



ポイントをためて  
景品を  
GTELしよう！

毎日の健康づくりで  
ポイントがたまります！

対象者  
綾部市在住  
在学在勤で  
満18歳以上  
の方

参加費  
**無料**

# 綾部市健幸サポートアプリ AYATOCO

綾部市キャラクター  
あやちゃん



1



グラフで  
成果が見えるから  
続けられる

2



あなたに合った  
健康ミッションが  
毎週届く！

3



ウォーキングをして  
抽選に応募しよう！

## P ポイントのため方



✓ **歩く**  
1日1,000歩以上  
歩くと、歩数に応じて  
**1~6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。



✓ **アプリの起動**  
1日1回アプリを起動  
すると1ポイント。  
連続でアプリを起動  
すると  
**最大20ポイント**



✓ **数値を入力**  
体重・血圧等の  
入力で  
**各1ポイント**



✓ **健(検)診受診**  
各種健(検)診受診で  
**20ポイント**



✓ **マイナポータル  
連携**  
健診結果の  
マイナポータル連携で  
**30ポイント**



✓ **写真投稿**  
写真1投稿につき  
100回「♡いいね」  
をもらうと  
**10ポイント**

## スマホアプリで簡単参加登録

けんこうマイレージ

二次元バーコード

二次元バーコードをスマホで  
読み取って参加登録できます！



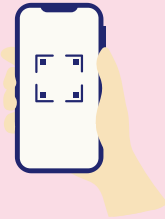
※本アプリは無料ですが、アプリの通信料は  
自己負担となります。

裏面に詳しい登録情報が  
記載されています

※画面はイメージです 2026.3.11版

## 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。



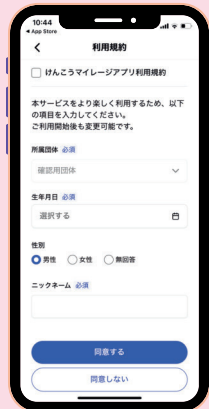
スマートフォンで  
二次元バーコードを  
読み取る



iPhone/Android  
インストールボタン  
を選択



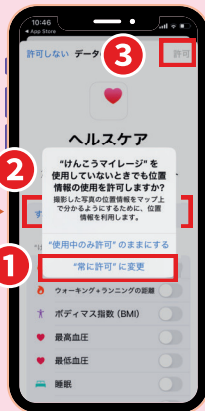
けんこうマイレージ  
を入手



該当する項目を  
チェックし同意する  
を選択



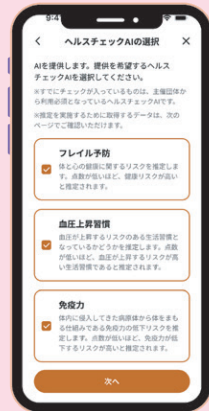
アプリの使用中は  
許可を選択



①常に許可に変更  
②すべてをオンにする  
③許可を選択



設定に進むを選択



希望する項目を  
チェックし同意する

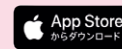


①すべてをオンにする  
②許可を選択



ご利用スタート!

- 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。



※画面はイメージです 2026.3.11版

## 歩数が上手く連携しない方

Androidの方は「ヘルスコネクト」および「Google fit」、iPhoneの方は「ヘルスケア」との連携がおすすめです。

詳しい連携方法については  
アプリバナーに表示されている「歩数が連携出来ない方」をご確認ください

こんなお問い合わせが多いです!

Q 所属団体や生年月日を変更したい

Q 抽選会はいつあるの?



綾部市ホームページ

回答は  
綾部市ホームページを  
ご覧ください!

