

2025年度 からだカルテ「やいきde健幸アプリ」 事業参加者向け

ポイントルールについて

※本事業は、株式会社タニタヘルスリンクに委託して実施しています。

各種健康行動によってポイントが獲得できます。

ポイント名称		付与ポイント数	条件
毎日歩数ポイント	8,000歩達成	3	1日の歩数が各条件を満たすことでポイント付与 ※歩数が条件に達し、なおかつ歩数計アプリ「ヘルスプラネットウォーク」ホーム画面・左上のデータ送信ボタンをタップすることでポイント付与 ※8,000歩達成すると合計で5ポイント付与
	4,000歩達成	2	
週間歩数ポイント	56,000歩達成	5	1週間の合計歩数が56,000歩（＝平均8,000歩）達成でポイント付与
データ送信ポイント		1	アプリホーム画面の左上のデータ送信ボタンをタップすることでポイント付与（1日1回まで）
体組成測定ポイント		10	月1回、市内各地に設置された体組成計で測定を行うとポイント付与
「からだカルテ」ログインポイント		1	「からだカルテ」にログインするとポイント付与（1日1回まで）
認知症カフェ		2	認知症カフェに参加するとポイント付与
ボランティアポイント		10	所定のボランティアに参加することでポイント付与
健（検）診受診ポイント	特定健診、若者の健診、人間ドック、職場の健診	10	健康診断・がん検診などを受診したとき 各1回/年 ※市の集団検診（健診）以外で受診された方は、受診日・医療機関名・受診内容が分かるものを1月末までに保健センターに提示が必要
	胃がん検診	5	
	肺がん検診	5	
	大腸がん検診	5	
	乳がん検診	5	
	子宮頸がん検診	5	
その他指定のポイント		10	
ウォーキングラリーゴールポイント		10	アプリ上で実施するウォーキングラリーでゴール達成でポイント付与
紹介ボーナスポイント 		100	まだ入会していない方に友だち紹介コードをお知らせし、会員登録時に紹介コードを入力して入会すると100ポイント付与※方法は次ページをご覧ください。
入会・継続ボーナスポイント		500	入会しデータ送信をするとポイント付与（継続者も期間中初のデータ送信でポイント付与）

お友だち紹介の仕方 (HealthPlanet Walk)

①右下の「その他」をタップ



②「お友だち紹介」をタップ



③紹介コードを、LINEやX（旧Twitter）、メール等で共有しましょう！



④紹介を受けたお友だちは、参加申込の際にお友だち紹介コードを入力していただくとお互いにポイント獲得！



紹介した人に**100**ポイント（上限5人まで）

お友だち紹介の仕方 (HealthPlanet)

① 右上の人型アイコンをタップ



② 「お友だち紹介」をタップ



③ 紹介コードを、LINEやX (旧Twitter)、メール等で共有しましょう！



④ 紹介を受けたお友だちは、参加申込の際にお友だち紹介コードを入力していただくとお互いにポイント獲得！



ニックネーム 必須

※ニックネームはコンテンツ力される方は、その点をご留意ください。

共有された紹介コードを入力して登録！

お友だち紹介コード

紹介した人に **100**ポイント (上限5人まで)



日本をもっと健康に！