

アプリを使ってヘルシーライフ!

# プラスな健康づくりはじめよう!

プラス!



ながさき健康づくりアプリ



歩いてアプリでポイントを貯めよう!

まずは  
WEBサイトを見よう!▼



長崎健康革命  
スペシャルサポーター  
大久保 嘉人

おかげさまで

## 34,000ダウンロード突破!

(2023年8月)



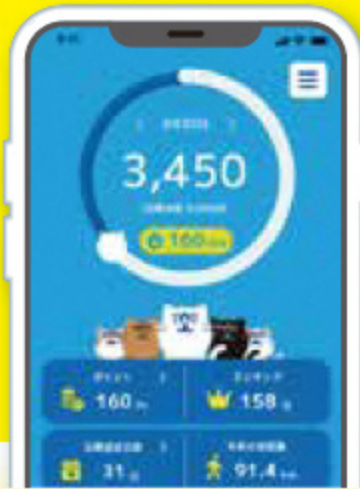
お問い合わせ窓口  
カラダライブコールセンター

 **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



アプリを使って健康づくりの活動(ウォーキングや健診受診、イベント参加など)を行うとポイントが貯まります。  
貯めたポイントは、協力店での特別なサービスや県産品などが当たる抽選会の応募に交換できます。



**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。「にゃーが」が目標達成率に応じて応援してくれます。



**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。



**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。



**バーチャルウォーキングコース**

県内外の名所をめぐるコースを表示します。

**ポイントプログラム**

項目	ポイント
3000歩	3
4000歩	4
5000歩	5
6000歩 (1日あたり)	6
7000歩 /最大	8
8000歩 20ポイント	11
9000歩	15
10000歩	20

項目	ポイント
健診 (健康診断、人間ドック等)	100
特定健診	1健(検)診
各種がん検診	あたり
歯科健診	(1年度最大500)
骨粗鬆症検診	

項目	ポイント
健康イベント等(1回)	50~
コース制覇(1コース)	50~
アンケート回答(1回)	50~
動画・コラム閲覧	20
お友達紹介	100
ログインボーナス	2

# 気軽に、楽しく!みんなで健康革命!

高血圧と喫煙率の高さという2つの健康課題を抱える長崎県。「長崎健康革命」は、運動、食事、禁煙、健診の取り組みを通じて、県民一人ひとりが身体の健康改善を図る県民運動です。皆さんも、できることから始めましょう!

さあ、はじめよう!



長崎健康革命  
スペシャルサポーター  
大久保 嘉人

ながさき健康づくりアプリ



- 歩くことが**[楽しく]**なる!
- ポイントも**[貯まる]**!
- 貯めたポイントで**[サービス]**を受けられる!
- 県産品等が当たる**抽選会も開催!**
- 他にも、楽しい**[イベント]**が盛りだくさん!



お店のメリットも充実! サービスを提供していただく  
**協力店募集中!**

