

令和 7 年 1 2 月 1 7 日

加 賀 市 長
(担当 総務部管財課)

見 積 依 頼 書

下記のとおり見積徴収を行いますので、見積書を提出されるようお願いします。

物 件 名 等	令和7年度生活習慣改善パンフレット
見積提出期限 及 び 場 所	令和 7 年 12 月 18 日 午前 11 時 30 分 加賀市役所 総務部 管財課
見 積 書 宛 名	加賀市長
納 入 期 限	令和 8 年 2 月 10 日
納 入 場 所	「広報かが」作成業者及び健康課
落 札 方 法	総価落札
注 意 事 項	<div>1 指定日時までに提出されない場合は、見積をご辞退されたものと解釈させていただきます。</div> <div>2 会社にあっては社印、代表者印を、個人についても記名捺印をお願いいたします。</div> <div>伺 番 号 第 0000336 号</div>

品 目 明 細

年 度 令和 7 年度

件 名 令和7年度生活習慣改善パンフレット

伺 番 号 0000336

1 / 1

No.	品 名	印刷製本（単位：部）	分類番号	002-003-000
1	規 格	別添（見本）のとおり A3 2つ折り		
	数 量	30,000 部		
No.	品 名		分類番号	
2	規 格			
	数 量			
No.	品 名		分類番号	
3	規 格			
	数 量			
No.	品 名		分類番号	
4	規 格			
	数 量			
No.	品 名		分類番号	
5	規 格			
	数 量			
No.	品 名		分類番号	
6	規 格			
	数 量			
No.	品 名		分類番号	
7	規 格			
	数 量			

印刷仕様書

市民健康部 健康課

件 名	令和 7 年度生活習慣改善パンフレット		
紙 質	マットコート 110kg ベースを使用のこと。		
印 刷	見本のとおり		
規 格	別添（見本）のとおりに A3 2つ折り		
形 状	別添（見本）のとおりに		
数 量	30,000 部	校 正	要
納入期限	令和 8 年 2 月 10 日	納入場所	「広報かが」作成業者及び加賀市健康課 （かが交流プラザさくら 1 階）
その他連絡事項 （校正担当課・係名 健康課・健康増進グループ 担当者 松井 ）			
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">印刷について</div> <p>※ 全ページフルカラー印刷とする。</p> <p>※ 原稿（ワード、エクセル形式）をもとに、印刷物のデザインや内容を企画・作成すること。</p> <p>※ 内容やデザイン、ページレイアウトは、健康課の指示により適宜作成すること。</p> <p>※ イラスト、写真等は発注業者で用意すること。地色の色付けを行なうこと。</p> <p>※ 作成した成果物の著作権は市に帰属するものとし、<u>2 次利用可能な PDF ファイルを併せて納品すること。</u></p> <p>※ <u>使用するイラスト、デザイン等が第三者の知的財産権を侵害していないことの確認を行うこと。</u></p> <p>※ 印刷作業前に必ず担当に連絡し、打ち合わせを行うこと。</p> <p>※ 加工可能な PDF ファイルを併せて納品すること。</p> <p>※ 発注業務にかかる特許等を使用する場合は、受注業者において実施許諾を受けていること。なお、受けている場合は許可番号を表示すること。</p> <p>※ 「この用紙は資源として活用できますのでリサイクルにご協力ください」の記載を入れて下さい。</p>			
<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;">納品について</div> <p>※ 広報 3 月号折り込みとするため、26,700 部を納入期限までに広報かが作成業者に納入すること。3,300 部は健康課に納入すること。</p> <p>※ 納入に際しては、事前に担当課の確認を受けた上で、納入場所に納入し、納品書に受領者印をもらって管財課へお出してください。（原稿は担当課に返してください。）</p> <p>※ 落札業者は、着手の前に担当課とスケジュール等について打ち合わせを行なうこと。</p> <p>※ 期限内に納入出来ない事情が発生したときは、必ず担当課へ連絡して了解を得てください。</p>			

KAGA 健幸ポイント 参加方法

1

アプリをインストール

右のQRコードから「グッピーヘルスケア」をインストールしてください。



2

「+」ボタンから加賀市を選択

左上の「+」ボタンをタップし、加賀市を選択して項目を追加してください。



3

区分の選択、利用規約への同意

地域、健保組合、サービスコード(727865)を入力後、利用規約に同意して参加開始!



