



令和7年9月1日
十日町市健康づくり推進課

「とおかまち健康ポイ活」事業を開始します

市民が主体的に楽しみながら取り組める健康づくりを推進するため、新潟県が実施する「にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業」を活用した「とおかまち健康ポイ活」事業を開始します。

1 対象者

十日町市にお住まいの方

2 事業内容

スマートフォンに新潟県の健康アプリ「グッピーヘルスケア」を登録し、健康づくり活動に取り組むことでポイントが貯まります。

貯まったポイントは、100ポイントごとに「地域協力店」での独自サービスや特典と交換できます。※地域協力店は県HPで確認できます。

【ポイント対象となる健康づくり活動の例】

- (1) アプリの起動、体重の記録…2ポイント
- (2) ウォーキング 3,000歩/日…4ポイント
 - ・プラス1,000歩毎に2ポイント追加
 - ・10,000歩達成でさらに4ポイント追加
- (3) 健康診断・人間ドックの受診・記録…100ポイント
- (4) 市が実施する健康関連イベントへの参加…100ポイント
 - ・各種がん検診、健康関連教室、アプリ上のイベントなど

3 その他

より多くの市民に参加していただくため、次のイベントを開催します。

- ・スタートアップイベント
- ・ウォーキング月間イベント

4 添付資料

とおかまち健康ポイ活チラシ

■お問合せ先

十日町市健康づくり推進課 成人保健係
担当：入田・蕪木 ☎025-757-9764（直通）

とおかまち 健康ポイ活

NIIGATA HEALTH & SPORTS MILEAGE

にいがた
ヘルス&スポーツマイレージ

参加無料
スマホで
はじめる

「歩く」だけで、健康とポイントが手に入る!!

特徴1

新潟県の健康アプリを活用
にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業

- ・運動や健康診断の受診など、健康づくりに取り組むとポイントが貯まる!
- ・貯まったポイントは、「地域協力店」で独自サービスや特典と交換できる!

こののぼり旗が
目印!!



特徴2

十日町市民がポイントを
獲得できる健康関連イベントを開催

- ・市が実施する各種がん検診、健康関連教室、アプリ上のイベントなどに参加しよう!
- ・イベント参加で100ポイントを獲得!!

健康ポイント活動の流れ

- ① スマホに健康アプリをインストールして参加登録 ② 日常生活の中で気軽に健康づくり活動
③ 活動に応じたポイント獲得 ④ 市内に限らず、新潟県内の地域協力店でポイント交換可能

1



参加登録

2



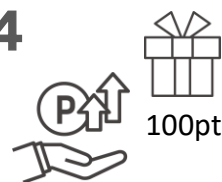
健康づくり活動

3



ポイント獲得

4



地域協力店で
ポイント交換

ポイントの対象となる健康づくり活動



散歩
ウォーキング
ランニング



アプリ起動



体重の記録



エクササイズ
ラジオ体操



健康教室
イベント
などへの参加



健康診断
の受診・記録

新潟県健康ポイント参加方法

STEP 1

アプリをインストール

右記のQRコードより「グッピーヘルスケア」をダウンロード後、インストールしてください。



グッピーヘルスケア



❗ **Androidをご利用の方** Google Fitも同時にダウンロードし、連携を必ず行ってください

STEP 2

「+」ボタンから新潟県を選択

左上の「+」ボタンをタップし、新潟県を選択して項目を追加してください。



STEP 3

区分の選択、利用規約への同意

お住いの地域、在勤状況を入力し、「追加する」をタップ。



参加促進イベント開催!!

気軽に始めよう! まずはアプリ登録!



スタートアップイベント



- 期 間 令和7年9月1日～11月30日
- 内 容 アプリに登録し、アンケートに回答しよう!
- ポイント獲得条件等 アンケートに回答して100ポイント

ウォーキング月間イベント



- 期 間 第一弾 令和7年10月1日～10月31日
第二弾 令和7年11月1日～11月30日
- 内 容 アプリ上で1か月間10万歩以上歩いて、達成報告しよう!
- ポイント獲得条件等 各月とも達成報告で100ポイント

・ポイントが貯まるイベントを開催する際はアプリ上などでお知らせします。

- ・気軽に運動をはじめたい
 - ・最近運動不足で何かをはじめたい
 - ・楽しく長く続けたい
 - ・毎日どれくらい歩いてるんだろう
- こんなあなたにオススメです



事業者のみなさまへ

新潟県が実施する健康アプリ「にいがたヘルス&スポーツマイレージ事業」に地域協力店として参加してみませんか?

サービスや特典の内容は各店舗で自由に設定可能です。詳しくは新潟県の専用ページ(右記QRコード)をご覧ください。

新潟県HP

