

あさひかわ健幸アプリ

令和6年4月1日リリース

あさひかわ健幸アプリ



- 毎日の健康づくりがポイントになる旭川市公式の健康づくり支援アプリです。

旭川市の課題

- ▶ 男女とも**身体活動量が低下**している
- ▶ 市の健康づくりに関する**取組が知られていない**

ヘルスケアへの興味・関心の向上



smart
wellness
CITY

スマートウェルネスあさひかわプラン
～「歩く」ことから始める健幸づくり～

Smart Wellness Asahikawa Plan



【担当】保健所健康推進課

本日の歩数

スマホと連動して歩数を計測。目標歩数の達成率をいつでも確認

毎日の生活を記録

体重や血圧の記録、睡眠や食事などの生活習慣をチェック



歩数ランキング

個人やグループ・企業単位でのランキングを表示。みんなで歩こう！



オリジナルイラスト

旭川市在住のイラストレーター『ナカジマヨシカ』さんの描き下ろしイラスト。旭川の風景や動物が登場するホーム画面は目標歩数達成率で表示が変化！



グラフで見える化

計測した歩数や距離、消費カロリー、記録した体重・血圧をグラフで確認

イベント参加

健康関連イベントや講演会等の情報を発信。参加するとポイントが貯まる！

バーチャルウォーキング

歩数に応じてスマホ内の架空のコースを進みます。野外彫刻めぐりコースや北海道一周コースなどに挑戦！



ラジオ体操

体操動画を観ながら1日1回気軽に身体を動かしましょう



手順1 アプリをインストールし 新規登録

iPhone版



Android版



IOSはヘルスケアアプリ、AndroidはGoogle Fitアプリが必要となります。一部機種は対応しておりません。

手順2 健幸ポイントを貯める



- ・毎日のウォーキング
- ・体重や血圧、健診受診の記録
- ・イベントへの参加 等

手順3 健幸ポイントで抽選に応募する

抽選は複数口応募可能。ポイントを貯めるほど当選確率がアップします。



※18歳以上の旭川市在住・在勤・在学の方が応募対象者です。

貯めたポイントで、地場産品や健康関連商品など素敵な協賛品が当たる抽選に応募できます。

【担当】保健所健康推進課

バーチャルウォーキング【旭川市オリジナルコース】

設定されたコースをバーチャルに進むことができます。（各コース15地点）
コース制覇でポイントを付与。仮想旅行のような体験ができます。



旭川市彫刻美術館から旭川空港を
経由し、ステーションギャラリーまで
野外彫刻をめぐるコースです。



総距離 36.3km (実測値)



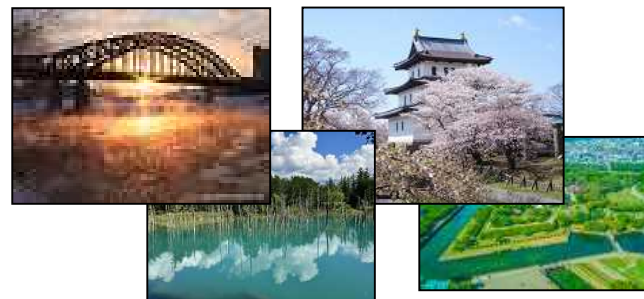
旭山動物園の園内をまわるコース
です。次の展示施設を目指して、園
内を一周します。



総距離 141km (実測値の100倍)



旭川市を出発して、観光名所を
巡りながら北海道を一周する
コースです。



総距離 307km (実測値の5分の1)

協賛品一覧

協賛企業数 44社

協賛品数 541個

※令和6年3月22日現在 協賛申込書受理分

5,000ポイント



スマートバンド

人間ドック受診券



お食事券



施設等利用券



商品券



健康食品等



3,000ポイント



健診受診券



お食事券・利用券

商品券



健康食品等



地場産品等



グッズ等

【担当】保健所健康推進課