

定員
1000
名様

測って
貯まる！

歩いて
貯まる！

健診受診で
貯まる！

令和7年度

ふらの健幸ポイント事業 新規参加者募集

最高 5,000円分獲得 **P**

市内小中学生の活動への寄付
または市内共通商品券と交換

《対 象》
18歳以上(高校生除く)
の富良野市民限定

《申込開始》
令和7年4月15日(火)から

「ふらの健幸ポイント事業」は、日々の歩数や身体測定、健診(検診)の受診など、取り組んだ健康づくりでポイントが貯まります。貯まったポイントは市内小中学生の活動への寄付またはふらの市内共通商品券と交換できます。

参加方法は2種類

※すでに参加している方は申込み不要です。

●活動量計での参加

(タニタの活動量計AM150をレンタル)

※申込時にレンタル料1,000円いただきます



裏面の申込用紙に必要事項を記入し、
保健センター1階の保健医療課または山部
支所・東山支所へお持ちください。

●スマートフォンでの参加 (2種類のアプリを使用)



お持ちのスマートフォンで下記のURLもしくは
QRコードからアクセスし会員登録を完了してく
ださい。

その後「からだカルテ」「HealthPlanet Walk」
をダウンロードしてください。

【対応OS：iOS 13, 14, 15, 16, 17 Android7.0以上】

◇参加条件

富良野市に住所を有する18歳以上の方
(高校生を除く)

◇申込期間

令和7年4月15日(火)

～募集人員に達するまで

※定員になり次第、申し込みを締め切ります

◇ポイント付与期間

令和7年5月10日(土)

～令和8年1月31日(土)

アプリコースをお申込み
の方はこちらから



<https://www.karadakarute.jp/city-furano>

※ペースメーカーや体内機器を装着している方は、装着機器に
影響を与える可能性があるため、体組成計の利用ができません。
ご了承の上、お申込みください。

ふらの健幸ポイント事業とは

指定の活動量計やご自身のスマートフォンを活用して、市民の皆さんに運動習慣を身につけていただく事業です。歩いたり、市内に4カ所ある測定コーナーで体組成や血圧を測ったり、健康診断や人間ドック・がん検診を受けるなど、ご自身が行った健康づくりでポイントが貯まり、貯まったポイント数に応じて最大5,000円分の賞品と交換できます。

また、専用の健康管理サイト「からだカルテ」では、さまざまな機能を活用して楽しく健康管理を行うことができます。

※この事業は、(株)タニタヘルスリンクに委託しています。

「ふらの健幸ポイント事業」のくわしい内容は、
右のQRコードを読み取って、市ホームページでご確認ください。→
<https://www.city.furano.hokkaido.jp/life/docs/9293.html>



ポイント付与

項目	付与条件	ポイント
ウォーキングポイント	基準歩数達成（毎日）	1～10
平均歩数達成ポイント	毎月の平均歩数が国の推奨歩数達成	100
測定ポイント	測定コーナーで体組成・血圧測定（月2回）	20
データ送信ポイント （活動量計のみ）	測定データ送信（1日1回）	5
維持・改善ポイント	筋肉率やBMIの改善状況に応じて付与（3か月に1回）	50～200
健康チェックポイント	健康診断やがん検診、人間ドック等の受診で付与	50～300
お友達紹介ポイント	新規参加者を紹介（最大5人まで）	50
施設ポイント	ふらっと、スポーツセンターを利用	5
	ふらっとの期間券購入	10～50
ベジチェックポイント	ベジチェック [®] 測定（月2回）	10
イベントポイント	市が指定する健康イベントに参加	10～50
参加ポイント	入会・継続、アンケート回答、測定会参加	100～200
WRゴールポイント	バーチャルウォーキングラリーで期間内にゴール	200

ポイント交換

期間中1,000ポイント以上獲得した方はポイント数に応じて最大5,000円分の賞品と交換できます。

- ◇市内小中学生の活動への寄付
- ◇ふらの市内共通商品券と交換

初回説明会は富良野と山部で開催

初心者の方の方向けに事業内容や使用機器の使い方を説明する初回説明会を行います。計測を行うため、各回開始の15分前までにお越しください。

◇富良野会場

開催日 令和7年5月9日(金)①14:00②18:30
10日(土)③10:00④14:00

場 所 富良野市複合庁舎 1F
文化会館会議室AB

◇山部会場

開催日 令和7年5月12日(月)18:00～

場 所 山部福祉センター 大ホール

「お問い合わせ」 富良野市保健福祉部保健医療課 TEL : 0167-39-2200
E-mail : hoken-ka@city.furano.hokkaido.jp

キリトリ✂

ふらの健幸ポイント事業 参加申込書

記入日：令和7年 月 日

参加申込	☒ 活動量計コース ※申込書提出時にレンタル料1,000円をお支払いいただきます		
初回説明会	5月9日(金) 富良野会場	5月10日(土) 富良野会場	5月12日(月) 山部会場
参加希望日時に○	①14:00 ②18:30	③10:00 ④14:00	⑤18:00
フリガナ		性別	男 ・ 女
氏 名		身長	cm
		生年月日	昭和 ・ 平成 年 月 日 (歳)
住 所	〒 富良野市	保険証の種類	国保 ・ 国保外
	(マンション・アパート名、号等)	電話番号	
ニックネーム(任意)		メールアドレス(任意)	