

ニャン! を持して登場!

長崎県公式アプリ

# ながさき健康づくりアプリ

アプリでポイントを貯めよう!

まずは  
WEBサイトを見よう!



長崎大学生・大学病院職員対象  
企業コード：995258  
長崎大学内での順位・企業別  
ランキングがわかります!

●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!

2023年2月1日配信スタート!

お問い合わせ窓口  
カラダライブコールセンター

ナビダイヤル  
**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



健康に  
なるに  
なっちゃん!

楽々  
なっちゃん!

楽々  
なっちゃん!



# アプリを使ってヘルシーライフ！ お得に健康づくりをはじめよう！



さあ、使ってみるにゃー！

[ながさき健康づくりアプリ]を使って、  
健康づくりの活動（ウォーキング、健診受診、イベント参加など）を行うと、ポイントが貯まる！  
協力店でポイントを使えば、いろんなサービスが受けられる！  
さらに、県産品等が当たる抽選にも参加が可能！



## 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。



## グラフ

月間の歩数、消費カロリーの変化がわかります。血圧や体重も入力すればグラフで見られます。

## 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。



## バーチャルウォーキングコース

県内県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	6
7000歩	8
8000歩	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



## 運動

毎日プラス10分！



## 食事

毎日プラス一皿の野菜・減らそう塩分



## 禁煙

禁煙チャレンジ！



## 健診

毎年1回健診の受診

気軽に、楽しく！みんなで健康革命！

長崎県 福祉保健部 国保・健康増進課

当事業は長崎県国保・健康増進課から委託を受けて、フェリカポケットマーケティング(株)が実施しています。

みんなて  
やるうにゃー！

