

私らしい健康習慣、
はじまったかも♪

- #楽しく健康づくり
- #これなら続けられそう!
- #目標は毎日8,000歩
- #健診をしっかり受ける
- #食事は必ずベジ・ファースト

健民カードのおかげで、
いつものお店も
お得になっちゃった!

- #1,600店舗以上の協力店
- #お得な特典ゲット!
- #たくさんのお店で使える!



ふくしま健民カード

対象/福島県に居住もしくは勤務する18歳以上(高校生を除く)の方

- POINT 1** 楽しみながら健康づくりができる!
気軽に始められて、無理なく続けられます。
- POINT 2** グルメ、ビューティー、ショッピング、レジャー……
協力店1,600店舗以上でお得な特典が使える!
- POINT 3** 福島県内の市町村の健康づくり事業と連携!*

*詳しくはホームページをご確認ください。

台紙でのご利用

① 健康づくりメニューへ参加!

市町村が定める健康づくりメニューへ参加してみましょう。実施した後は台紙に記録してください。

運動 **食事** **社会参加**

② 基準ポイント達成!

健康づくりメニューやイベントなどに継続的に参加して基準ポイントを達成してください。

体を動かすって楽しい!

③ ふくしま健民カード発行!

市町村指定の窓口へ、基準を達成した証明を持ってお越しください。「ふくしま健民カード」を発行します。

④ 協力店にて特典をゲット!

本事業の主旨に賛同した協力店で、サービス利用時にカードを提示すると、お得な特典が受けられます。

このステッカーやポスターが目印!

ふくしま健民アプリでのご利用



ふくしま健民アプリとは?

ご当地キャラクターと一緒に健康づくりを行えるアプリケーション。毎日の歩数や自分の健康に関する取り組みを記録してポイント換算できます!「ふくしま健民カード」を手に入れて特典をゲットしよう!

主な機能

- 1 歩数管理
- 2 日めくりセルフ健康チェック
- 3 健康づくり情報の提供
- 4 ふくしま健民カード表示
- 5 パーチャルウォーキング機能
- 6 動画エクササイズ
- 7 スタンプラリー機能
- 8 目標設定機能
- 9 健康づくり記録機能
- 10 応援キャラクター機能
- 11 アプリ起動時ガチャ機能

©2021 Apple Inc. All rights reserved. Apple, Apple ロゴ, iPhone は米国その他の国で登録された Apple Inc. の商標です。App Store は Apple Inc. のサービスマークです。
*Android, Google Play, Google Play ロゴは, Google Inc. の商標です。

ダウンロードサイトおよび動作環境

各ストア内で「ふくしま健民アプリ」で検索、または二次元コードから!

iPhone端末の場合



OSバージョン

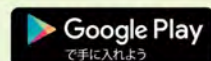
iOS 9.0 以上

機種

iPhone 5s 以降



Android端末の場合



OSバージョン

Android 5.0 以上

機種

Android 5.0以降を初期OSとしている機種



お問い合わせ

「ふくしま健民カード」事務局
(株式会社ル・プロジェクト内)

TEL 024-927-0021 FAX 024-995-3877

詳しくはホームページで!

ふくしま健民カード



福島県

健康長寿ふくしま推進事業

ふくしま健民アプリ

基本的なポイントの貯め方

- 毎日アプリを起動する**
毎日アプリを起動してみましょう!
起動するだけで
ランダムに**5~20**ポイント!
- 歩数管理**
歩いた歩数が中央に表示!歩数はポイントに換算されます。100歩=1ポイントになります。
801日最大ポイント!
- 毎日チェック**
身長・体重、簡単な質問に回答してみましょう。回答履歴はグラフで見返すことが可能です。
15回答するだけでポイント!
- 運動動画**
筋トレ、健康体操、燃焼(ダンス系)、燃焼(発散系)、リフレッシュ、スペシャルの各ジャンルから選択可能です。カードランクに応じて再生曲を選べます。
選曲により獲得ポイントが異なります
- バーチャルウォーク**
福島県内の観光名所からコースを選択すると、日々の歩数に応じて背景が変わり、旅気分を味わえます。
1コースクリアすると**100or200**ポイント
- スタンプラリー**
登録されているコースを実際に歩いて、QRコードまたはGPSでスタンプをGETしましょう!
コースにより獲得ポイントが異なります
- ミッション参加**
「お知らせ」にポイントの獲得が可能なイベントが掲載されます。ミッションに参加してポイントをGETしよう!
ミッションにより獲得ポイントが異なります



3000ポイント貯めるとノーマルカードGET!

いろいろなポイントの貯め方があるんだね

アレコレするなら ふくしま健民カードが こんなにお得!

県内1,600以上の協力店で、ふくしま健民カードを提示するとこんなお得な特典が受けられます!ぜひご利用ください!

食べる お寿司を食べるなら!
かっぱ寿司
(福島県内全店)

健民カード提示特典

1グループ お会計時**5%割引!**

※グループ全員(人数指定なし) ※店内飲食のみ

食べる ランチを食べるなら!
マクドナルド
(郡山市内全店・会津若松市内全店・喜多方店)※1

健民カード提示特典 ※1回の来店で、お1人様1品のみ

以下の4商品のいずれか**1つを50円(税込)**で提供

- ・ホットコーヒー(Sサイズ)
- ・野菜生活100(Sサイズ)
- ・アイスコーヒー(Sサイズ)
- ・ミニッツメイドオレンジ(Sサイズ)

(通常価格 各税込100円) (通常価格 各税込150円)

観る 映画を観るなら!
フォーラム福島

健民カード提示特典

[当日料金]

一般:300円引き!
学生:200円引き!

※他の割引との併用は出来ません ※お1人様のみ

学ぶ 芸術と文化にふれるなら!
福島県立博物館

健民カード提示特典

入館料を団体料金に割引!

※常設展・企画展とも ※ご本人様のみ

運動する 身体を動かすなら!
JOYFIT
(福島県内全店)

健民カード提示特典

ご入会時、入会金2,000円⇒無料

※グループ全員(人数指定なし)

遊ぶ 思いっきり遊ぶなら!
スパリゾートハワイアンズ

健民カード提示特典

日帰り入浴料金10%割引!

※5名様まで

買う お買い物するなら!
リオン・ドール
(福島県内全店)

健民カード提示特典

毎月10日・20日・30日に、税抜1,000円以上お買い上げでポイントカードへ10ポイント進呈

アプリからの協力店の検索方法

- ふくしま健民アプリをお持ちの方は、カード表示画面下の「協力店一覧はこちら」をチェック。
- 地域、利用目的、フリーワードから検索。
- 店舗情報を閲覧。

WEBから検索

ふくしま健民カードホームページにアクセス!

<https://kenkou-fukushima.jp/stores>

※1 マクドナルド対象店舗: 郡山並木店、イオンタウン郡山店、荒井ヨークベニマル店、郡山富田カインズホーム店、郡山新さくら通り店、ザ・モール郡山店、郡山駅西口店、郡山駅東ショッピングセンター店、郡山安積店、郡山フェスタ店、会津若松店、会津アピオ店、門田ヨークベニマル店、会津若松アピタ店、喜多方店