



健康づくりに取組んで、  
健康とお得をGetしよう!

# あいち健康 マイレージ事業

まいか

## ポイントをためて優待カード「MyCa」をもらおう!

**あいち健康マイレージとは・・・**

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を受けられる  
「あいち健康づくり応援カード～MyCa～」がもらえる制度です。



さらに

手軽に参加できるようになりました!

健康マイレージ連携アプリ「あいち健康プラス」でも  
参加できるようになりました。

詳しくは裏面をご覧ください。





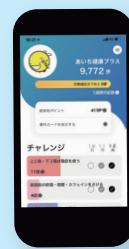
# あいち健康マイレージに参加するには!?

※愛知県健康づくり応援キャラクター「エアフィー」

## 1 チャレンジシートを入手 またはアプリをダウンロードしよう!

市町村が配布する「チャレンジシート」を入手、またはアプリ「あいち健康プラス」をダウンロードしましょう。

(アプリ導入市町村は、下記「あいち健康マイレージWebサイト」からご確認くださいませ。)



※アプリトップ画面イメージ

## 2 チャレンジ(健康目標)を決めよう!

市町村が設定したチャレンジ(健康目標)から、自身が取り組む内容を決めましょう。

(例)「30分以上運動をする。」「毎食野菜を食べる。」など

(市町村によりチャレンジ(健康目標)の内容が異なります。)



## 3 マイレージ(ポイント)を貯めよう!

自分で決めたチャレンジ(健康目標)の取組や健(検)診の受診、健康イベントへの参加状況等を記録し、ポイントを貯めましょう。

## 4 MyCa(優待カード)を手に入れよう!

一定以上のポイントを獲得したら、チャレンジシートを提出またはアプリでアンケートに答えて「あいち健康づくり応援カード～MyCa～」を手に入れましょう。

※有効期限は、発行日から1年間です。



※あいち健康づくり応援カード～MyCa～イメージ



※アプリ版[MyCa]イメージ

## 5 協力店でサービス(特典)を受けよう!

県内の協力店で「MyCa」を提示して、様々なサービス(特典)を受けましょう。  
(協力店は、下記「あいち健康マイレージWebサイト」からご確認くださいませ。)

### サービス内容の例

- ・ドリンク1杯無料
- ・毎週何曜日は〇%OFF
- ・毎月〇日はポイント2倍
- ・〇円以上のお買物で  
〇〇プレゼントなど...



### あいち健康マイレージWebサイト

各市町村の実施状況の確認や協力店の検索ができます。

### お問い合わせ先

愛知県保健医療局健康医務部  
健康対策課健康づくりグループ  
TEL :052-954-6269  
FAX:052-954-6917

### アプリ「あいち健康プラス」のダウンロードはこちら



Android版



iOS版

詳しい参加方法など、事業の詳細については、お住まい(またはお勤め)の市町村にお尋ねください。  
愛知県と市町村が協働で、県民の皆様の生涯を通じた自主的な健康づくりを応援します。