

参加
無料

※通信費は除く

楽しくお得に健康 GET

とよはし健康マイレージ

とよはし健康マイレージとは

みなさんの健康づくりを応援する取り組みで、
条件を達成してポイントを貯めると、特典がもらえる事業です。

ポイント獲得期間 2024年4月1日～2025年3月31日まで

対象者 豊橋市在住、在勤、在学の方



健康とよはし
マスコットキャラクター
けんとかん

健康づくり支援アプリ「あいち健康プラス」から参加できます!

1

まずはアプリをダウンロード
アプリストアから「あいち健康プラス」を
ダウンロードしよう!



iPhone版
Download on the
App Store



Android版
Google Play
でインストール



2

画面に従ってアプリを設定
参加するサービスを「自治体版」、
参加する自治体を「豊橋市」に設定



3

ポイントを
貯める
ポイントは3種類!

歩数ポイント

1日に歩いた歩数に応じてポイント
が貯まります。
●1ポイント(1,000歩)
※1日最大10ポイント(10,000歩)

ボーナスポイント

がん検診や特定健診、人間
ドック等の受診やイベント参
加でポイントが貯まります。
●20ポイント(1回)

チャレンジポイント

日々の生活で取り組む目標を最大5項目選び、
目標を達成するとポイントが貯まります。
●1ポイント(目標を達成すごに)
※1日最大5ポイント

4

優待カード「まいか」をゲット!

100ポイント以上で優待カード「まいか」が発行できます!
愛知県内の協力店(約2,500店)で提示して様々なサービス(特典)を受けましょう。



5

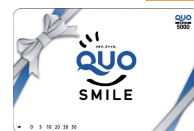
さらにポイントを貯めて
記念品の抽選に応募しよう!

さらにポイントを貯めると、
記念品に応募できるチャンス!

記念品例



初恋レモン 飲み比べセット



QUOカード 5,000円

記念品はアプリ内の機能で応募可能です。
組合せ自由で複数の記念品に応募可能ですが、
当選するのは一人一品までとなります。
当選の発表は記念品の発送をもってかえ
させていただきます。詳細はアプリ及び市
ホームページにて随時お知らせいたします。
※記念品の内容は予告なく変更することがございます
ので、ご了承ください。
※本事業に関してご提供いただいた個人情報は、豊橋
市において適正に管理し、本事業に必要な業務に
のみ使用します。

アプリ
お問い合わせ

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(12/29~1/5を除く)



とよはし健康マイレージ事業 豊橋市保健所 健康増進課
電話: 0532-39-9117 Email: kenkouzoushin@city.toyohashi.lg.jp

あいち健康プラスの機能

記録

毎日の体重、血圧、受診した健診の記録などができます。



メニュー

- お知らせ ----- 豊橋市からのお知らせ
- アカウント ----- アカウント設定、引継ぎコード発行
- 使い方 ----- ヘルプ、ご利用規約
- ポイント獲得 -- ポイント獲得方法、ポイント履歴
- アンケート ----- 豊橋市からのアンケート
- お問い合わせ -- ヘルプで解決できない場合はお問い合わせください。
- 優待カード ----- 優待カード「まいか」の表示
- 応募フォーム -- 記念品の応募

グラフ



歩数・消費カロリー・体重・血圧をグラフで表示。月ごとの平均値も確認できます。

ランキング



全体・年代・性別・企業グループ・なかよしグループ別に歩数ランキングを確認できます。

企業グループ

申請により、企業単位でグループを作成可能です。作成は、豊橋市保健所健康増進課まで。

なかよしグループ

アプリ利用者同士でグループを自身で作成可能です。作成したグループ内のランキングを確認できます。

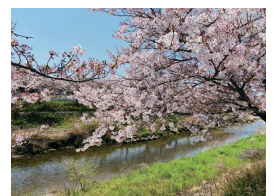
イベント>スタンプラリー

チェックポイントを実際に訪れ、QRコード等でチェックインすることでスタンプが押印されます。スタンプを全て集めることでポイントを獲得できます。本機能は、ウォーキングイベントで使用します。



イベント>リアルウォークコース

スマートフォンの位置情報を使用し、ウォーキングコースを実際に歩くための機能です。コースは順次追加予定です。



チャレンジ機能



「自転車や徒歩通勤にする」、「7時間以上の睡眠をとる」など、日々の生活で取り組む目標を最大5項目選び、目標を達成するとポイントが貯まります。

イベント>イベント参加



健康に関する講座や市が主催するイベントにチェックインすることでポイントが貯まります。対象イベントはアプリ内でお知らせします。

ダウンロードサポート

保健所

豊橋市保健所 健康増進課
0532-39-9116

アプリコールセンター

カラダライブコールセンター
0570-077-122

携帯ショップ

ドコモショップ豊橋二川店
ドコモショップ豊橋牛川店

豊橋市ホームページからも確認できます!

