

「とおかまち健康ポイ活」で楽しく健康づくりをしていきましょう。

…… 春のイベントを開催します！ ……

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（健康アプリ：グッピーヘルスケア）」に登録し、ウォーキングなどの運動や健康イベント等への参加によりポイントが貯まります。

貯まったポイントは地域協力店で特典・サービスと交換できます。アプリ登録の際、地域に「十日町市」を選択すると、当市が実施するポイント付与対象のイベントに参加することでポイントを獲得できます。

<グッピーヘルスケア登録方法>

健康づくり推進課 ☎025-757-9764

①アプリをインストール

②「+」ボタンから新潟県を選ぶ

③区分の選択、利用規約への同意



| ポイント付与項目 | | | | |
|---|--|--|--|--|
| 起動 アプリを起動したら 2 pt /日 | 記録 体重を記録したら 2 pt /日 | 歩く 3,000歩/日 4 pt 以降、1,000歩達成毎に プラス 2 pt 10,000歩/日 プラス 4 pt ※ 1日最大20pt | イベント スポーツイベントに参加したら 100 pt /回 | 健康診断 健康診断を受診したら 100 pt /月 ※月1回のみ |

その他にもポイント付与項目を設けています。

エクササイズ、血圧測定、健康診断、市の各種がん検診の受診等でもポイントが貯まります。

登録方法や市内の地域協力店や特典やサービスとの交換方法はこちらをチェック☞



「春のチーム対抗ウォークフェス」 ～楽しく歩いて、健康と豪華賞品をゲット～

「グッピーヘルスケア」の機能を使用し、職場・家族・友人等でチームを組み、実施期間における平均歩数を競い、歩数の多い上位チームなどに抽選で豪華賞品をプレゼント！

- ◆ 参加申込期間 令和8年5月8日（金）～5月19日（火）
- ◆ 対象 十日町市民、十日町市内の企業・事業所で勤務している方
- ◆ 実施期間 令和8年5月25日（月）～6月7日（日）の2週間
- ◆ 参加人数 1チーム 2～3人
- ◆ 賞品 上位3チーム&1日平均歩数 3,000歩以上のチームから抽選で数チームに豪華な賞品をプレゼント！
歩数に限らず、参加者全員に 100ポイントをプレゼントします！
- ◆ 参加方法
 - ①参加申込期間中にチーム代表者は、右のQRコードからチームの登録をする。**※切:5/19(火)**
 - ②十日町市健康づくり推進課からチーム代表者に「参加コード」がメール送信される。
 - ③チーム代表者は、チーム員に「参加コード」を共有する。
 - ④チーム員は、アプリ内（グッピーヘルスケア）で「参加コード」を入力し、参加登録する。

申込はこちら☞



健康づくりアンケートに答えてポイントをゲットしよう！

健康づくりに関する簡単なアンケートに答えた方に 100ポイント進呈します。

- ◆ 対象 十日町市民
- ◆ 参加方法 「グッピーヘルスケア」に登録後、画面上の「新潟県」>「イベント情報」>「一覧を見る」>「春の健康づくりアンケート（十日町市）」を選択して回答。
- ◆ 特典 回答者全員に 100ポイントをプレゼント。
- ◆ 期間 令和8年5月25日（月）～6月30日（火）

回答はこちら☞