地域の選択は

KAGA 健幸ポイント Q で検索!

またはこちらのQRコードから



このパンフレットを読んでくださった方に 100 ポイントプレゼント!
イベントコード: 48798

イベントコード入力方法



月に健康管理活動で
1,000ポイント以上
貯まったら...



抽選に自動参加

当選者へは、抽選日(毎月1日 午前中)に、アプリ内の「メッセージ」にて当選メッセージが届きます。落選者へのお知らせはありません。

KAGA 健幸ポイント お問い合わせ先

加賀市 健康課

〒922-0057 石川県加賀市大聖寺八間道65 かが交流プラザさくら1F
Tel. 72-7865 FAX. 72-5626

グッピーヘルスケアお問い合わせ先

株式会社 FINC Technologies

〒101-0054 東京都千代田区神田錦町2丁目2-1 KANDA SQUARE 11F
Tel.03-5908-3883

ポイントを貯めて楽しく健康に!

アプリで健康管理 はじまっています!



KAGA 健幸ポイントヘルスケアアプリとは...

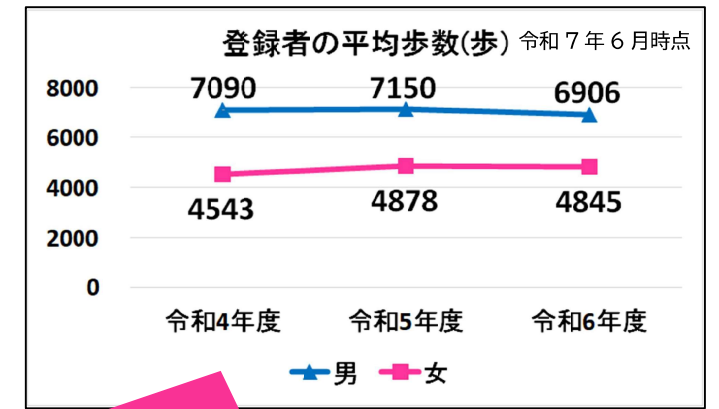
(グッピーヘルスケア)

自分の健康管理をするだけでポイントが貯まり、1000ポイント以上になると抽選で毎月 300 名以上の方に地域のお店で使える商品券や地域の商品、デジタルギフト券が当たります!

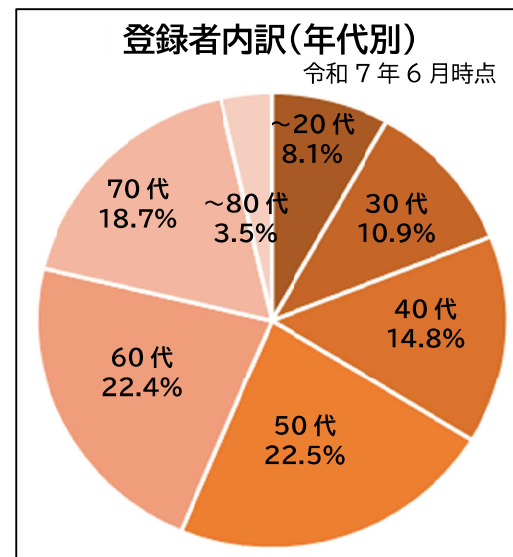
19 歳以上の加賀市民なら誰でも参加可能!

ダウンロード方法は裏面へ

利用者
3,000 人突破!



アプリを使用して持ち歩くだけで女性の歩数 up!



