

## あさひかわ 健幸 アプリ

## 「歩く」ことから始める『健幸』づくり

「あさひかわ健幸アプリ」は、毎日の健康づくり活動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。

利用料  
無料

※通信料はかかります

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



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いません。

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

抽選は複数回応募可能。  
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。



アプリを活用して気軽に楽しく健康づくりに取り組み、  
健やかで幸せな『健幸』生活を目指しましょう!

旭川市HP

●お問合せはカラダライブコールセンター



0570-077-122

受付時間 平日9:00~18:00 (年末年始は除く)

事業主体 旭川市保健所 健康推進課

詳しい情報は 旭川 健幸アプリ

検索



# あさひかわ健幸アプリで 楽しく健康づくり

利用料  
無料

※通信料はかかります

## 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！



## 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！



## グラフで見える化

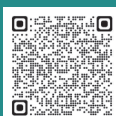
計測した歩数や距離、消費カロリー、記録した体重・血圧をグラフで確認

## ラジオ体操

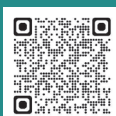
体操動画を観ながら1日1回気軽に身体を動かしましょう



あさひかわ 暮らしのアプリ  
あさひかわ健幸アプリと連携しています。



iOS版



android版

★旭川市 ASAHIKAWA CITY