

○1日1回獲得可能		通常時
ホーム画面表示		5pt
歩数記録 ※歩数を達成毎に獲得できます。	1,500歩	5pt
	3,000歩	10pt
	5,000歩	15pt
	8,000歩	20pt
食事記録	朝食記録	10pt
	昼食記録	10pt
	夕食記録	10pt
その他記録(体重記録、睡眠記録、運動記録など)		5pt
ウォークラリー		5～30pt
記事/動画閲覧		5pt
各種申請(ボランティアの実施)		20pt

○1ヶ月に1回獲得可能	通常時
ストレスチェック	10pt

○全期間で1回のみ獲得可能	通常時
おすすめプログラムのアクション達成	5pt
開始時アンケート	10pt
終了時アンケート	50pt
各種申請(健康診断の受診)健診期間中1回	200pt
各種申請(がん検診等の受診)健診期間中1回のみ	150pt
各種申請(その他の受診)健診期間中1回のみ	100pt

○イベント参加で獲得可能	通常時
イベント参加	15～30pt

※イベントへの申込方法などはアプリ内のお知らせ等でご案内します。

○食育推進ボランティア・健康づくりリーダー参加で獲得可能	通常時
食育推進ボランティア・健康づくりリーダー参加	30pt

○区内体育施設等利用で獲得可能	通常時
区内体育施設等利用	10pt