

## 「8万人のヘルスアップ」 アプリで健康ウォーキングやろまいか事業参加者募集

一般向け無料アプリ(株)ONE COMPATH「aruku&(あるくと)」を利用したウォーキングイベントの参加者を募集します。生活習慣病予防に効果的な歩数8,000歩/日に近い方、または抽選で参加者の方にギフトカードが当たります。

### ■イベント期間

令和2年11月1日(日曜日)から令和2年11月30日(月曜日)

### ■対象者

18歳以上の市内在住、在勤、在学の方

### ■目的

「8万人のヘルスアップ」の取り組みの一環として、運動習慣の少ない壮年期・中年期層をターゲットに、ゲーム要素のあるスマートフォンアプリを利用して、手軽に運動開始のきっかけづくりをします

### ■参加料

無料

※但し、アプリダウンロードや利用時にかかるパケット通信料は、参加者の負担になります。

### ■アプリ設定期間

令和2年10月1日(木曜日)から令和2年10月31日(土曜日)

詳細は添付チラシをご覧ください。

### ■ギフトカードについて

- ・ギフトカードはJCBギフトカードです。
- ・一日の平均歩数が8,000歩前後の方(10名程度)に3,000円分のギフトカードが当たります。
- ・参加者の中から抽選で20名に1,000円分のギフトカードが当たります。
- ・重複はありません。

### ■昨年度実績

参加者 207名



詳しくはこちら  
(市役所ホームページ)

### お問い合わせ先

市民福祉部 健康医療課 担当者：古田 律子  
電話：0573-66-1111 (内線 628)

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、お得に、いつもより歩いて、より健康に!



●実施期間：2020年11月1日(日)～11月30日(月)

●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)
- ②11/1～11/30の期間にスマホを持って歩きます(最低週1回はアプリを起動してね)
- ③12/1～12/3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)
- ④12/3に賞品当選者へメールが届きます。届きましたら、送付先を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

適正歩数である8,000歩/日前後の方10名、  
または抽選で参加者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、賞品を棄権したものとみなします。



詳細はこちらからも  
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](mailto: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使用いたしません。

### ●問合せ：中津川市役所 健康医療課

TEL 66-1111(内線628) FAX 62-0058

メール：[kenpachikun@city.nakatsugawa.gifu.jp](mailto: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!



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にさせていただく必要があります。

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 (木) ~ 10/31 (土) 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。

### ●新規に「aruku&」(あるくと)をインストールする方の手順

#### 1 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 QRコードを読み取り、アプリをダウンロード!

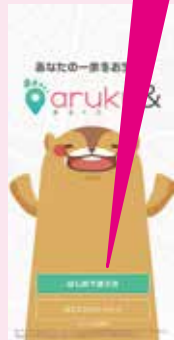


【中津川版QRコード】

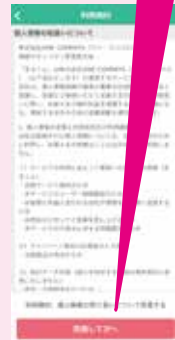
※iOS9.0以降対応。iPhone5S以降対応 (iPhone5C、iPadシリーズを除く)

※Android5.0以降対応 (ハードウェアステップカウンター搭載必須。一部端末を除く)

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。)



5 パートナーを選択



#### 2 団体に参加しましょう!

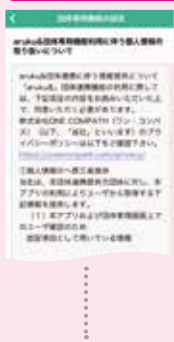
6 【団体に参加】を押す



7 団体コードが自動入力されますので【次へ】を押す



8 「団体専用機能利用に伴う個人情報提供の取扱いについて」を確認し、内容に同意する



9 メールアドレス、年代、性別、地区を入力



10 【OK】を押すと団体登録完了!



### ●現在利用中の方・過去に利用された方の手順

#### ●現在利用中の方の手順

上記 1 ① 中津川版QRコードを読み取り、「2 団体に参加しましょう!」の 7 から設定をする。

#### ●過去に利用された方の手順

上記 1 ① 中津川版QRコードを読み取り、1 の ② の画面の「過去に利用された方」を押して、画面に沿って引き継ぎをするか、引き継ぎをキャンセルして 1 ② から新規登録をする。

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。▶

