

参加費  
無料

歩いて、測って、参加して！

参加者募集!!



## 四條畷市 健康プログラム事業



お申込み  
はこちら



歩いて、測って、参加して！毎日、楽しく健康づくり  
四條畷市 健康プログラム事業「なわぽ」がはじまります

歩数・測定データ等の管理



ゲームや健康情報を楽しむ

健康情報



ウォーキングイベント



※一例です

事業開始

令和7年11月1日から

対象者

市内在住・在勤・在学で18歳以上（参加年度末時点）の方

事業内容

対象者

アプリ  
利用

ポイント  
獲得

特典  
(抽選)

市内に住民登録のある40歳以上の方※



市内に住民登録のある18歳以上40歳未満の方  
市内に住民登録はないが市内在勤在学の18歳以上の方



-

※令和7年度に事業参加される場合は、1986年（昭和61年）4月1日以前生まれの方

| お問い合わせ | 健康プログラム事業事務局（株式会社タニタヘルスリンク内）

Tel : 0120-771-015

受付時間：平日午前9時～午後6時（※土・日・祝日・年末年始を除く）

# ポイントの貯め方

健康づくりに取り組んで、ポイントを獲得しましょう！

歩く



## 18~65歳未満

1日の歩数	ポイント数
7,000歩以上	<b>36</b>
5,000~6,999歩	<b>26</b>
3,000~4,999歩	<b>11</b>
1,000~2,999歩	<b>1</b>

## 65歳以上

1日の歩数	ポイント数
6,000歩以上	<b>36</b>
5,000~5,999歩	<b>26</b>
3,000~4,999歩	<b>11</b>
1,000~2,999歩	<b>1</b>

健(検)診  
を受ける

年に一度、  
受診しましょう！

種類	ポイント数
特定健診	<b>200</b>
がん検診	<b>100</b>

市内に設定された測定スポットでは  
アプリと自動連携した**体組成計**や**血圧計**で測定ができます。  
日々の健康管理にご活用ください。

測る	ポイント数	
	1回の測定	<b>20</b>
体組成測定	月最大	<b>80</b> (4回まで)
	1回の測定	<b>20</b>
血圧測定	月最大	<b>80</b> (4回まで)

市内4か所の測定スポットを  
ご利用ください！

- 市民総合センター1階
- 市民総合体育館  
正面玄関
- グリーンホール田原1階
- 老人福祉センター  
楠風荘 玄関ホール



※他にも様々なポイントをご用意しています。※特典以外にも、獲得したポイントをご利用いただけるイベントを企画しています！



## 特典 (\*市内に住民登録のある40歳以上の方限定)

健康づくりで**500ポイント**を貯めて**毎月抽選**に参加しよう！

当選すると**最大で500円相当の電子マネー**がもらえます！

交換可能な  
電子マネー



PayPay ポイント

d POINT

amazon

「nanaco」は株式会社セブン・カードサービスの登録商標です。「WAON(ワオン)」はイオン株式会社の登録商標です。PayPayポイントは出金、譲渡不可です。PayPay/PayPayカード公式ストアでも利用可能です。本プロモーション・キャンペーンは株式会社タニタヘルスリンクによる提供です。本プロモーション・キャンペーンについてのお問い合わせはAmazonではお受けしておりません。お問い合わせはタニタヘルスリンクカスタマーサポートまでお願いいたします。Amazon、Amazon.co.jpおよびそのロゴはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。

対象者 市内に住民登録のある40歳以上の方（参加年度末時点）

応募条件 500ポイント獲得ごとに、**2口まで**応募可能

応募期間 事業期間中の毎月16日から翌月10日まで

抽選日 翌月15日

当選発表 抽選結果は当選した場合のみ、アプリのプッシュ通知でお知らせします。



抽選に落選された方にも  
**「応援賞（ポイント）」**  
を付与！！

抽選応募スケジュール → 毎月16日～翌月10日が応募期間／翌月15日が抽選日

毎月16日～翌月10日

11 12 13 14 15

← 応募期間 →

抽選日