

# かめやまるごと 健康プロジェクト 第2弾



健康都市プロジェクトリーダー  
2023 Kameyama City

かめやまるごと健康プロジェクトとは？

健康都市の実現に向け、「ウォーキング」と「ラジオ体操」で運動・スポーツの習慣化を促進することを目的とする健康プロジェクトです。

もっと  
使いやすく/  
アプリ  
リニューアル



けんこうマイレージ  
アプリについては裏面を  
ご覧ください。

## かめやま ウェルネスラリー 2026

2026年 2027年  
7/1水 Wed. 2/28日 Sun.

対象

市LINE公式アカウントに  
友達登録を行っている方

参加費

無料

ラリーポイント

LINE内で確認

## まちづくり協議会 de 一斉ウォーキング

2026年  
9/23水祝 Wed. または 10/12月祝 Mon.

対象

各まちづくり協議会において設定  
※参加まち協のみ

参加費

各まちづくり協議会において設定  
※参加まち協のみ

コース

アプリ内で確認など

## ラジオ体操 to ウォーキング

2026年  
11/28土 Sat. AM

対象

市内在住・在勤関係なく  
誰でも参加可能

参加費

200円/人

詳細

市広報10月1日号にて



亀山市  
KAMEYAMA CITY

お問合せ

亀山市  
健康福祉部健康推進課  
健康増進グループ

TEL

0595-84-3316

(8:30~17:15 ※祝日・休日・12月29日から1月3日を除く、月曜日から金曜日)



アプリを登録して運動を習慣化!  
貯まったポイントで景品が当たります!

# 登録無料

参加者募集期間

2026年 2027年  
4月1日(水) ~ 3月31日(水)

抽選で景品が当たる!

ポイントをためると抽選に参加できます!

※応募口数が多いほど当選確率が高まります。

景品は健康機器や  
地域の特産品などが当たります!

令和8年度も当選のチャンスが2回!

第1回抽選 令和8年9月下旬 第2回抽選 令和9年3月下旬

さらに!!  
豪華景品にはずれても…  
Wチャンス賞あり!

ポイントのため方



歩く

2,000歩~	1ポイント
4,000歩~	2ポイント
7,000歩~	3ポイント
8,000歩~	4ポイント
10,000歩~	5ポイント
12,000歩~	6ポイント

歩きスマホは危険です。スマートフォンを操作するときは立ち止まりましょう。



健(検)診受診  
年1回受診  
5ポイント~



体重・血圧等入力  
1日1回入力  
各1ポイント



市主催  
イベント参加  
1回参加  
10ポイント



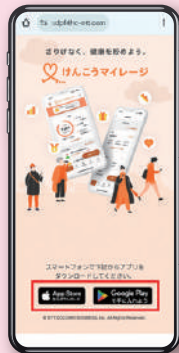
健康都市大学の  
修了  
500ポイント

スマホアプリで参加登録

スマートフォンにアプリ(けんこうマイレージ)をダウンロードし参加登録します。



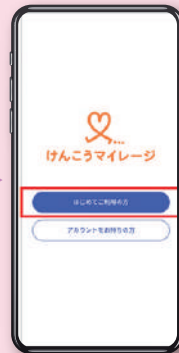
カメラアプリで  
二次元  
バーコードを  
読み込む



iPhone/  
Android  
インストール  
ボタンを選択



けんこう  
マイレージ  
を入手



「はじめて  
ご利用の方」を  
押す



チェックボックスに  
チェックを入れる



「郵便番号」「生年月日」  
「性別」「ニックネーム」  
「身長」を入力し  
「同意する」を押す



手順を確認後  
「はい」を押す  
①「正確な位置」を  
選択  
②「アプリの使用時  
のみ」を押す



①「アプリ使用中  
のみ許可」を  
選択  
②「正確な位置  
情報を使用」を  
オンにする  
③矢印で戻る



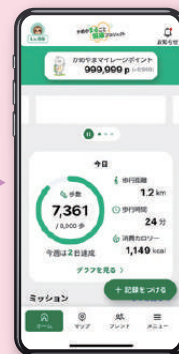
「設定に進む」を  
押す



利用するヘル  
チェックAIの  
チェックボックス  
を選択し「次へ」  
「同意する」を押す



①「使用状況への  
アクセスを許可」  
をオンにする  
② 矢印で戻



利用スタート

- iPhoneは米国及び他の国々で登録されたApple inc. の商標です。
- App storeはApple inc. のサービスマークです。
- Google PlayおよびGoogle Playロゴは、Google LLCの商標です。

