

くにたち健康ポイント獲得ルール

さまざまな健康づくりに取り組んでいただくことで、**年度に最大で2,500ポイント**をくにPay2,500円相当と交換できます。

対象期間は、令和8年6月1日（月）から令和8年12月21日（月）までです。

行動	ポイント名称	条件	ポイント数	付与制限
歩く 	歩いていますポイント	1,000～2,999歩/日	2	1日1回
		3,000～4,999歩/日	5	
		5,000～5,999歩/日	10	
		6,000～7,999歩/日	20	
		8,000歩以上/日	25	
		一週間の歩数が基準歩数を達成	50	
	がんばってますポイント	毎月の平均歩数が一定数増加 毎月の歩数が推奨歩数を達成	50～300	月1回

行動	ポイント名称	条件	ポイント数	付与制限
測る 	変わりましたポイント	筋肉率やBMIの状態に応じて	200	3か月に1回 ※9月30日までに初回測定をする
	ミッションポイント 	体組成測定		50
送信		データ送信		1
	見る 	ヘルスリテラシー向上ポイント	タニタ食堂レシピ、タニタ健康コラム、健康ショートドラマの閲覧	1
イベント 	参加しましたポイント	市が指定するイベント等に参加	50	イベントごと
	ウォーキングラリーゴールポイント	バーチャルウォーキングラリーでゴール	300	各コース1回
アンケート 	参加アンケート回答ポイント	参加時に行うアンケートに回答	100	初めて参加した年初回1回
	年度末アンケート回答ポイント	期間終了時に行うアンケートに回答	100	終了時1回