

／ 歩いてポイントを貯める ／

十和田市健康アプリ 「とわ歩」始まりました



19歳以上の十和田市民の方が対象

十和田市
健康
アプリ

TOWAPO

とわ歩



毎月50名様に、好きな電子ギフト

1,000円分が当たります!



アプリの機能

16種類以上の健康管理機能を搭載! 毎日の健康づくりを楽しくサポート♪

歩数



ラジオ体操



エクササイズ



食事



体重



お酒



健診



禁煙



メンタル



生理



走る・サイクリング



睡眠



*本プログラムは株式会社グッピーズ による提供です。本プログラムについてのお問い合わせは Amazon でお受けしていません。[株式会社グッピーズ]
TEL:03-5908-3883 までお願いいたします。* Amazon、Amazon.co.jp およびそれらのロゴは Amazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

アプリのインストール方法など、詳しくは裏面へ

十和田市健康アプリ「とわ歩」参加方法

STEP 1

アプリをインストール

右の二次元コードから「グッピーヘルスケア」をインストールしてください。



グッピーヘルスケア



Androidをご利用の方

Google Fitも同時にインストールし、連携を必ず行ってください。



STEP 2

「+」ボタンから十和田市を選択

左上の「+」ボタンをタップし、十和田市を選択して項目を追加してください。



STEP 3

区分を選択して参加開始

お住まいの地域、加入健康保険組合を選択して、サービスコードを入力後、利用規約に同意して参加完了!



サービスコードはこちら

516791

獲得ポイントと基準

歩く ※1日最大30P	記録	体操	健診 ※年度で1回限り
3,000歩 10 P/日	アプリを起動 5 P/日	ラジオ体操・エクササイズを実施 5 P/日	健康診査・人間ドックを受診し記録したら 300 P
5,000歩 5 P/日	体重を記録 10 P/日	いきいき体操の実施 5 P/日	イベントにに応じて 最大300 P
6,000歩 5 P/日	朝食を記録 5 P/日		
7,000歩 5 P/日	血圧を記録 5 P/日		
8,000歩 5 P/日	休肝日 5 P/日		

月に上記活動で
1,000ポイント以上
貯まったら...



抽選に自動参加

お好きな電子ギフト
1,000円分が毎月**50人**に
当たる!!

十和田市健康アプリ「とわ歩」お問い合わせ

グッピーヘルスケアお問い合わせ

十和田市 健康増進課 Tel. 0176-51-6791

〒034-0081 十和田市西十三番町4-37

株式会社グッピーズ

〒160-0023 東京都新宿区西新宿6丁目14番1号 新宿グリーンタワービル24階
Tel. 03-5908-3883 受付時間 9:00~18:00(土日祝日、年末年始は除く)