

第3回 非営利寄付型チャリティーイベント

はちまるにいます

参加費  
無料



足の8020ウォーキング  
の詳細はこちら

# 足の8020 ウォーキング

協賛金を全額貧困のこどもたちを支援する団体に寄付する  
非営利・寄付型ウォーキングイベント

5月10日(土)・5月31日(土)

会場 日本全国各地

対象 健康な方・無理をしない方、  
どなたでもご参加いただけます

イベントの流れ

1日20分以上または、約1.2キロを歩いたことを報告すると  
貧困のこどもたちへの寄付につながる!

さらに!  
参加したスタンプカードを健康課に提出すると  
ふくおか健康アプリポイント300Pも獲得できます。  
「かましちゃん健康ポイント事業」にも参加して、  
2,000円の商品券をゲットしましょう。



かましちゃん健康ポイント  
事業の詳細はこちら



## スタンプカードでの参加方法



健康課でスタンプカードを受け取り、  
お好きな場所・時間帯で歩きましょう。  
ご家族、ご友人を誘って参加しませんか。

スタンプカードはホームページから  
ダウンロードもできます。



## アプリでの参加方法



ドコモDヘルス  
アプリを  
ダウンロード  
4月上旬(予定)~公  
式インスタグラム、  
またはホームページ  
で公開予定

ご報告の方法 | ●健康課に提出、またはスタンプカードに記載のQRコードを使って報告  
●アプリから自動報告

寄付先:特定非営利活動法人 NPOキッズドア/認定NPO法人 カタリバ/認定NPO法人 フローレンス  
こども家庭庁などが運営するこどもの未来応援基金

主催:一般社団法人 足の8020 後援:厚生労働省(申請中)、嘉麻市他 全国383自治体

●問/健康課 ☎42-7430

## 総合健診の 会場で 血管年齢チェックしませんか?

測定無料 0円  
測定時間 1分  
指先で OK  
予約 なし

日時 6月26日(木)9:00~11:00

場所 稲築保健センター

血管年齢  
とは?

血管の老化度、つまり動脈硬化がどれほど進んでいる  
かを表すものです。  
※医療機関での検査内容とは異なります。  
血管年齢測定器を使用し、指先で簡単に測定できます。



明治安田生命保険による自治体の  
健康づくりイベントへの出展として実施します。

●問/健康課 ☎42-7430

※悪天候などで総合健診が中止となりました場合、血管年齢測定も見合わせます。  
ご不明な際は、健康課にご確認のうえ会場にお越しください。

かましちゃん

貯めて得する!

# 健康ポイント

対象  
20歳以上の  
市内居住者

ふくおか健康ポイントアプリ歩数ポイント上位30名は必ず!  
応募者の中から抽選で100名に市内で使える商品券をプレゼント!!

合計  
130名様に  
商品券が  
当たる!



嘉麻市商工会 商品券 2,000円

(稲築・嘉穂・碓井地区で利用可)



かまししスタンプ商品券 2,000円

(山田地区で利用可)

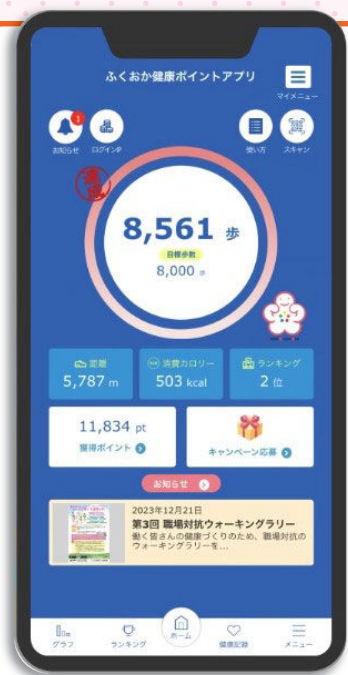
当選されなかった方には参加賞として...

■稲築保健センター 健康増進室 ■嘉穂総合体育館 トレーニングルーム

上記施設の1時間無料お試し券(合計4枚)プレゼント!

歩いて!  
貯めて!  
得しよう!





## ふくおか健康ポイントアプリを「健康づくり」に活かしませんか？

福岡県では県民の皆様の健康寿命を延ばすため、「ふくおか健康づくり県民運動」を推進しています。県民一人ひとりが、積極的に楽しみながら、健康づくりを継続的に取り組んでいけるよう、健康アプリを開発。このアプリからも「かましちゃん健康ポイント」へご応募ができるようになりました！

今日の歩数と  
目標歩数を比較！

ポイント貯めて  
健康に！

歩いた距離・消費  
カロリーを自動計算！

貯めたポイントで  
豪華商品が当たる！

※歩数のカウントにはiPhoneは「ヘルスケア」、Androidは「GoogleFit」および「ヘルスコネクト」のアプリケーションとの連動が必要となります。

管理栄養士も  
勧める！

抽選で100名様に  
健康サポート食品が当たるキャンペーン

令和7年3月3日～7月18日までの獲得ポイントが1,000ポイント以上の嘉麻市民を対象に、健康サポート食品をプレゼントします。美味しく！普段の食事に活用しやすい！健康サポート食品を試してみませんか？

