

# あさひかわ健幸アプリ概要

保健所 健康推進課

# あさひかわ健康アプリとは？

毎日の健康づくり活動で  
健幸ポイントが貯まる  
健康づくり支援アプリです。

あさひかわ **健幸** アプリ

# アプリでは何ができますか？

記録

体重  
体脂肪  
健診  
検診

血圧  
歩数  
生活習慣  
チャレンジ

日々、  
アプリを使う  
ことで  
健幸ポイントが  
貯まります！

歩数  
ランキング

年代  
個人  
グループ  
企業

グラフ

歩数  
距離  
体重  
血圧  
消費カロリー



イベント

イベント参加  
(QR, GPS)  
ラジオ体操  
アプリ紹介  
バーチャル  
ウォーキング

# 貯めた健幸ポイントで何ができますか？

健幸ポイントを使って  
素敵な景品が当たる  
抽選に応募できます！

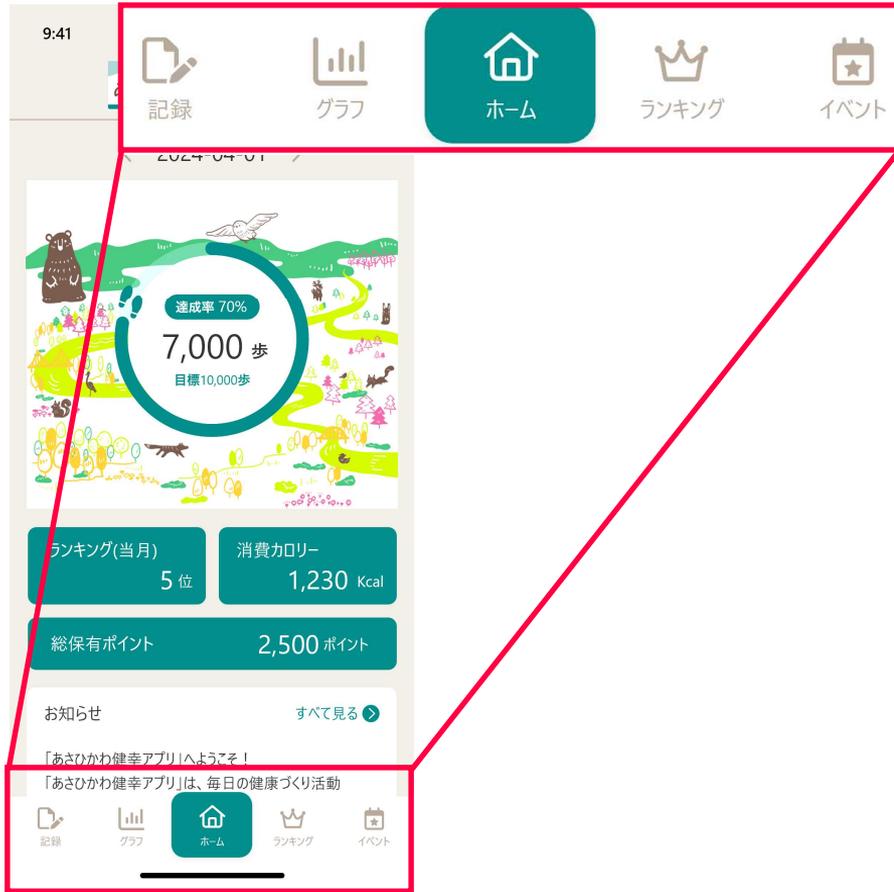


## 令和5年度あさひかわ健康マイレージ景品例

<b>1</b> 5名抽		<b>2</b> 10名抽		<b>8</b> 5名抽		<b>12</b> 20名抽	
次世代がん検査 miSignal +脳ドック 社会医療法人元生会 壽山病院		日帰り人間ドックコースまたは 脳ドックコース 無料ご招待券 (予約時希望コース選択) 医療法人社団慶友会 吉田病院		スマートウォッチ 日本生命保険相互会社		スープカレーセット (冷凍・4個入り) 株式会社島田畜産	
<b>19</b> 5名抽		<b>20</b> 5名抽		<b>25</b> 20名抽		<b>26</b> 20名抽	
米(大雪山見て育ったの ななつぼし) 5kg 旭川米生産流通協議会		道の駅あさひかわ オススメセット 道の駅あさひかわ売店		クオカード 1,000円 株式会社ローソン		イオン商品券 500円 イオンモール旭川駅前	

