

綾部市健幸サポートアプリ

AYATOCO

綾部市健幸サポートアプリ「AYATOCO」は、歩数計測や体重・血圧の記録など、
便利な機能をたくさん持ったスマートフォンアプリです。
健康づくりに取り組むとポイントが貯まり、抽選で賞品が当たります。
アプリを活用して、楽しく健康管理を始めましょう!

参加費
無料

対象者
綾部市在住・在学・在勤
満18歳以上の人

健康づくりで商品をもらおう!



Step 1

健康づくりに
取り組む



歩数表示

ホーム画面に歩数を表示。スマホを持って歩いて、「歩数送信」ボタンを押してね。

Step 2

ポイントが
たまる



ポイント

歩数や健康イベントへの参加などでAYATOCOポイントが貯まります。貯まったポイントで素敵な賞品が当たる抽選に応募しよう!

Step 3

抽選で景品が
当たる



市からの健康に関するお知らせ

健康情報をプッシュ通知でお知らせ。健康づくりをもっと身近に!

ウォーキングコース

綾部市の景観を楽しめる、おすすめウォーキングコースを紹介!コース制覇でさらにポイントゲット!

体重・血圧などの記録可能!

マイナポータル連携機能

マイナポータルと連携すると、最大過去5年間分の健診情報をアプリに保存可能!



GooglePlayストアやAppStoreで「健康マイレージ」と検索し、アプリをインストール後、団体コード「ayab」でアカウント登録してください。

※動作環境 / [android] Android 5.1以上、[iPhone] iOS15以上

お問合せ窓口
綾部市保健推進課

TEL 0773-42-0111

受付時間
月～金 / 午前8時30分から午後5時15分
(祝日・休日・12月29日から1月3日を除く)

アプリでは、ウォーキングを楽しく続けながら健康づくりに取り組んだり、貯めたポイントで素敵な景品と交換できる抽選会に参加したりと楽しいコンテンツが盛りだくさん!

日々の健康づくりで AYATOCOポイントが 貯まります!

(一例)

アクション	ポイント数
1日2,000歩以上歩く	歩数に応じて 1~5ポイント/日
8,000歩/日を 月間20日達成	10ポイント/月
体重・血圧入力	各1ポイント/日
各種健(検)診受診	20ポイント/年

ドコモショップ綾部店で アプリ設定のサポートを 実施します!

実施内容

アプリダウンロード
ユーザー登録初期設定
活用方法の案内

事前に来店予約のうえ、ご来店ください。

電話:050-3666-7110

営業時間:10時~19時(火曜定休)

実施期間:令和7年8月まで

WEBでの来店予約はこちら▶



あやべ健康プラザとのタイアップ企画

InBodyチャレンジ実施!

会場:あやべ健康プラザ

イベント開催月
3・6・9・12月

あやべ健康プラザで、InBody測定(体成分分析)をし、3ヶ月後筋肉量増加、もしくは体脂肪率低下でAYATOCOポイントをゲット!自分の体の現状を知り、健康づくりにチャレンジしよう。

参加方法

イベント開催月の水夢営業時間中に、直接会場にお越しいただき、InBody測定を行う。

ポイント付与

- 測定1回につき10ポイント
- 3ヶ月のチャレンジ期間中、筋肉1kg増加につき100ポイント(最大200ポイント)
または
- 3ヶ月のチャレンジ期間中、体脂肪率2.5%減少につき100ポイント(最大200ポイント)

参加費

一般500円、あやべ健康プラザ会員300円

詳しくはこちらから

綾部市健幸サポートアプリ「AYATOCO」や、イベントについて詳しくは市ホームページ(記事ID:5181)をご覧ください



AYATOCOサポーター募集中

綾部市健幸サポートアプリ「AYATOCO」の取り組みに賛同する企業・団体等を募集中!詳しくは市ホームページ(記事ID:5125)をご覧ください

