

新規参加者募集



花と湯の町 なかの条

歩いてためる健康ポイント事業



歩いて健康づくりすることを推進するために、ポイント事業を実施しています。前年度から事業に参加している人は申込書の提出は必要ありません。新規で参加ご希望の方は、保健センターまたは六合支所へお出かけください。ポイントが貯まると中之条町の商品券と交換できます。

◎新規参加申し込み受付 **随時受付**

土・日曜日・祝日を除く 8:30~17:00

中之条町保健センター又は六合支所でお申込みください。

◎ポイント付与開始 **装着し始めた日の翌月から**

有効なデータが1週間以上ないと付与できません

◎参加対象者 **20歳以上の町民**

◎歩数の計測方法 **お手持ちのスマートフォン**

現在、継続で町の活動量計をつけている方はそのまま活動量計の使用は可能です

◎参加要件 **1~3か月に1回ポイント付与に通える人**

〈問い合わせ先〉 中之条町保健センター(0279-75-8833)

六合支所(0279-95-3111)



事業の流れ



ポイントの貯め方

1～3か月に1回中之条町保健センター又は六合支所等で**1か月の平均歩数**に応じて、月ごとのポイントを付与します。また、ボーナスポイントの付与も予定しています。

ポイントカードを忘れずご持参ください。
スマホを持って歩いてね。**（スマートウォッチ等とは連携できません）**

1か月の平均歩数	ポイント数
2000歩未満	1ポイント
2000～2999歩	2ポイント
3000～3999歩	3ポイント
4000～4999歩	4ポイント
5000～5999歩	5ポイント
6000～6999歩	6ポイント
7000～7999歩	7ポイント
8000歩以上	8ポイント

最初のボーナスポイントは9月にダブルポイント！

夏場は暑くて歩数も減りがち・・・
そこで8月分のデータを反映してポイント付与する**9月に1ポイント多く付与**します。さらに9月は、敬老の日ポイントとして年度末年齢で**80歳代の方に1ポイント、90歳以上の方に2ポイントプレゼント**します。9月のポイント付与には忘れず来ていただくとお得です！
（アプリを取得した方は、1～3か月に1回の来所時にボーナスポイントを付与します）
他にもボーナスポイントチャンス企画をしています。



ポイント交換



町内商店等幅広く
使えます！

96 ポイント(年度末年齢 75 歳以上の方は 72 ポイント)貯まった時点でアンケートに答えて中之条町商品券 1,000 円分 1 枚と交換になります。その後も新たに発行されたポイントカードで継続してポイントを貯めることができます。年齢は新たに発行されたポイントカード発行時の年度末年齢となります。

注意事項

必読



●参加対象者について

ポイント事業に参加する場合は下記の対応となります。※年齢は年度末(令和9年3月31日)年齢です。

新規 64 歳以下の方

ご自分のスマートフォンで歩数を計測します。ポイント付与は 3 か月に 1 回程度保健センター、または六合支所にお越しください。申し込み時にアプリ「あるこっと」を入手しますのでスマートフォンをご持参ください。

新規 65 歳以上の方

64 歳以下の方と同様にご自分のスマートフォンで歩数を計測します。スマートフォンをお持ちでない方は研究のために町で指定の活動量計を無償貸与することができます。ただしデータを提供していただきますので、月 1 回データ通信に通ってください。

