

こだいら

参加
無料

※スマホアプリの
通信料は自己負担

健康ポイント事業

参加者募集

こんなあなたにオススメです

気軽に運動を
はじめたい

最近運動不足…。
なにかきっかけはないかしら

毎日どれくらい
歩いているんだろう

せっかくだから
楽しく長く続けたい



対応するスマートフォンは、
iphone▶iOS 15.0以上
Android▶OS 10.0以上



スマートフォンや、活動量計
(無償貸出可)で気軽に参加♪
目標ポイント達成で、**プレゼント**
がもらえます！

募集開始

4/7 (月) ~

お申込みは今すぐ
こちらから！→

※はがきでの申込みも可能です



小平市ホームページ

参加方法など
詳細は裏面へ



「こだいら健康ポイント事業」とは

活動量計やスマートフォンを使って、日常生活の中で楽しみながら健康づくりと健康意識の向上に取り組む事業です。日々のウォーキングや健康診査等の受診、市の健康教室やイベントに参加して、健康ポイントを貯めていきます。



◀◀モチベーションが続く楽しい機能がいっぱい！

- ・目標歩数クリアでポイントをゲット
- ・歩数ランキング機能付き
- ・日々の歩数をグラフで見える化 など

参加方法

活動量計または、スマートフォンアプリのどちらか一方をお選びください。

活動量計（無料貸出可）	スマートフォン
 ・申し込み後、郵送で届きます。 ・小型のため持ち歩きしやすく、歩数がすぐ確認できます。	 ・アプリをインストールして使います。（パスワードは申し込み後付与） ・日々の歩数をグラフで見える化、歩数ランキング等も確認できます。
申込方法 はがき または 電子申請	電子申請のみ

【はがきの場合】

（はがき見本）
こだいら健康ポイント
申込み
①住所
②氏名（フリガナ）
③生年月日・年齢
④電話番号
⑤身長
⑥ニックネーム（ひらがな・カタカナ・英数字2～10文字）

- ・健康センター、東部出張所、西部出張所にある専用はがきでも申請ができます。
- ・郵送の場合は、左記の見本どおり必要事項を記入して郵送してください。

【宛先】〒187-0043
小平市学園東町1-19-12
小平市健康推進課（健康ポイント事業担当）行

【電子申請の場合（インターネットによる申込み）】



◀◀左記の二次元コードを読み取って小平市ホームページから申込みができます。

二次元コード対応機種以外のスマートフォン、パソコンから申請する場合は「こだいら健康ポイント事業」で検索してください。

こだいら健康ポイント事業



お申込み～実施までの流れ（月末までのお申込みで、翌月中に資料を発送！）

【例】4月末日までに申込みの場合

5月中旬に
資料発送

資料発送時に、活動量計やアプリの使い方等の詳細をお送りします。

資料が届き次第スタート！

目標歩数クリア・健康診査の受診・イベントへの参加などを行うことでポイントが貯まります。



市内14か所に設置されている活動量計のデータ送信端末でも、ポイントを貯めることができます。

令和8年2月

目標ポイントを達成した方に
最大1500円分の商品券を
プレゼント！

【申込期間】令和7年4月7日（月）より随時受付

【募集人数】活動量計300名 / スマートフォンアプリ300名

【参加条件】

- ・20歳以上の市民の方（お申込み時点）
- ・健康関連のアンケート調査にご協力いただける方
- ・令和8年3月までご参加いただける方

事業については、年度途中で変更が生じる可能性があります。詳細は小平市ホームページ（こだいら健康ポイント事業）を参照してください。

「こだいら健康ポイント事業」に関する
お問合せ

小平市健康福祉部健康推進課
☎042-346-3700（平日 午前8時30分～午後5時）