

ポイントを貯めてお得なサービスをゲットしよう!



いきいきいなざわ 健康マイレージ



©稲沢市いなッピー

健康マイレージとは…

アプリをダウンロードし、健康づくりに取り組み、一定以上のポイントを貯めると、県内の協力店で様々なサービスが受けられる、「**まいが MyCa**」が貰える制度です。

STEP 1. 貯める

健康づくりにチャレンジして、
ポイントを貯めよう!

STEP 2. 貰う

指定のポイント数を獲得して、
「**まいが MyCa**」と「抽選券」を貰おう!

STEP 3. 使う

貰った「**まいが MyCa**」を
協賛店で使おう!

対 象 / 18歳以上の稲沢市民、稲沢市に在勤・在学のかた
MyCa 発行 / アプリ画面上にて提示 (MyCa 発行は1年に1回までです。)

手軽で便利! 健康状態の記録もできます!



まずは、「あいち健康プラス」をダウンロード! ▶



IOS 版



Android 版



I アプリをダウンロードしよう！



健康マイレージ連携アプリ「あいち健康プラス」をダウンロードし、ニックネーム等を登録します。

ダウンロードはこちらから

iOS 版



Android 版



II ポイントを貯める！

以下の健康づくりに取り組み、合計 **50**ポイント を貯めましょう！

1 チャレンジポイント

自分で決めた健康行動目標にチャレンジすると1ポイント（上限1日1ポイント）



- 1 ホーム画面の「チャレンジを追加する」をタップ



- 2 チャレンジを1つ選ぶ
※稲沢市で選択できるチャレンジは1つです
- 3 テーマカラーを選ぶ
- 4 「登録」をタップ



- チャレンジを登録し、達成したら…
- 5 取組項目の「○」をタップし、「達成した」を選択する。

取組日数をタップすると、月毎の取組状況を確認でき、1週間以内であれば、修正・追加できます！

2 自身の健康状態を記録しよう！

健康に関する記録をするとポイントが付与され、推移がグラフ化されます！



体重：1ポイント/日
血圧：1ポイント/日
健診：受診日と会場の登録で、5ポイント

登録した結果は、
自動でグラフ化されます！

さらに！ 1日 **8,000** 歩以上歩くと、**3**ポイント貰える！

※ポイントは自動で付与されます。(1日3ポイントまで)

3 保健センターの健康に関するイベントや教室に参加しよう！

保健センターの健康に関するイベントに参加するとポイントが付与されます。



会場にあるQRコードを
スキャンすると、5ポイント貰える！



対象のイベントや教室は
稲沢市ホームページを
ご覧ください



Ⅲ 『MyCa』と『抽選券』をプレゼント！

「^{まいか}あいち健康づくり応援カード～MyCa～」の発行 ※有効期限は発行日から1年です。

50ポイント獲得すると、^{まいか}あいち健康づくり応援カードMyCaが発行されます！
MyCa取得後は、トップ画面からワンタッチで表示できます。（「メニュー」→「優待カード」でも表示
できます。）この画面を見せることで、県内の協力店舗・施設でサービス（特典）が受けられます。



50ポイント貯まったら、
ここをタップ



利用方法・協力店一覧が
確認できる！

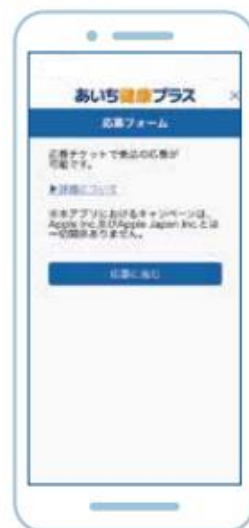
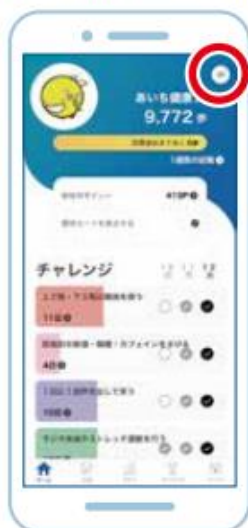
特典の例

- ・ドリンク一杯無料
- ・毎週〇曜日は、〇%OFF
- ・〇円以上のお買い物で、
〇〇プレゼントなど



「抽選」に応募する

指定のポイント数を獲得すると、応募フォームから抽選に応募することができます！
※詳しくはアプリのプッシュ通知をご確認ください。（下記の「▶お知らせ」で確認ができます。）



豪華賞品が当たります！

健康  と お得  豪華賞品  を一緒にゲット！