継続の方

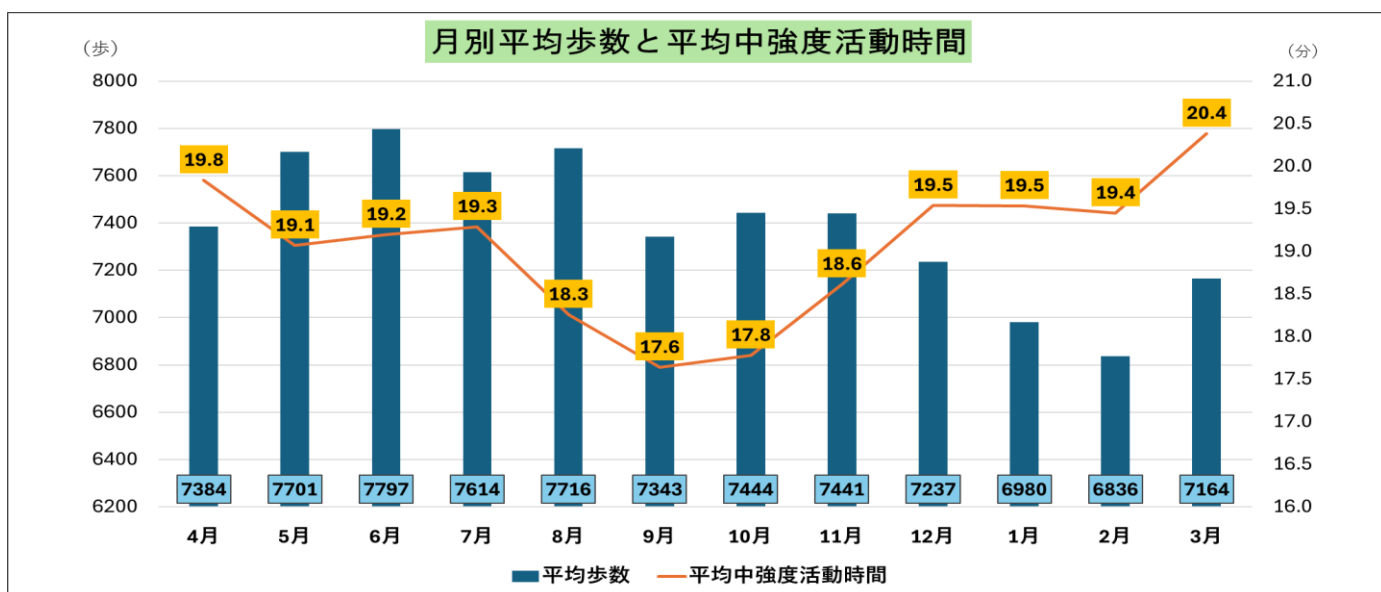
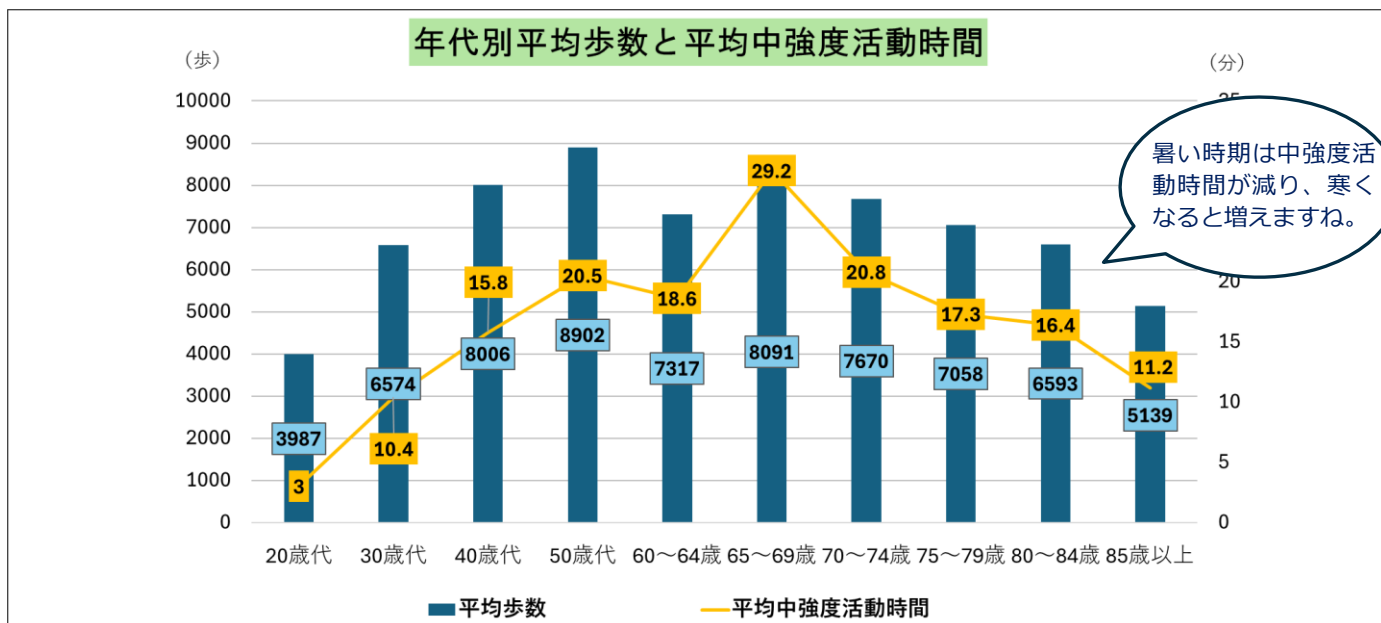
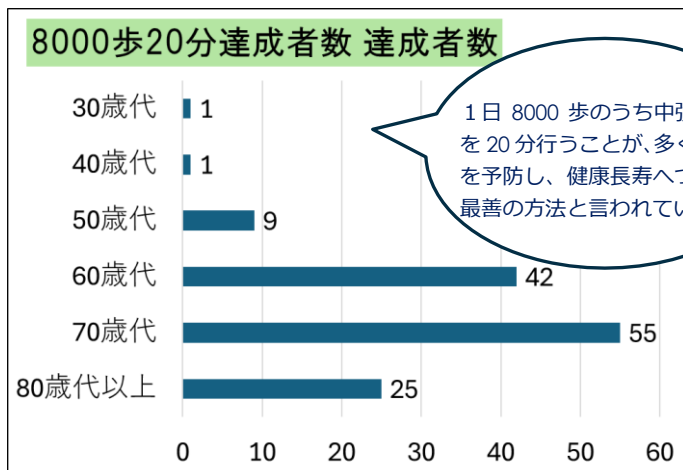
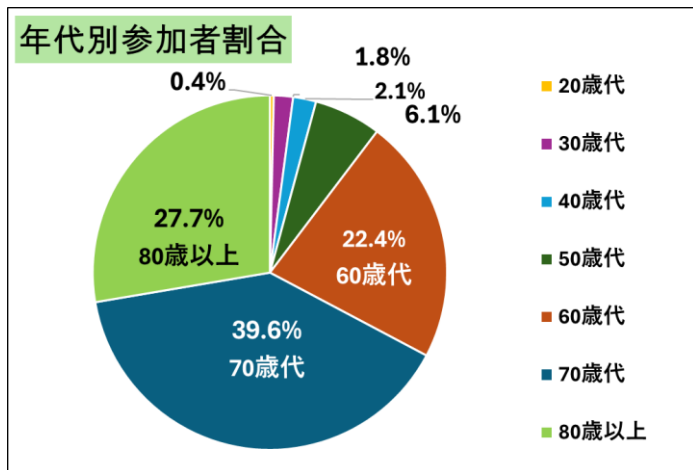
今までどおりポイント事業に参加できます。町貸与の活動量計(黒色のライフコーダ)を使用している方はそのまま活動量計を使用できます。町から購入した活動量計(白色の活動量計)を使用している方はそのまま使用できますが、スマートフォンを使っただけでも構いません。スマートフォンにアプリを入手していただければ、毎月来所しなくても3か月に1回程度の来所でポイントを付けることができます。