キャンペーン開始は7月1日！アプリのお知らせ機能で通知します。

健康サポート食品の内容や  
受け取り方法はコチラ



詳しくは、  
ふくおか健康  
ポイントアプリ  
専用サイトを  
ご覧ください

<https://www.fukuoka-kenko.biz>

## ふくおか健康ポイントアプリ

# 特典協力店様ご紹介

貯めたポイントを活用できることをご存知ですか？特典協力店では、300ポイントをクーポンに交換すると嬉しい特典を利用できます。市外の特典協力店でも使えます！継続的に健康アプリを活用して、お得に健康増進を目指しましょう♪

特典協力店様の情報をWebで  
みたい方は検索または二次元コードから  
ご覧ください♪

ふくおか健康ポイント 特典協力店



## クーポン発行の方法&使い方

- 1 ホーム画面中央の「獲得ポイント」の枠内をタップします。
- 2 ポイント利用画面が表示されるので、クーポンを発行する場合は「クーポンを発行する」ボタンをタップします。
- 3 クーポンを発行する場合は「はい」をタップします。
- 4 クーポンを提示する画面が表示されるので、「OK」をタップします。
- 5 クーポンをゲット♪



たくさん貯めて  
嬉しい特典を  
ゲットしよう♪

# 応募までの流れ

応募用紙・スマホアプリのどちらかでチャレンジ&ご応募できます！

## 1 スマホアプリから応募！

### 「ふくおか健康ポイントアプリ」をダウンロード



### アプリ内で3,000ポイント貯める！

ウォーキングや体重・血圧・食生活など日々の健康記録、健(検)診の受診、イベントなどに参加するとポイントが加算されていきます。

| ポイント項目             | ポイント数                       |
|--------------------|-----------------------------|
| アプリを開く             | 1～10ポイント/毎日                 |
| 歩数                 | 1,000歩あたり5ポイント(1日50ポイントを上限) |
| バーチャルウォーキング        | 各コース達成時<br>100～300ポイント      |
| 足の8020ウォーキング       | 300ポイント                     |
| イベントに参加する          | イベントにより<br>200～400ポイント      |
| 健(検)診を受ける          | 500ポイント/1回                  |
| 友達を紹介する            | 300ポイント(1人につき)              |
| アンケートに回答する         | 300ポイント(1回につき)              |
| 体重                 | 5ポイント/毎日                    |
| 血圧                 | 5ポイント/毎日                    |
| 食事バランス             | 1～5ポイント/毎日                  |
| 食事バランスチェック(グラフィック) | 5ポイント/毎日                    |
| 野菜1日5皿             | 1～5ポイント/毎日                  |
| 塩分控えめの食事           | 1または5ポイント/毎日                |
| 運動習慣               | 1または5ポイント/毎日                |

## アプリから応募！

健康課から応募方法をお知らせします。

スマホアプリのダウンロードをサポートします！

- 健康課(嘉麻市役所本庁舎) ☎42-7430
- スポーツ推進課(碓井総合支所) ☎62-5730

### ポイント取得期間

令和7年4月1日(火)～令和8年3月1日(日)

### 応募受付

令和8年3月2日(月)以降、  
アプリ内で健康課から応募方法をお知らせ

## 2 応募用紙から応募！

### 応募用紙をもらう

配布場所 ■嘉麻市役所本庁舎 健康課 ■山田総合支所  
■嘉穂総合支所 ■碓井総合支所

### 2ポイント貯める！

#### 1ポイント目

毎日の歩数を記録、+10(プラス・テン)で  
健康寿命をのばす！

- ①応募用紙裏の歩数記録表に、3カ月分の歩数もしくはウォーキング時間を記録する。
- ②ご自身の万歩計やスマートフォンの測定機能をご利用ください。
- ③歩数記録が全て記入できなくても応募可能です。

#### 2ポイント目

特定健診や、がん検診などを受ける！

■対象となる健(検)診項目名

|          |                   |        |
|----------|-------------------|--------|
| 健康<br>診査 | 特定健診              | 職場健診   |
|          | 歯科検診              | 歯周疾患検診 |
|          | 若年健診              | 妊婦健康診査 |
|          | 生活保護者の健康診査        |        |
|          | 後期高齢者健康診査         |        |
| 人間ドック    |                   |        |
| 各種<br>検診 | 結核・前立腺がん・胃がん・乳がん  |        |
|          | 骨粗鬆症・子宮頸がん・大腸がん   |        |
|          | 肝炎ウイルス検査・口腔がん・肺がん |        |

※医療機関での定期検査は対象になりません。

## 応募用紙を提出！

応募用紙に必要事項を記載し、受付期間内に  
下記の場所へ郵送またはご持参ください。

郵送 〒820-0292 嘉麻市岩崎1180番地1  
健康課 健康推進係 行(健康ポイント事業応募用紙在中)  
持参 嘉麻市役所本庁舎 健康課  
山田総合支所・嘉穂総合支所・碓井総合支所

※応募用紙は嘉麻市ホームページからもダウンロードできます。

### ポイント取得期間

令和7年4月1日(火)～令和8年3月1日(日)

### 応募受付期間

令和7年8月1日(金)～令和8年3月2日(月)  
※郵送の場合は令和8年3月2日(月)必着