# 機能紹介

- ※  は健幸ポイントが付与される機能です。
- ※ 画面は開発中のものです。



# アプリ機能

1. ユーザー登録
2. ホーム画面
3. 記録
4. グラフ
5. ランキング
6. イベント
7. その他
8. ポイント利用

# 1. ユーザー登録

9:13 4G

アカウント設定

▶ニックネーム(必須)  
※ランキングで公開されます。

3文字以上20文字以下

0/20

▶属性(必須)  
※公開されません。

▶居住地域(必須)  
※ランキングで利用します。  
※お住まいの地区がわからない方はこちらからご確認ください。

▶生年月(任意)  
※ランキングに利用されます。

西暦 年 月

0/4 0/2

▶性別(任意)  
※公開されません。

男性 女性 選択しない

▶身長(任意)  
※BMI・消費カロリーの計算に利用されます。

cm

▶目標体重(任意)  
※公開されません。  
※体重グラフで目標体重を表示されたい方はご入力ください。

kg

▶目標歩数(必須)  
※公開されません。500歩以上から入力してください。

500歩以上から入力してください

▶kid(変更不可)  
k397974818110

▶バージョン  
6

登録

## アプリの利用開始時に ユーザーが登録する項目

- ニックネーム\*
- 属性\* (市内在住・在勤・在学)
- 居住地域\*
- 生年月日
- 性別
- 身長
- 目標体重
- 目標歩数\*

※\*は登録必須

## 2. ホーム画面

### ① ログインボーナス

アプリにログイン



1日1回  
ポイントを付与



## 2. ホーム画面

### ② 歩数記録

スマートフォンが歩数を自動記録。  
歩いた歩数でポイントを付与します。

#### 1日の目標歩数達成

自分で決めた目標歩数を  
達成でポイントを付与。

本日の目標を  
達成しました!!  
(仮)10ポイントGET!!



#### 1日の合計歩数

1日に歩いた歩数で  
ポイントを付与。

*point!* アプリロゴ、ホーム画面等には旭橋や大雪山連邦、様々な動物のイラストを掲載し、旭川らしさを演出しています。



あさひかわ 健幸 アプリ

## 2. ホーム（歩数記録）

アプリのホーム画面は目標歩数の達成度で表示が変化します。



# 3. 記録



日々の健康づくりに関する数値や履歴を記録できます。

## ◆記録できる項目

- 体重，体脂肪率

- 血圧

体重計や血圧計で計測した数値を記録できます。

- 健診/検診

受診した健診/検診を記録できます。

- 生活習慣チャレンジ

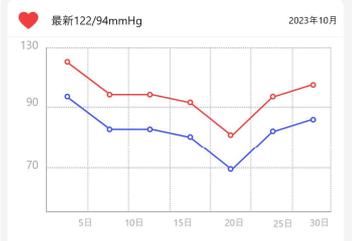
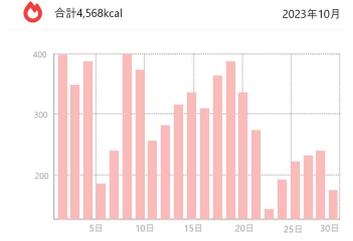
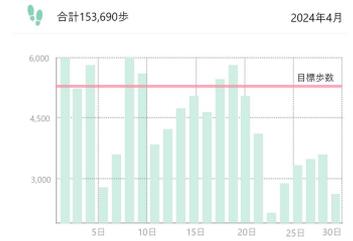
生活習慣に関する項目を達成できたかをチェックできます。

### 生活習慣チャレンジ項目

- 30分以上身体を動かした  
(例：運動，体操，自転車)
- 毎食野菜を食べた
- 減塩（薄味）を心がけた
- 6時間以上の睡眠をとった
- 自分で決めた目標を達成した  
(例：禁酒，禁煙，間食をしない)
- 楽しく笑うことがあった

# 4. グラフ

日々の歩数や記録した数値をグラフで確認できます。



歩数  
(合計・平均)

距離  
(合計・平均)

消費カロリー  
(合計・平均)

体重  
(合計・平均)

血圧  
(合計・平均)

# 5. ランキング



## 歩数ランキングを確認できます。

自分自身の歩数順位がわかる個人ランキング，自分が登録するグループ・企業の順位がわかるグループランキングがあります。

### グループ・企業の概要

#### グループ

- 家族や友達同士で作成可能
- アプリ上で作成可能
- グループ内での個人の歩数順位を競える
- グループ内の平均歩数で他グループと競える

#### 企業

- 法人や団体に所属するユーザーが作成可能
- 健康推進課への申請が必要
- 企業グループ内での個人の歩数順位を競える
- 企業グループ内の平均歩数で他グループと競える

# 5. ランキング

## 個人ランキング



自分自身の歩数による  
ランキング

**全体**

全ユーザー内のランキング

**年代**

自分の年代のランキング

**グループ**

所属するグループ内のランキング

**企業**

所属する企業グループ内ランキング

## グループランキング



登録したグループ・企業  
ごとの平均歩数による  
ランキング

**グループ**

所属するグループの登録者全員の平均歩数のランキング

**企業**

所属する企業グループの登録者全員の平均歩数のランキング

# 6. イベント

① イベント参加  アプリに事前登録したイベントへの参加でポイントを付与します。



## ポイント付与方法

(1) QRコード読み取り (2) GPSチェックイン



イベント会場に設置された  
QRコードをアプリで読み取り

指定された地点でアプリを  
使ってチェックイン

# 6. イベント

## ②バーチャルウォーキング

日々の歩数で設定されたコースをバーチャルに進むことができます。  
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。



