

測ろう

参加しよう

歩こう

おおむら しあわせ 健康アップ



歩っこで!



ゆでぴ



抽選で**400**名様に
デジタル地域通貨「ゆでぴ」
2,000円分の
ポイントが当たる!

大村市デジタル地域通貨「ゆでぴ」とながさき健康づくりアプリ「歩っこで!」を活用し、市民一人ひとりに合った健康的な行動が継続できる仕組みをつくります。

実施期間

令和6年10月1日(火)から11月30日(土)まで

参加費

無料 ※ スマートフォンアプリのダウンロード及びご利用には別途通信料がかかります。

参加条件

- ・ 大村市内にお住まいの15歳以上(令和6年度末時点)の方
- ・ ご自身のスマートフォンにながさき健康づくりアプリ「歩っこで!」をダウンロード・初期設定(「居住地域」を大村市と設定)している方

事務局

大村市 国保けんこう課

大村市玖島1丁目25番地 TEL 0957-53-4111(内線192)

おおむらしあわせ健康アップの参加の流れ

1 アプリの登録

ながさき健康づくりアプリ「歩こーで！」をダウンロード※1して、初期設定※2を行います。

※1 スマートフォンアプリのダウンロード及びご利用には別途通信料がかかります。
※2 「居住地域」を大村市と設定してください。

・ Apple、Appleロゴ、iPhoneは米国およびその他の国で登録されたApple Inc.の商標です。
・ App StoreはApple Inc.のサービスマークです。



・ Google Play、GooglePlayロゴ、Androidは、Google LLCの商標です。



2 チケットを獲得

歩く・測る・記録する・参加する など健康を意識した活動を行う(継続する)ことでチケットを獲得します。※3

実施期間：令和6年10月1日(火)から11月30日(土)まで

※3 チケットは翌月末までに付与されます。



歩く

項目	チケット
ひと月の目標歩数 5日以上	1
達成日数 10日以上	3
※4 20日以上	5

※4 1日の目標歩数の設定は、5,000歩以上で入力可能です。無理のない目標を立てましょう。



測る・記録する

項目	チケット
ひと月の入力日数 (体重・血圧) 20日以上	1項目あたり 3 (最大6)



項目	チケット
健診 (健康診断・人間ドック) 特定健診 各種がん検診 骨粗しょう症検診 歯科健診	1健(検)診あたり 1 (最大5)

※5 令和6年度内に受診した健(検)診が対象です。



参加する

項目	チケット
おおむら健康・福祉まつり	1
おおむら市民ウォーク	1



回答する

項目	チケット
アンケート回答 ※6	5

※6 回答期間は11月1日(金)から12月6日(金)を予定しています。

習慣化しよう!



3 応募する

貯まったチケット10枚1口で応募できます。※7

抽選で400名様にゆでぴ2,000円分のポイントが当たります。

※7 応募は、ゆでぴの取得用QRコードの読み込みが可能な15歳以上(令和6年度末時点)の方が対象です。

応募受付期間：令和6年12月1日(日)から12月31日(火)まで

- 応募方法：1. ながさき健康づくりアプリ「歩こーで！」ホーム画面右上の☰をタップ
2. 「ポイント」→「ポイント・チケット抽選」→「同意して登録へ進む」をタップ
3. 必要事項を入力 → 「登録して応募に進む」をタップ
4. 「大村市」→「【大村市民限定】しあわせ健康アップ」→「応募する」→「はい」→ 応募完了

- 当選発表：・ 当選者の発表は、ゆでぴの取得用QRコードの発送をもって代えさせていただきます。電話やメールでの当選結果のご質問にはお答えできませんので、ご了承ください。
・ QRコードの発送は、令和7年1月下旬より順次行う予定です。
・ 当選者のお名前、住所などは一切公表しません。

・ QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

お問い合わせ

大村市 国保けんこう課

TEL 0957-53-4111(内線192)

令和6年度 おおむらしあわせ健康アップ事業実施要領

第1条 趣旨

この事業は、電子地域通貨「ゆでぴ」とながさき健康づくりアプリ「歩こーで!」の機能を活用し、市民一人ひとりに合った健康的な行動が継続できる仕組みをつくり、健康意識の向上を図ることを目的とする。

第2条 定義

この要領における用語の定義は、次の各号に定めるところによる。

(1) ながさき健康づくりアプリ「歩こーで!」

長崎県が管理運用を行う、県民の健康づくりを支援するための機能を備えるスマートフォン用アプリケーションソフト(以下「アプリ」という。)をいう。

第3条 参加者

本事業の参加者は次の各号のいずれにも該当する者とする。

- (1) 大村市内に住所を有する15歳以上(令和6年度末時点)の者。
- (2) スマートフォンにアプリをダウンロード・初期登録している者。
- (3) アプリ内の利用者情報の項目「居住地域」を大村市に登録している者。

第4条 参加者の負担

本事業の参加は無料とする。アプリのアクセスに必要な通信料、その他のアプリの利用に必要な費用は、対象者が負担するものとする。

第5条 対象活動

チケット付与の対象となる活動(以下「対象活動」という。)およびチケットの付与基準は次の表のとおりとする。

	対象活動の内容	対象活動期間	チケット付与条件	チケット数
1	健康イベント ①おおむら健康・福祉まつり ②おおむら市民ウォーク 2024	①令和6年10月20日 ②令和6年10月27日	2回/年 各イベント参加	各1枚
2	健診(健康診断、人間ドック) 特定健診 がん検診(胃・肺・大腸・乳・子宮頸) 骨粗しょう症検診 歯科健診	令和6年度	各1回/年	各1枚 (最大5枚)
3	アンケート提出	令和6年11月1日～ 12月6日	1回/年	5枚
4	目標歩数	令和6年10月1日～ 11月30日	20日以上達成/月 10日以上達成/月 5日以上達成/月	5枚 3枚 1枚

	対象活動の内容	対象活動期間	チケット付与条件	チケット数
5	血圧	令和6年10月1日～ 11月30日	20日以上入力/月	3枚
6	体重		20日以上入力/月	3枚

第6条 抽選の要件

参加者は獲得したチケット10枚で1回、抽選に参加することができる。

第7条 応募

抽選応募期間は、令和6年12月1日(日)～12月31日(火)。アプリ内の「ポイント・チケット抽選」より必要事項を入力し申し込む。

第8条 抽選の実施

応募された方の中から抽選で400名の方に2,000円分のゆでぴポイントを進呈する。

第9条 事務局

本事業の事務は、大村市福祉保健部国保けんこう課が行う。

第10条 その他

この要領の施行に関し、必要な事項は別に定める。

附則 この要領は令和6年10月1日から施行する。