見る」をタップ



④希望する賞品の「応募する」をタップ



⑤参加要領を確認の上、「参加する」をタップ

ポイントの内訳

No.	付与対象	上限回数	取得ポイント
1	キャンペーンへの参加登録	1回限り	100
2	アプリへのログイン	1日1回	1
3	3日連続ログイン	1日1回	2
4	歩数：1歩～1,999歩 ※1	1日1回	1
5	歩数：2,000歩～3,999歩 ※1	1日1回	2
6	歩数：4,000歩～5,999歩 ※1	1日1回	3
7	歩数：6,000歩～7,999歩 ※1	1日1回	4
8	歩数：8,000歩以上 ※1	1日1回	5
9	体重の記録	1日1回	2
10	血圧の記録	1日1回	2
11	未病指標算出 ※2	1日1回	10
12	メタボリスク算出 ※3	1回限り	100
13	いざという時の大切な情報の記録 ※4	1回限り	100
14	健診データの記録	1回限り	100
15	LINEとの紐付け	1回限り	100

※1 No.4～8は重複付与しません。該当部分のみ1日1回付与します。

※2 生活習慣、認知機能、生活機能、メンタルヘルス・ストレスの4つの領域から、現在の心身の状態を測定できるものです。未病指標を測定するには、アプリトップ画面の左下にある「ME-BYO INDEX」アイコンをタップして下さい。

※3 健康診断の結果から、将来メタボリックシンドロームになるリスクを算出できるものです。メタボリスクを算出するには、アプリ画面右上のメニューを開き「メタボリスクを知る」をタップして下さい。

※4 災害時などいざという時に、アレルギーや常用薬などを医師などの支援者に見せることで、スムーズな支援につながる情報です。

希望する賞品は複数選べます。(その都度、②から④の手順を踏んでいただく必要があります。)