旭川市オリジナルのコースに  
チャレンジできます。

- ・旭川野外彫刻めぐり
- ・あさひやま動物園一周コース

# 6. イベント

## ③ ラジオ体操



## ラジオ体操の実施



1日1回  
ポイントを付与

【掲載予定の体操】

- ・ ラジオ体操第1
- ・ みんなの体操
- ・ Asahikawa Zoo体操

# 7. その他機能

## ①お知らせ

アプリ内でお知らせを配信できます。  
ユーザーにはプッシュ通知を配信。  
市民に直接情報を届けることが可能です。



2023年11月10日(木) 13:00  
イベントを開催します！

2023年11月1日(火) 12:00  
アンケートへの回答をお願いします

2023年10月1日(土) 15:17  
あさひかわ健康アプリへようこそ！



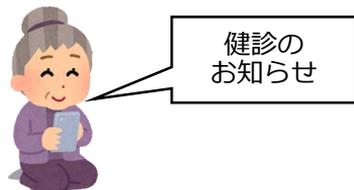
2023年12月16日(金) 11:17  
サーパーメンテナンスのお知らせ

いつもご利用いただきまして、誠にありがとうございます。  
下記におきましてサーパーメンテナンスを実施いたします。  
メンテナンス作業中においては、サービスを一時休止いたしますので、何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

【メンテナンス作業日時】  
2023年10月23日(土) 午前3:00~午前9:00  
※作業状況により開始時間・終了時間が前後することがございます。

【注意事項】  
・メンテナンス期間中はアプリをご利用頂けません。  
・メンテナンス期間中の歩数データは、作業終了後にGoogleFitまたはヘルスケアより自動的に連携されます。

この件に関するお問い合わせは下記サービスデスクまでお願い致します。  
・アプリ内お問い合わせ  
※ support@karada-live.zendesk.com を受



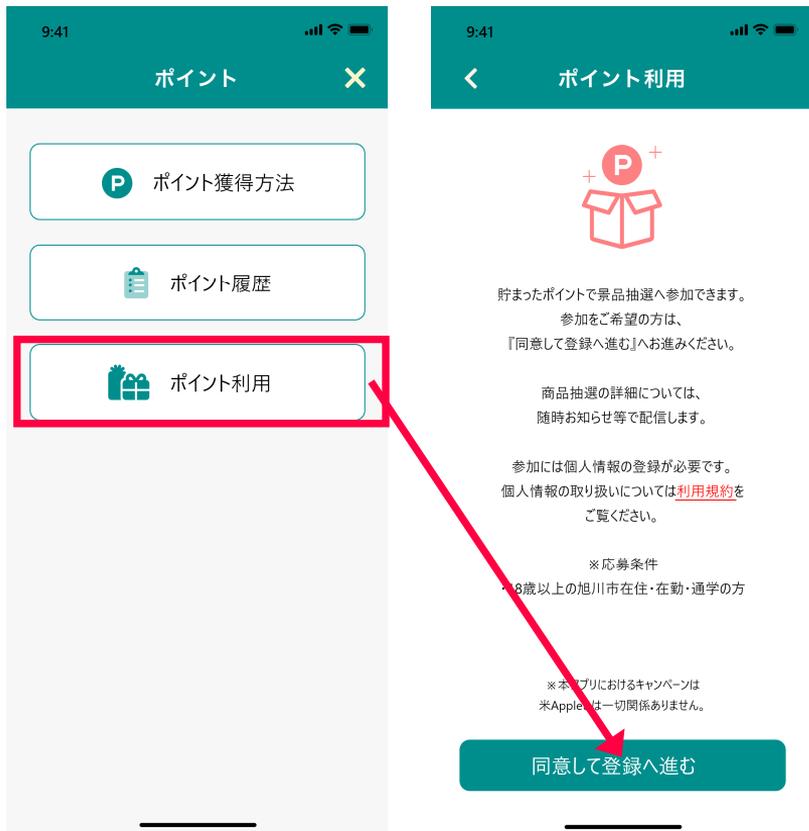
## ②あさひかわくらしのアプリとの連携

メニュー画面よりあさひかわくらしのアプリへとダイレクトに移動できます。



アプリもしくは(未インストールの場合は)アプリストアに遷移します。

# 8. ポイント利用



## アプリで貯めたポイント



## ポイントを使って 抽選に応募で景品が当たる！

### 令和5年度あさひかわ 健康マイレージ景品例

