

5月1日  
スタート

楽しみながら  
健康づくり

歩いて  
スタンプ  
ゲット

スタンプを集めて  
景品ゲット！

みんなで健幸に  
なろう！

# こもろ健幸マイレージがアプリになりました！

こもろ健幸マイレージとは…健(検)診を受けて、ウォーキングをすると、500円分の野菜券(+今年は1,000円分の飲食券も!)に交換ができ、さらにウォーキングを続けると、お楽しみ♪抽選会に参加できる、楽しく健康になれる事業です。多くの市民の皆さんの運動習慣を促進するため、アプリ版「こもろ健幸マイレージ」が5月からスタートします。

多くの市民の皆様にご参加いただきたいと思いますので事業の取材をお願いいたします。

## ■詳細情報

### <アプリの特徴>

- ◇ 若い世代も参加しやすく、スマホの操作のみで景品を獲得できます。
  - ◇ わかりやすく歩数を記録し、スタンプゲット!スタンプをそろえて景品を獲得できます。
  - ◇ 体重、血圧の記録ができ、健康管理をサポートします。
- ※従来の紙のカードでも引き続き参加いただけます。(重複して景品をもらうことはできません)

アプリの詳細がわかるポータルサイトはこちらから →  <https://komoro-genki.com/portal>



## アプリでのスタンプのため方と嬉しい特典

～まずは、**ファーストカード** に挑戦～

(小諸市内に住所がある 18歳以上の人(高校生は除く)のみ)

- ① ひと月の平均歩数が 5,000 歩以上でスタンプゲット!
- ② 生活習慣病予防健診(特定健診)、職場検診、人間ドックなどの健診を受けるとスタンプ1つゲット!
- ③ がん検診などを受けるとスタンプ1つゲット!

➡ スタンプを5つためると、直売所で使える  の**野菜券**と、  の**飲食券**を郵送します

市内登録事業所で使える

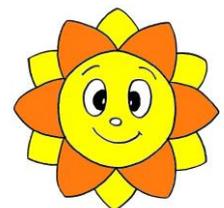
～続いて、**ウォーキングカード** に挑戦～

(ファーストカードがたまった人、市外に住所があり、小諸市内に勤務または学んでいる人(18歳以上、高校生は除く))

- ① ひと月の平均歩数が 5,000 歩以上でスタンプゲット! (毎月ポイントゲットできます)

➡ スタンプを5つためると、**お楽しみ♪抽選会**に参加でき、市外の参加者には1,000円分の飲食券を1回郵送します。ウォーキングカードは1人で何枚でもためられます。枚数が増えると当選確率UP★

## 「お楽しみ♪抽選会」の景品一例(昨年度例)



健幸イメージキャラクター  
げんきくん

## ■問い合わせ先

小諸市役所 健康づくり課 健康支援係 担当: 三石、岩崎  
TEL0267-25-1880(直通) Eメール shien@city.komoro.nagano.jp