

# ポイントメニュー（貯め方）

ポイントメニュー		付与ポイント数	備考
初回登録		200	
スタンプラリーへの参加		100 (最大500)	1コースにつき1年度1回限り付与 【対象となるコース】 ①武庫川ウォーキングコースコース ②ウッディタウンウォーキングコース ③フラワータウンウォーキングコース ④有馬富士ウォーキングコース ⑤大川瀬・つつじが丘コース
1日あたりの 歩数	4,000歩～5,999歩	1	歩いた日の2日程度後に自動的に付与（1日最大5P付与） ※歩数のポイントは付与まで2日かかります。
	6,000歩～7,999歩	3	
	8,000歩以上	5	
アンケートへの回答		50	アンケート1回につき1回限り付与
対象イベントへの参加		50 (最大200)	市が指定する健康関連イベントへの参加1回につき1回限り付与 ※1年度に最大4回まで付与
健診結果の登録		100	1年度につき1回限り付与 ※必須項目（受診日、受診方法、身長、体重、BMI） ※任意項目（腹囲、血圧、中性脂肪、LDLコレステロール、 HDLコレステロール、血糖値、HbA1c）
市が実施する健診・検診の受診		50 (最大200)	【R6年度から付与開始】 1年度1項目につき1回限り付与（1年度4項目まで） 【対象となる健(検)診】 ①特定・基本健診 ②胃がん検診 ③肺がん検診 ④大腸がん検診 ⑤乳がん検診 ⑥子宮頸がん検診

# ポイントメニュー（取得方法）

ポイントメニュー		付与ポイント数	取得方法
初回登録		200	アプリ登録完了後に自動的に付与されます。
スタンプラリーへの参加		100 (最大500)	各コースの拠点のチェックイン範囲（青い円）に入ると、スタンプシート上の拠点がオレンジ色に変わるので、拠点詳細内の「チェックイン」をタップします。 全ての拠点をチェックインすると自動でポイントが付与されます。（ポイントは1コース達成毎に付与されます。）
1日あたりの歩数	4,000歩～5,999歩	1	歩いた日の2日程度後に自動的に付与されます。 日々、ヘルスケアミニアプリを開くようにしてください。
	6,000歩～7,999歩	3	
	8,000歩以上	5	
アンケートへの回答		50	アンケートに回答すると自動でポイントが付与されます。
対象イベントへの参加		50 (最大200)	イベント会場などに設置されている専用二次元コードを読み込むとポイントが付与されます。
健診結果の登録		100	「健（検）診記録」の「健診結果を登録する」に結果を登録すると、自動で付与されます。
市が実施する健(検)診の受診		50 (最大200)	【集団健診の場合】 会場内に設置された専用二次元コードを読み込むことでポイントが付与されます。 【個別健診の場合】 受診後の結果票に印字されている専用二次元コードを読み込むとポイントが付与されます。