

KAGA健幸ポイント 参加方法

STEP 01 アプリをインストール

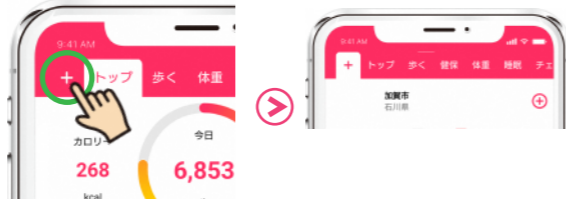
右のQRコードから「グッピーヘルスケア」をインストールしてください



グッピーヘルスケア

STEP 02 「+」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。



STEP 03 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!



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



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



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。

抽選に自動参加

月に健康管理活動で
1,000ポイント以上
貯まったら...



ポイントを貯めて楽しく健康に!

19歳以上の
加賀市民なら
誰でも参加可能!



健康づくり
マスコットキャラクター
健診カモンくん

アプリで 健康管理 はじまっています!



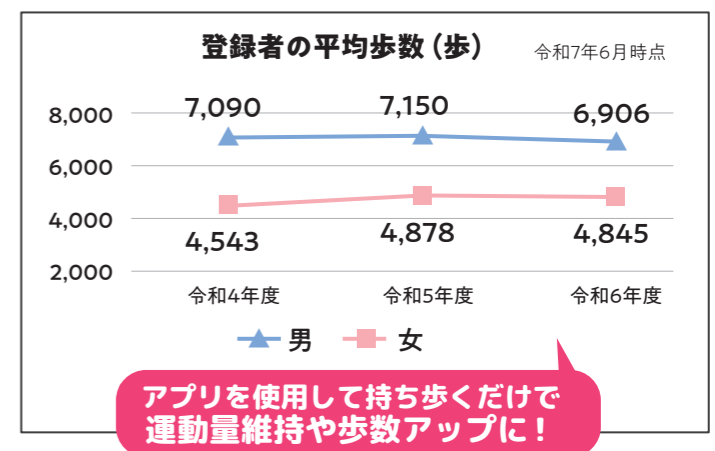
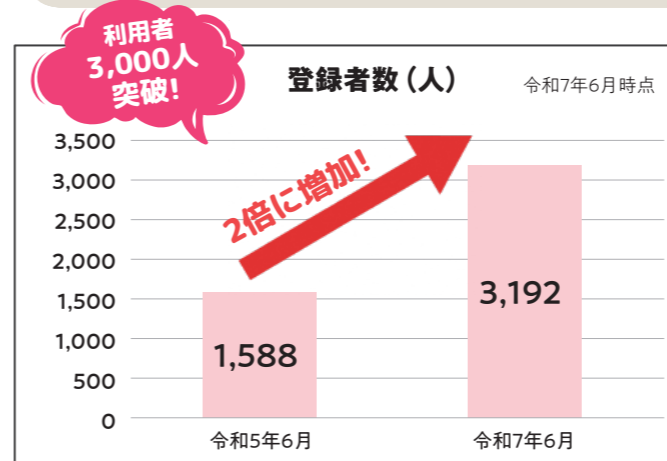
楽しく
健康づくりを
始めましょう!

ダウンロード
方法は裏面へ

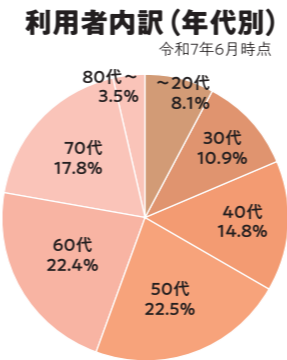


KAGA健幸ポイントヘルスケアアプリとは…
(グッピーヘルスケア)

自分の健康管理をしながらポイントを貯めることができ、毎月1,000ポイント以上になると抽選で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!



アプリを使用して持ち歩くだけで
運動量維持や歩数アップに!



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。
- シニア世代: ラジオ体操するようになった。体重を測定するようになった。
- 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。
- 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。

KAGA健幸ポイント お問い合わせ先

加賀市役所 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. 0761-72-7865

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

このパンフレット、特定健康診査・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 : 0761-72-7865 E-mail : kenkou@city.kaga.lg.jp
石川県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★ おすすめ機能4選

おすすめ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1,000歩)



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

おすすめ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

1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。

おすすめ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(1日1回まで)。記録しておくことで献立の参考にもなります。

おすすめ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(1日1回まで)。いつでも動画再生が可能のため、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

1日の記録を忘れてしまうことがある、そんなあなたにおすすめ機能

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、ぜひご活用ください。

エクササイズ

走る

お酒

禁煙

メンタル

健診



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

300pt

- ・若年者健診(集団・医療機関)
- ・加賀市国保特定健診(集団・医療機関・みなし健診)
- ・加賀市国保人間ドック(医療機関)
- ・後期高齢者健診(医療機関)
- ・その他健診

200pt

- ・がん検診(集団)
- ・歯周病検診(集団)
- ・プール教室
- ・保健指導
- ・KAGA健康フェスタ
- ・大人の食育講座

100pt

- ・定例健康相談(体組成測定)
- ・健康応援セミナー
- ・定例ノルディックウォーク会
- ・定例ラジオ体操教室
- ・かもまる講座
- ・健康づくり推進員による地区活動など



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・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?

お知らせ



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で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!

毎月1,000ポイント達成で/
300名以上に当選のチャンス!!



抽選で当たる**地域のお店の商品!**



三温泉グッズ



レストランさくら
ペア食事券



加賀パフェ

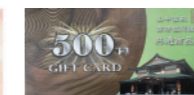
加賀市の**地域商品券**も当たる!



ダイヤスタンプ会
加盟店商品券



山代温泉商店連盟
加盟店共通商品券



山中温泉商店協同
組合共通商品券



ゆーでるカード
加盟店会商品券

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