

諫早市

令和7年度

健康づくりで特典ゲット



諫早市健康づくりアプリポイント事業

アプリでチケットを貯めよう！



諫早市民だけの

!!ダブルチャンス!!

貯めたチケットで

豪華地場産品

を当てよう!!

●歩くことが「楽しく」なる

●チケットも「貯まる」

応募の流れ 《 5チケット で 1回抽選 ができます 》

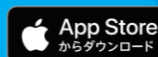
- ① 「歩こーで！」
(ながさき健康づくりアプリ)
をインストール
- ② チケットを貯める！
※裏面をご参照
ください
- ③ メニューの「ポイント・
チケット抽選」を選択し
必要事項を入力

応募×切: R8.3.6

お問い合わせ窓口
カラダライブコールセンター

0570-077-122

受付時間 / 平日9:00~18:00(祝日・12月29日~1月3日は除く)
サービス名は長崎県とお伝えください

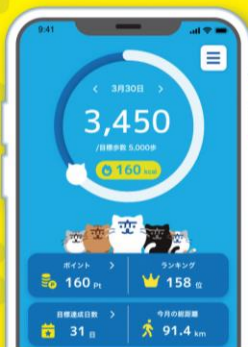


アプリを使ってヘルシーライフ！ お得に健康づくりをはじめよう！



さあ、
使ってみよう！

[ながさき健康づくりアプリ]を使って、
健康づくりの活動（ウォーキング、健診受診、イベント参加など）を行うと、ポイントが貯まる！
協力店でポイントを使えば、いろんなサービスが受けられる！
さらに、県産品等が当たる抽選にも参加が可能！



ホーム画面

毎日の歩数、消費カロリー、獲得ポイントなどを表示します。「にやーが」が目標達成率に応じて応援してくれます。



グラフ

月間の歩数、消費カロリーの変化が分かります。血圧や体重も入力すればグラフで見られます。

ランキング

全体・年代・地域・グループ・企業の個人ランキングを表示します。地域・企業間のランキングも表示。



バーチャルウォーキングコース

県内県外の名所をめぐるコースを表示します。



諫早市チケットプログラム

項目	チケット
1日平均歩数 (R7.11.1~R8.2.23)	3,000歩 5
	4,000歩 7
	5,000歩 10
	6,000歩 12
	7,000歩 14
	8,000歩 16

項目	チケット
いさはや健康フェスティバル	5
小長井ウォーキングなど	2
生活習慣病予防相談	1
その他	

健(検)診を受けて県のポイントもゲット！

項目	ポイント
健診(健康診断、人間ドック)	
特定健診	
胃がん検診	
肺がん検診	
大腸がん検診	
乳がん検診	
子宮頸がん検診	
骨粗しょう症検診	
歯科健診	
	100 1健(検)診あたり (1年度最大500)

毎月21日は・・・

健康いさはや21の日

気軽に、楽しく！みんなで健康づくりに

取り組もう！

諫早市 健康保険部 健康推進課

