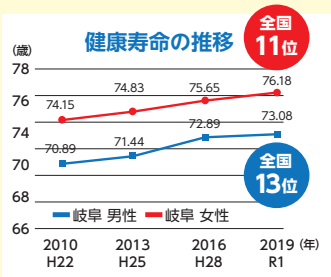
清流の国ぎふ 健康・スポーツ ポイント事業って?

県民一人ひとりが「生涯現役」として、いつまでも元気に活躍できるよう、自主的で積極的な健康づくりやスポーツへの取り組みを応援する事業です。

なぜ健康づくりやスポーツへの取り組みが必要なの?

「人生100年時代」という言葉をよく耳にするようになりましたが、単に「長く生きる」のではなく、「元気に長く生きる」いわゆる「健康寿命」を延ばすことが大切です。岐阜県ではみんなで楽しみながら健康づくりやスポーツに取り組んで、より多くの人が健康で長生きできることを願っています。健康習慣を身につけて「健康寿命」を延ばしましょう!



出典:厚生労働省「健康日本21(第二次)推進専門委員会資料」

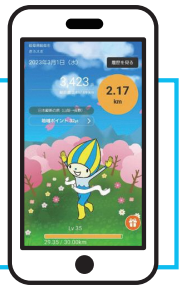
気軽に始めてみましょう!!

生活習慣病にならない健康的なからだをつくるには、栄養バランスのとれた食事、適度な運動、十分な睡眠が重要です。はじめていただきやすいよう、岐阜県内の各市町村では様々な健康づくりメニューやスポーツイベント等を用意してサポートします!

参加方法

01 参加登録

既定シート or スマホアプリ



健康づくり・スポーツメニューへ参加します

市町村や保健センターの窓口で、既定の「チャレンジシート」をもらい、必要事項を記入します。
または、スマホアプリをダウンロードし登録します。
※アプリでの参加は18歳以上に限ります。

02 健康づくり活動

健康づくり活動を継続的に行います

スポーツイベントやウォーキングに取り組んだり、検診や特定健診、人間ドックの受診、講座・教室等に継続的に参加すると、所定のポイントが加算されます。

03 ポイント獲得

ポイントを獲得し、貯めます

健康づくり活動の項目ごとに所定のポイントが貯まります。
健康づくり活動に継続的に参加して、基準ポイントを目指しましょう。

04 カード進呈

「ミナモ健康スポーツカード」が交付されます

基準を達成したチャレンジシートを市町村指定の窓口へ提出すると「ミナモ健康スポーツカード」が交付されます。
スマホアプリで達成した場合は、アプリ上に表示されます。

協力店で特典ゲット!

県内の協力店で「ミナモ健康スポーツカード」を提示すると、お得な特典を受けることができます。

協力店はこちら

05 賞品獲得

抽選で健康グッズや県産品が当たります

※写真は賞品例です

スマホアプリでできること

歩数ランキングへの参加

全国、県内における歩数ランキングが表示されます。1日に歩いた歩数に応じて自動でポイントが付与されます。

イベント・施設検索

ポイント付与対象となるイベントの検索だけでなく、県内のスポーツ施設やスポーツ用品店などを検索できます。

アプリ操作がわからない場合はこちら

スポーツタウンWALKERアプリヘルプページ・お問い合わせ先

| 主催 | 岐阜県 GIFU

| 問い合わせ先 | 岐阜県健康福祉部保健医療課 ☎058-272-8497
岐阜県清流の国推進部地域スポーツ課 ☎058-272-8799