

抽選で100名様に当たる!

歩いて貯めて得しよう! 健康サポート食品プレゼント!

応募条件 1,000ポイント

応募期間 7/1水~17金 引き換え期間 8/3月~31月

テーマは高血圧予防「ナトカリ改善」

ナトリウム(塩)のとりすぎ、カリウム(野菜や果物)の不足は血圧上昇の要因です。ナトカリバランスを整えて高血圧を予防しましょう。 ※健康サポート食品の写真は昨年度配布一例です。



- 応募の流れ
- ステップ1** ふくおか健康アプリをダウンロードし、ポイントを貯める (令和8年3月2日~7月17日までの獲得ポイントが1,000ポイント以上必要)
 - ステップ2** キャンペーンに応募する アプリホームの「キャンペーン応募」から応募期間中にご応募ください。
 - ステップ3** 当選者に引換券を発送 引換券を持って、市役所本庁舎健康課(2階24番窓口)へ。健康サポート食品のセットと交換します。

あなたの健康を 見える化 からだ測定&ふくおか健康ポイント アプリ活用塾

参加するとふくおか健康ポイントが200ポイントもらえます!

11/4水 午前:8時30分~12時 午後:13時~15時

場所 稲築保健センター
午前中は、1階で総合健診が実施されています。健診を受けた後でも、ご参加いただけます。

内容 体組成測定・ふくおか健康ポイントアプリ相談会
※ペースメーカー装着・妊娠中の方は測定できません。靴下・ストッキングを脱いで測定してもらいます。

当日は、体組成測定も実施します。アプリを使った日々のからだの健康を、体組成測定でのぞいてみませんか。

アプリの登録方法や使い方が分からない方、連携がうまくいかない方など、お気軽にご相談ください。

第2回 20歳以上の市民対象 秋のウォーキングラリーを開催!

歩行計測期間 11/16月~30月

エントリー 11月1日(日)~30日(月)

ルール 期間中の総歩数で競います ※明らかに不正であると判断されたものは、除外とさせていただきます。

結果発表 当選は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

エントリー方法

ここをタップ

ここをタップ

ここは未選択のままでOK!

ここをタップ

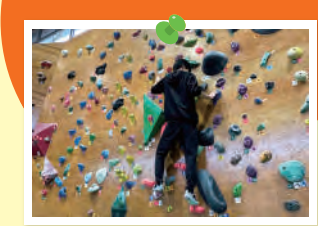
上位5名 ゾロ目入賞5名 合計10名の方に ささやかな賞品をプレゼント!

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 合計 130名様に 当たる!!

応募者の中で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! その他応募者の中から抽選で100名に 嘉麻市の魅力が詰まった選べる賞品をプレゼント!!

- 01 嘉麻市商工会 商品券2,000円 (稲築・嘉穂・碓井地区で利用可)
- 02 かましスタンプ 商品券2,000円 (山田地区で利用可)
- 03 ジャムジルスウィーツ 焼き菓子セット 引き換え券
- 04 K-WALL ボルダリングペアチケット (シューズ・チョーク・レンタル込)
- 05 カホアルペ ランチチケット
- 06 かましちゃん グッズ
- 07 かまTシャツ kAmA DryT サイズはSS~LLからお選びください!



「ふくおか健康ポイント」をためて使おう！ 参加するとポイントがもらえます！

健康課 ＼200P／ ●男性料理教室 ●体組成&アプリ相談会	高齢者介護課 ＼200P／ ●水中運動教室 ●運動教室 ●健口教室 ●トランポリン教室 ●認知症サポーター養成講座 ●フレイルサポーター養成講座 ●フレイルチェック	スポーツ推進課 ＼200P／ ●健康運動教室 ●リフレッシュヨガ教室 ●悩み解消！トレーニング教室	運動施設 ＼200P／ ●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室 ●スイミングプラザなつき ●サルビアパーク
その他イベント ＼200P／ ●特定健診保健指導	その他イベント ＼300P／ ●足の8020ウォーキング	その他イベント ＼500P／ ●献血 ●かまナイトウォーキング ●kamaさくらウォーク	

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



たくさん貯めて
嬉しい特典を
ゲットしよう♪

クーポン発行の方法&使い方

- ホーム画面中央の「獲得ポイント」の枠内をタップします。
- 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。
- クーポンを発行する場合は「はい」をタップします。
- 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。
- クーポンをゲット♪



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 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 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8年4月1日(水)~令和9年2月28日(日)

応募受付期間

令和9年3月1日(月)~令和9年3月5日(金)
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、毎日の歩行時間にプラス10分で健康寿命をのばす！

- 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。
- 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。
- 1日3,000歩または30分を週5日以上以上の記録が必要です。

令和8年度
変更点です！

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 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	
各種 検診	後期高齢者健康診査	
	人間ドック	
	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8年4月1日(水)~令和9年2月28日(日)

応募受付期間

令和8年8月1日(土)~令和9年3月5日(金)
※郵送の場合は令和9年3月5日(金)必着