アプリの通信料は自己負担になります。アプリはスマートフォン等とは連携されませんので、スマホを携帯して計測をします。

- ポイントカードを紛失した場合は、それまで獲得していたポイントは無効になります。再発行されたカードで新たにポイントをためることができます。
- ポイントカードを忘れた場合はシールをお渡します。シール紛失の場合は再発行できません。
- ポイント付与は 1 か月の平均歩数です。スマートフォンで計測の方は 3 か月分まとめてポイントを付与することもできます。データ提供も 3 か月分まとめて行うこともできます。
- ポイントは翌年度へ繰り越しとなります。
- 1 週間以上の有効なデータがないとポイント付与できません。
- 毎月来所した場合のデータ提供は来所した月の前月始めから前月末までとなります。例) 7 月に来所⇒6 月 1 日～6 月 30 日までのデータとなります。
- 町から購入した活動量計(白色の活動量計)は在庫がわずかです。紛失、故障した場合は在庫がなくなり次第購入できませんので、アプリを取得しておくことで継続がスムーズです。

令和7年度のポイント事業参加者のデータ結果です。一部をご紹介します。

※来所日より約1か月前までのデータから平均歩数を算出し、来所月の平均歩数として計上しています。



新規で参加希望の方は中之条町保健センターまたは六合支所へお出かけください。

活動量計の設定には下記の情報が必要となります。

- ① 名前 ② 生年月日 ③ 住所 ④ 電話番号 ⑤ 性別 ⑥ 身長 ⑦ 体重
- ⑧ 一日の目標歩数 ⑨ 一日の中強度の目標時間

※⑥⑦については64歳以下の方は不要です