

オール北九州で健康(幸)寿命を延伸する  
— 元気でGO!GO! プラス2歳へスクラムトライ! —

北九州市健康アプリ

北九州市健康アプリで  
ポイントをためて  
景品をもらおう!



北九州市 健康イメージキャラクター  
「スマッキー」

# GO! GO! あるくっちや KitaQ



※10月中旬まで熱中症予測を  
表示しています。

スマートフォンの健康アプリを活用して、  
ウォーキングなどの健康づくり活動を楽しみながら  
生活習慣の改善を進め、健康寿命を延伸しましょう。

## 景品抽選の参加方法

アプリ内の塩分チェックにお答えください。

ダブルチャンス

**A賞** 塩分チェックにお答えいただいた方  
のうち、抽選で景品をプレゼント!

**B賞** 塩分チェックにお答えいただいた方  
のうち、12月31日までに555ポイントを  
貯めた方には、さらに抽選で  
景品をプレゼント!



## 塩分チェック回答期間

第1回目 令和元年 9月1日～令和元年10月31日

第2回目 令和元年 11月1日～令和元年12月31日

※第2回目のお答えの際に景品を選ぶことができます。  
※回答期限は令和元年12月31日までです。  
※期間終了後のアプリは引き続きご利用頂けます。

対象 北九州市民 及び 北九州市内勤務・通学者

## 抽選景品

アプリ内の塩分チェックにお答えの際(2回目)に、  
ご希望の景品を選んでください。

※1回目の塩分チェックにお答えの際には、景品を選ぶことはできません。  
※当選は景品の発送をもって発表とさせていただきます。  
※景品の色は選ぶことはできません。



- |           |                         |      |
|-----------|-------------------------|------|
| <b>A賞</b> | ①小倉 縞縞 リボンBAG           | 55名様 |
|           | ②福岡県産米(2kg)             | 55名様 |
|           | ③小倉 縞縞 ハーフタオルハンカチ(2枚入り) | 55名様 |
| <b>B賞</b> | ④オムロン カラダスキャン*          | 5名様  |
|           | ⑤オムロン 上腕式血圧計*           | 5名様  |
|           | ⑥オムロン エアマッサージャー         | 5名様  |
|           | ⑦Drエルクッション              | 20名様 |
|           | ⑧非常持出セット                | 20名様 |

\* Bluetooth 通信機能搭載  
スマホと連動させて、日々の健康づくりに  
お役立ていただけます

アプリの  
ご利用方法は  
裏面へ

北九州市 社会福祉法人 北九州市社会福祉協議会

お問合せ 社会福祉法人 北九州市社会福祉協議会 TEL.093-873-1296

No.1910058D

# ご利用方法

- ①AppStore 又は GooglePlay から「GO!GO!あるくっちゃKitaQ」をダウンロードします。
- ②アプリを起動し、メッセージに従って、パスワード/企業・団体名/ニックネームを入力又は選択してください。

詳しくは「アプリ紹介サイト」を

ダウンロードはこちら



App Store  
からダウンロード



Google Play  
で手に入れよう

動作環境 Android ▶ Android4.3以上 / iPhone ▶ iPhone5S以上 か iOS9以上

## 主な機能



### P ポイントの貯め方

- **アプリを開く**  
(1ポイント/日)
- **ウォーキングする**  
(1日1,000歩毎に1ポイント)
- **ウォーキングコースを歩く**  
(1~10ポイント)
- **健康イベントに参加する**  
(1~10ポイント)

**TOP画面**

- 目標** 1日の歩数目標
- 歩数** 1日の歩数
- 応援メッセージ** スマッキーの応援メッセージ
- 医療費抑制額** 総歩数から計算された医療費抑制の削減効果
- ポイント** 合計555ポイントでB賞景品抽選の対象となります
- メニュー** 塩分チェックもこちらから
- 距離** 1日の歩行距離
- カロリー数** 歩数から計算された消費カロリー
- 体重入力**
- 健康 日替わりメッセージ**
- 総歩数**
- ウォーキングコース**
- 直接メニュー** 他の画面へ遷移
- TOP画面**
- ランキング**
- ポイント履歴**
- イベントカレンダー**

### ウォーキングランキング

個人	企業・団体	北九州市
全体	市内	市内
4/21	5,094歩 (541位)	
4/17週	25,376歩 (720位)	
4月	78,289歩 (1,055位)	
2019年度	78,289歩 (1,055位)	
累計	1,735,564歩 (479位)	
<b>4月ランキング</b>		
1	新庄ファン1番	800,422
2	タモさん	700,719
3	ウォークおやし	676,458
4	あゆあゆ	648,737
5	yukio	602,864
6	YAMBO	602,826

### ウォーキング履歴(歩数、体重)



### 塩分チェック

塩分チェックシート

問1 味噌汁、スープなどを食べる頻度はどのくらいですか？

1/13

1日2杯以上

1日1杯くらい

2~3回週

あまり食べない

※画面はイメージです。

### ご利用にあたり

- スマートフォンのデータ通信費は、ご利用者様の負担となります。
- 1日の歩数は、翌日アプリ画面を開いたときにサーバーへアップロードされます。
- ランキングは、サーバーへアップロードされている前日までのデータをもとに作成されます。
- Androidの歩数計測はアプリを常駐させますので、アプリをインストールする前よりバッテリーの消耗が大きくなります。
- Androidの一部機種ではスリープ中の歩数が計測できず、スリープ解除時にスリープ中の歩数がまとめてカウントされます。
- 全てのスマートフォンで、正常動作を保証するものではありません。
- デザインや機能は変更される場合があります。

