

参加無料

歩いて貯まる♪

ふじ健康ポイント 3周年記念キャンペーン



ふじ健康ポイントは、歩くことで貯まるポイントです。健康管理アプリ「グッピーヘルスケア」（無料）をスマートフォンにインストールすることで貯められます。月1,000ポイント以上貯めると、有名通販サイトのギフト券（1,000円分）が毎月30人以上に当たる抽せんに参加できます。

詳しくはこちら▼



問合せ／健康政策課 ☎64-9023 ☎64-7172 📧ho-kenkou@div.city.fuji.shizuoka.jp

なぜ「歩く」？



歩くことは、最も手軽にできる有酸素運動です。

ある研究では、歩くことで、がん、動脈硬化、高血圧、糖尿病などを予防できる可能性があると言われています。

また、今より1日1,500歩多く歩くことで、年間約3万5,000円の医療費が抑制できるとも言われています。

アプリを使って健康管理



健康管理アプリ「グッピーヘルスケア」を使うと、歩数や体重だけでなく、様々な生活習慣などを記録して健康管理に役立てることができます。また、アプリ上でチームを作成して、家族や知人と歩数ランキングを競って楽しめます。

ポイントの貯め方 次のような行動でポイントが獲得できます。

ポイントが貯まる行動	ポイント	ポイントが貯まる行動	ポイント
アプリを起動する（1日1回）	10	1日に2,000歩、歩く	10
体重を記録する（1日1回）	10	1日に5,000歩、歩く	+10
イベントに参加する（1回）	100	1日に8,000歩、歩く	+10

3周年記念キャンペーン 300ポイントプレゼント

ふじ健康ポイント3周年を記念して、アプリ利用者の皆さんにふじ健康ポイント300ポイントをプレゼントします。

継続して利用している人だけでなく、これから利用を始める人も対象です。ぜひ、この機会にアプリを活用して健康的な習慣づくりを始めませんか。

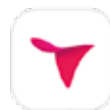
●ポイント獲得方法

- 1 富士市のページの左上のポイントマークをタップ
- 2 「イベント参加」を選択
- 3 右表のイベントコードを入力
※1つのイベントコード入力につき、100ポイント獲得できます。
※イベントコードの入力期限は10月31日(火)です。

イベントコード
35132
71920
82738



●●● アプリの登録手順 ●●●



1 QRコードからアプリをインストールし、起動



2 プロフィールの各項目を入力し「登録」を選択



3 目標数値を入力し「更新」を選択



4 左上の「+」マークを選択



5 「自治体」を選択し、「富士市」を選択



6 各項目を入力して「追加する」を選択



7 「富士市」ページに切り替わっていれば完了！