

みどり市元気プロジェクト 健康ポイント付与基準一覧

R7年1月1日以降

○測定、データ確認

| ポイント名            | 付与基準                  | 付与数 |
|------------------|-----------------------|-----|
| 歩数ポイント           | 1日あたり2,000歩以上3,000歩未満 | 1   |
|                  | 1日あたり3,000歩以上4,000歩未満 | 1   |
|                  | 1日あたり4,000歩以上5,000歩未満 | 1   |
|                  | 1日あたり5,000歩以上6,000歩未満 | 1   |
|                  | 1日あたり6,000歩以上7,000歩未満 | 2   |
|                  | 1日あたり7,000歩以上8,000歩未満 | 2   |
|                  | 1日あたり8,000歩以上         | 2   |
| データ送信ポイント        | 1週あたり1回               | 3   |
| 「からだカルテ」ログインポイント | 1週あたり1回               | 2   |
| 体組成測定ポイント        | 1月あたり1回               | 10  |
| 健診結果入力ポイント       | アプリから入力（年1回）          | 300 |

○バーチャルウォーキングイベント

| ポイント名     | 付与基準  | 付与数 |
|-----------|-------|-----|
| ベストウォーカー賞 | 1回あたり | 50  |
| 完歩賞       | 1回あたり | 50  |

○ウォーキングイベント「あるくまちみどり周遊ウォーク」

| ポイント名      | 付与基準                 | 付与数 |
|------------|----------------------|-----|
| あるくまちポイント  | QRコード読み込み時初回ボーナスポイント | 30  |
| 周遊ウォークポイント | QRコード読み込み時1週あたり1回    | 2   |

○イベント参加

| ポイント名       | 付与基準            | 付与数 |
|-------------|-----------------|-----|
| イベント参加ポイント  | 講演会等イベント参加1回あたり | 30  |
| アンケート回答ポイント | アプリ入力1回あたり      | 15  |
| アプリ設定ポイント   | アプリを設定したとき1回のみ  | 200 |

問い合わせ先 みどり市保健福祉部健康づくり局健康管理課