

抽選で

選べる電子マネー等 **2000円分** が当たる!

参加費  
無料

# ふくやま 健康ポイント

誰でも楽しめる  
健康マイレージアプリで  
健康づくりを応援します!



フレイル予防イメージキャラクター  
「フレイル予防ローラ」



コンテンツを一部  
ご紹介!

## マイグラフ機能

日々の健康に関するデータを記録することができ、健康管理に役立ちます。

## 歩数ランキング機能

歩数を記録することで、一人一人が輝けるランキング表示を楽しめます。

## ウォーキングコース機能

ウォーキングコースを知ること、普段歩かないコースも楽しめます。

## 写真投稿機能

撮影した写真を投稿したり、他の人の写真に「行きたい」を付けることができます。

## 見守り機能

見守る人へ見守られる人の健康リスクなどのお知らせが届きます。  
※利用には、「健康マイレージプラス」のダウンロードが必要です。

対象者 **福山市民**

申込方法 **スマホで簡単登録!**

団体コード **fkym** を入力



お問い合わせ先

ふくやま健康ポイント事業事務局  
受付時間 / 9:00 ~ 17:00  
※土日祝、および12月29日から1月3日を除く

● 電話 (直通)  
**03-4333-4011**

● 詳しくはホームページをご覧ください  
ふくやま健康ポイント 検索



# ふくやま健康ポイントの参加の流れ

STEP  
1

## 健康マイレージアプリを取得しよう！

Google Play、App Store から「健康マイレージ」と検索してアプリをダウンロード、または二次元コードからアプリをダウンロード

iPhone

Available on the  
App Store



Android

GET IT ON  
Google Play



団体コード  
**fkym**  
を入力

アカウントを  
作成し、  
手順にそって  
情報を入力

●iPhoneは米国および他の国々で登録されたApple inc.の商標です。●App storeはApple inc.のサービスマークです。●Google PlayおよびGoogle Playロゴは、Google LCCの商標です。

STEP  
2

## 健康づくりを実践して、ポイントを獲得しよう！



アプリの  
「歩数送信ボタン」  
を押して  
歩数を送信！

こまめな歩数の送信を  
お願いします。  
歩数データは、  
42日前までしか  
送れません。

### ■ セルフチェックポイント (1日1回まで)

内容	ポイント
バランスの取れた 食事の摂取 (野菜と主菜を両方とも 1日2回以上摂取)	1pt
筋トレ、ストレッチ等 運動の実施 (筋トレ、ストレッチ、ラジオ 体操など)	1pt

●1日1回アプリを開いてセルフチェックを行ってください。

### ■ ウォーキングポイント

1日の歩数	ポイント
2,000～3,999 歩/日	1pt
4,000～5,999 歩/日	2pt
6,000～7,999 歩/日	3pt
8,000～9,999 歩/日	5pt
10,000 歩～ /日	7pt

### ■ 歩数送信ポイント

内容	ポイント
歩数送信 (1日1回まで)	1pt

### ■ 体重入力ポイント

内容	ポイント
体重入力 (1日1回まで)	1pt

### ■ お友達紹介ポイント

内容	ポイント
紹介した人、された人ともに	5pt

### ■ 健診 (検診) ポイント

内容	ポイント
生活習慣病予防健診 (人間ドック含む) を受診 (年度末1回)	50pt
がん検診を受診 (いずれか1種類で可) (年度末1回)	50pt

●年度末1回配信するアンケートにご回答ください。

### ■ アンケートポイント

内容	ポイント
アンケート回答 (年1回)	50pt

### ■ イベントポイント

内容	ポイント
健康づくりに関するイベントや事業への参加	5pt

●イベント会場の二次元コードを読み取ってください。  
ポイントが付与されるイベントは、福山市のホームページやアプリ内で案内します。

▶ 継続利用をしていただいたら、**50pt** 付与されます。(年1回)

### ご利用可能機種

- iOS15.0 以上
- Android5.1 以上

- 本アプリは歩数計の動作に必要なセンサーが搭載された Android・iOS 端末のみ歩数計機能に対応しております。
- ご利用可能機種でも、一部対応外の機種もありますので、右記二次元コードからご確認ください。
- スマートフォンを見ながら歩くことは大変危険です。歩数やポイントの確認は安全な場所で行なってください。
- 掲載内容は 2024 年 9 月時点のものです。実際の内容とは異なる場合がありますので、予めご了承ください。

