



茨城県公式アプリ 2019年夏スタート!

スマートフォンであなたの健康をサポートします

元気アップ!りいばらき



健康づくり
活動がアプリで
ポイントに!!

ダウンロードは
誰でも可能!
※抽選対象者は
18歳以上の県民

貯まった
ポイントで
景品当選の
チャンス!!

4区分の活動をアプリ(自動計測, 自己入力, QRコード)でポイント化!!



アプリストアから検索してダウンロード

元気アップ!りいばらき

検索

●お問い合わせ先

コールセンター



0570-077-122

受付時間/9:00~18:00(12/29~1/5を除く) ※サービス名は「元気アップ!りいばらき」とお伝えください。

※アプリデザインは開発中のものであり、色味やレイアウト等変更になる可能性があります。 ※茨城県の委託事業としてコールセンターを設けております

元気アップ!りいばらきについて

茨城県は、県民の健康づくり活動の推進の為、スマートフォン用アプリ「元気アップ!りいばらき」で、下記の健康づくり活動に、ポイントが付与し、景品・サービスなどと交換できる「いばらきヘルスケアポイント」を運用します。

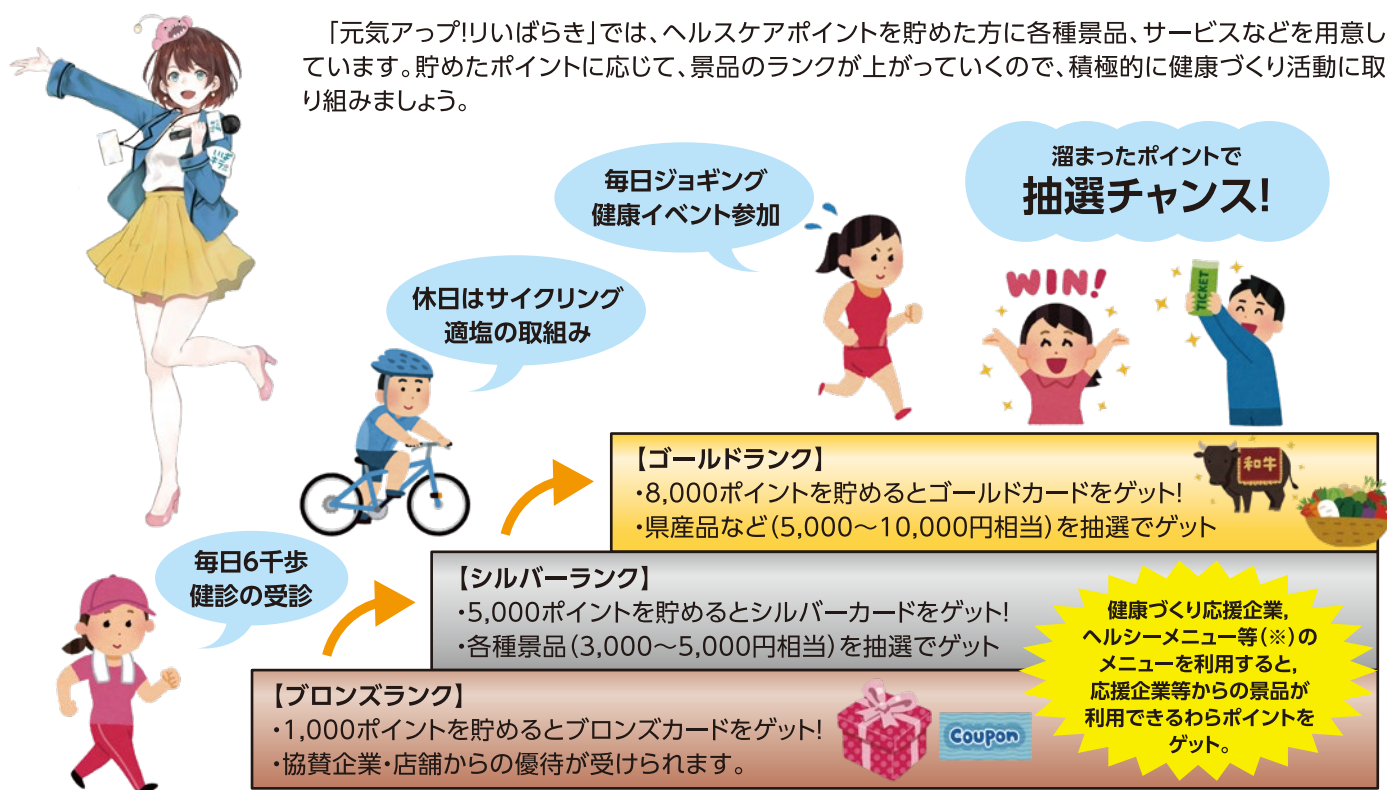
アプリは無料で公開されますので、ぜひ、健康づくりに取り組んで、景品をゲットしましょう。

●ポイント付与メニュー(ポイントが付与する健康づくり活動)

運動	・ウォーキング	3,000歩で3P。以降1,000歩毎に3P。(上限12,000歩/日)
	・ランニング	10分で6P。以降、10分毎に6P。(上限50分=30P/日)
	・サイクリング	10分で6P。以降、10分毎に6P。(上限50分=30P/日)
	・シルバーリハビリ体操	体操教室に参加で10P(月2回=年24回まで)
	・健康づくり応援企業※	協賛フィットネスジム・ゴルフ場などの利用で、1わら付与。
健康	・健康イベント	アプリで紹介する健康教室などへの参加で30P
	・健診・がん検診	各種健診の受診で300P。がん検診の受診で50P
	・特定保健指導	特定保健指導の初回と終了の指導への参加でそれぞれ150P
	・体組成(体重,血圧)	毎日の体重・血圧の記録でそれぞれ1P
	・禁煙	喫煙本数の記録で1P
食生活	・ヘルシーメニュー・弁当※	協賛飲食店でのヘルシーメニュー・弁当の飲食で1わら付与
	・野菜の摂取,適塩	野菜摂取・適塩の質問への回答で、それぞれ2P
コミュニケーション	・交流	一日内の交流相手を回答、だれかと話したら1P
	・イベント(社会参加)	イベント(地域の行事など)への参加で、20P

元気アップ!りいばらきにおける景品について

「元気アップ!りいばらき」では、ヘルスケアポイントを貯めた方に各種景品、サービスなどを用意しています。貯めたポイントに応じて、景品のランクが上がっていくので、積極的に健康づくり活動に取り組みましょう。



ダウンロード方法

アプリストアから検索してダウンロード

元気アップ!りいばらき

検索

お問い合わせ

詳細は、以下までお問い合わせください。

元気アップ!り運営事務局 TEL:0570-077-122 FAX:03-6774-8795

東京都港区西新橋3-2-1 Daiwa西新橋ビル8階(事業受託先 フェリカポケットマーケティング株式会社 内)

※この事業の担当課は茨城県保健福祉部 健康・地域ケア推進課になります。