

楽しく歩いて
介護予防

歩数計を持って
歩いて

ポイントを
貯めて

健康と
地域商品券をGET
もらえる商品券は
最大2,000円

期 間

参加時～2月末(ポイントの集計も2月末まで)

対 象

田原本町在住の**65歳以上の方**(参加年度に65歳になられる方も対象)

年会費

一律500円(国民健康保険に加入されている方も年会費が必要です)

申込方法

詳細は裏面に記載

STEP 1

申し込みをして
活動量計を受け取る



活動量計コース

アプリコース

- ①説明会コース(所要時間約1時間)
 - ②事前学習コース(所要時間約15分)
- どちらかをお選びいただけます。

STEP 2

活動量計を持って歩く



ご自身の平均歩数を知るところから始めましょう。

STEP 3

「送信/測定」して
ポイントを貯める



町内の送信拠点(体組成計の設置拠点もあり)、全国のローソン・ミニストップに設置の送信機(Loppi)で送信!

STEP 4

ポイントを商品券に交換



貯めたポイントは田原本町内の加盟店で使える商品券と交換できます。もらえる商品券は**最大2,000円**

お申し込み・お問い合わせ

長寿介護課 介護認定・高齢者支援係
TEL ; 0744 - 34 - 2052



詳しい情報は
こちらの
QRコードから
でも確認
できます。



「健幸ポイント事業」は65歳以上を対象に、楽しく歩く習慣を身に付けることによって老化に負けない身体づくりを目指します。

申し込み方法



- ① 窓口で申し込み
長寿介護課 介護認定・高齢者支援係



- ② 電話にて申し込み
長寿介護課 介護認定・高齢者支援係
0744-34-2052

こちらからでも
確認できます
(公式ホームページ)



ご自分に合ったコースをお選びください

活動量計コース



- メリット**
- ・コンパクトで持ち運びしやすい。
 - ・難しい操作がなく、取り扱いが簡単。
- デメリット**
- ・定期的に電池交換の必要がある。
 - ・自己責任による破損などの場合、活動量計を購入する必要がある。
 - ・歩数のデータ送信は、送信拠点に行く必要がある。

アプリコース



- メリット**
- ・アプリ上で歩数データの送信ができるので送信拠点に行かなくてよい。
(体組成の測定は拠点に行く必要があります。)
 - ・スマホを持ち歩く人には効率的。
- デメリット**
- ・バッテリー消費量が通常より増加する。
 - ・充電切れや電源を切っている場合等は、歩数がカウントされない。
 - ・サイネージ（電光掲示板）でランキングの確認ができない。
 - ・送信は週に1回のペースで行う必要がある。
(アプリからの送信)

お申し込み・お問い合わせ

田原本町長寿介護課
介護認定・高齢者支援係

TEL ; 0744 - 34 - 2052



たわらもと健幸ポイント事業応募用紙

フリガナ			
氏名			
生年月日	昭和 年 月 日		
住所	〒636- 田原本町	身長	cm
電話番号			男・女
参加コース	☐ 活動量計コース ☐ アプリコース		
手続き方法	☐ 説明会参加 ☐ 事前学習		

たわらもと健幸ポイント事業応募用紙

フリガナ			
氏名			
生年月日	昭和 年 月 日		
住所	〒636- 田原本町	身長	cm
電話番号			男・女
参加コース	☐ 活動量計コース ☐ アプリコース		
手続き方法	☐ 説明会参加 ☐ 事前学習		