

アプリ
で

健

康

ウォーキング やるまいか!

参加者募集!!

アプリ【aruku&(あるくと)】を利用したウォーキング
イベントを開催します。
楽しく、いつもより歩いて、より健康に!

- 実施期間: 2025年11月1日(土)～11月30日(日)
- 対象: 18歳以上の中津川市内在住・在勤・在学の方
- 参加費: 無料 ※アプリダウンロードやご利用時にかかる
パケット通信料は参加者様の負担になります。

▶参加の流れ

- ① 裏面を参照しアプリや団体コードの設定をしてください(期間: 10/1～10/31)
- ② 11/1～11/30の期間にスマホを持って歩きます(7日に1回はアプリを起動してね)
- ③ 12/1～12/5午前10時までに1回アプリを起動してください(歩数を確定するため)
- ④ 12/5以降に賞品当選者へメールが届きます。送り先を中津川市に教えてください(注)。

●賞品をゲットしよう!…賞品発送は12月中

適正歩数 8,000 歩 / 日前後の方 10 名、
および抽選で参加者 20 名の方にギフトカードが当たります。

(注)当選者にメールで送り先をお聞きします。

必ず下記メールアドレスのメールが届くように設定をしておいてください。
期限内に送り先の連絡がない場合は、賞品の受け取りを辞退したものとみなします。



詳細はこちらから
ご覧いただけます。
(市ホームページ)



イベント用メールアドレス

kenpachikun@city.nakatsugawa.gifu.jp

●個人情報取り扱い

いただいた個人情報は、
本事業以外の目的では利用しません。

●問い合わせ: 中津川市 健康課

TEL 66-1111(内線 639) FAX 62-0058

メール: kenpachikun@city.nakatsugawa.gifu.jp
(イベント用メールアドレス)

1日8,000歩の継続で
長寿遺伝子のスイッチ
を入れよう!

中津川市健康推進キャラクター
けんぱちくん



ウォーキングアプリ「aruku&」(あるくと)設定方法

「aruku& (あるくと)」とは?

㈱ONE COMPATH が提供する無料のウォーキングアプリです。日々の歩数計測だけでなく、依頼(ミッション)を達成することでポイントがもらえ賞品の応募ができます。また、ポイントによる順位付けを見ることができます。

※アプリの利用料は無料ですが、ダウンロードやご利用時にかかるパケット通信料は参加者様の負担になります。
※アプリの利用にはスマートフォンの位置情報をONにしておく必要があります。

アプリに関するお問い合わせは、設定アイコンから「お問い合わせ」を選択し、アプリ管理者へ直接送信してね



「aruku& (あるくと)」の操作手順

10/1 (水) ~ 10/31 (金) の期間に設定をしてください。

▶ 画面に従って操作してください。

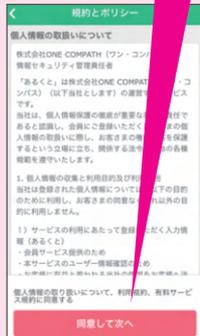
(イベント期間中であれば、途中からの参加も可能です。)

●新規に「aruku&」(あるくと)をインストールする方の手順

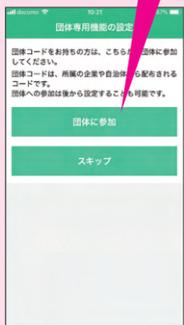
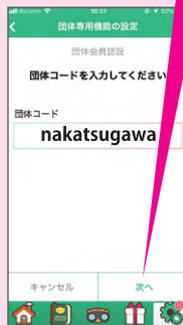
スマートフォンにウォーキングアプリをダウンロードして、会員登録をしましょう!

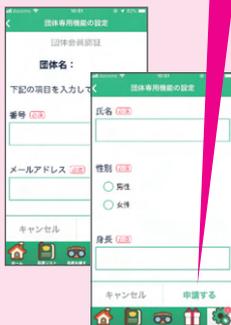
- 1 中津川版
二次元コードを読み取り、
アプリをダウンロード!**

中津川版二次元コード
【団体コード】が入力された状態でダウンロードできます。
■iOS: iOS 16 以上
必要機能: Apple モーションコプロセッサ
■Android: Android 9 以上
必要機能: Apple モーションコプロセッサ GPS/加速度センサー/ジャイロセンサー/
ハードウェアステップカウンター(歩数計測用センサー)(※)
(※) Google Play ストアで aruku& をダウンロードしようとした際、「お使いのデバイスはこのバージョンに対応できません」と表示されダウンロードができない場合、ご利用の端末には歩数計測用センサーが搭載されていない可能性があります。歩数計測用センサーの搭載の有無につきましては、販売店やメーカーへご確認をお願いいたします。(こちらも併せてご確認ください)
※対応端末については、aruku& (あるくと)公式サイトをご確認ください。
「aruku&」または、「あるくと」で検索してください。
<https://www.arukuto.jp/>
- 2 ダウンロード後
【はじめて使う方】
を押す**

- 3 個人情報取り扱い
について確認し、
内容に同意する**

- 4 ニックネームなど
プロフィールを登録
(※ニックネームのみ
公開されます。)**


【団体コード】を入力して団体に参加しましょう!

- 5 【団体に参加】
を押す**

- 6 【団体コード】が
記載された状態で
【次へ】**

- 7 団体連携に伴う情報提供に
ついて確認し、内容に同意する**

- 8 項目に沿って
必要情報を入力し
申請する**

- 9 グループを選択して
【OK】を押すと
団体登録完了!**


●既に aruku& (あるくと) をインストールしている方の手順

●現在利用中の方の手順

1 上記中津川版二次元コードを読み取り、6 から設定をしてください。

●過去に利用された方の手順

1 上記中津川版二次元コードを読み取り、2 の画面の「過去に利用された方」を押して、手順に従って設定をしてください。

団体コードが自動入力されない方は、「nakatsugawa」と手入力をお願いします。▶