みなさんからの声

(若者世代)

・バランスの良い食事を心がけるようになった。

(働き世代)

・毎日の歩数が増えた。

・意識して運動するようになった。

(シニア世代)

・ラジオ体操したりするようになった。

・体重を測定するようになった。

(全世代)

健康アプリがきっかけとなり、コミュニケーションが増えた

ポイントを貯めて楽しく
健康づくりを始めましょう!

このパンフレット、特定健康診断・がん検診、健康に関するご相談は、健康課まで



加賀市役所 健康課

TEL:72-7865 FAX:72-5626 E-mail:kenkou@city.kaga.lg.jp

加賀市大聖寺八間道 65(かが交流プラザさくら 1 階)

ポイントが貯まるおススメ機能 4 選！



おススメ①

歩く



歩数に応じてそれぞれポイントがもらえるので**スマホを持って歩くだけでポイント**を貯めることができる機能です！
また、自分の住んでいる町の歩数ランキングを見ることができるので、モチベーションもあがり、歩くことが楽しくなるかも♪
(目安: 10 分歩行すると約 1000 歩)

2,000歩 **25pt** /日 5,000歩 **25pt** /日 8,000歩 **25pt** /日 ※1日最大75pt



おススメ②

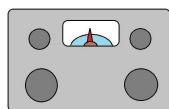
体重

5pt /日



ペンマークを触ると記録できるようになります

一日1回、体重を記録することでポイントが貯められます。また、記録がグラフで見られるので体重の変化もわかりやすくなります。



おススメ③

食事

5pt /日



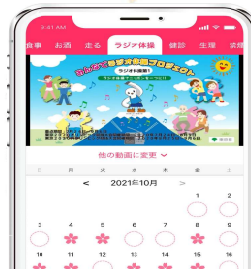
ここから登録

アプリから食事の写真を撮るか撮った写真を登録するとポイントが貯められます(一日1回まで)。記録しておく献立の参考にもなります！

おススメ④

ラジオ体操

5pt /日



ピンクの○を触るとさくらが咲きます

ラジオ体操の動画を観ながら一緒に行うか、自分で記録をするだけでポイントが貯められます(一日1回まで)。いつでも動画再生が可能なので、時間を気にせず自分のペースで体操することができます。

番外編: 一日の記録を忘れてしまうことがある、そんなあなたに
おススメ機能

アプリ画面右下にある**設定** を選択し、「忘れ防止通知」を選択すると通知希望の時間を設定できます。毎日設定時間に通知が届くので記録忘れを防止できます。



その他にも多くの役立つ機能があるので、ぜひご利用ください。



主な健康づくりイベントに参加することで付与されるポイントの紹介

300P	200P	100P
加賀市国保特定健診(集団・医療機関)	がん検診(集団)	定例健康相談(体組成測定)
若年者健診(集団・医療機関)	歯周病検診(集団)	健康応援セミナー
加賀市国保・後期健診等みなし健診提供	健診結果説明会	定例ノルディックウォーク会
加賀市国保人間ドック(医療機関)	プール教室	定例ラジオ体操教室
後期高齢者健診(医療機関)	保健指導	かもまる講座
	KAGA 健康フェスタ	健康づくり推進員による地区活動
	大人の食育講座	

お知らせ機能を使って加賀市からの健康づくり情報を受け取ろう！

お知らせ



お知らせ・メッセージ機能では講演会、運動教室、各種健(検)診のご案内など健康づくりに関する情報が受け取れます。
お知らせ機能を活用して健康づくり・仲間づくりを始めてみませんか？

高齢となり閉じこもりがちでしたが、お知らせ機能から知った講座に参加することが外出の機会となっています。



お知らせを受け取る

講演会や運動教室に参加

仲間と一緒に健康な毎日を目指しましょう！



1000 ポイント達成で毎月 300 名様以上に当選のチャンス！

抽選で当たる地域のお店の商品！



加賀市の 地域 商品券も当たる！



デジタルギフト券も当たる！



3つの中から好きなギフトを選べます

よくある質問は QR コードよりご確認ください。(加賀市ホームページ内下方にあります。) →

