

諫早市

令和8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 》

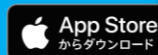
- ① 「歩こーで！」
(ながさき健康づくりアプリ)
をインストール
- ② チケットを貯める！
※裏面をご参照
ください
- ③ メニューの「ポイント・
チケット抽選」を選択し
必要事項を入力

応募×切: 令和9年2月21日

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





健康づくりアプリを使って楽しみながら
運動習慣をつけよう！



気軽に、楽しく！みんなで健康づくりに
取り組もう！

諫早市チケットプログラム

項目	チケット
1日平均歩数 (R8.11.1~R9.1.31)	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)	100 1健(検)診あたり (1年度最大500)
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	

毎月21日は・・・

健康いさはや21の日

健康いさはや21では、
1日30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している人を増やすこと
を目標にしています