

LINEでミラたん健康ポイントに参加しよう！

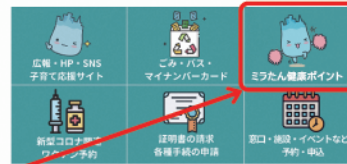
魚津市公式 LINE アカウントを利用して参加できるよ！



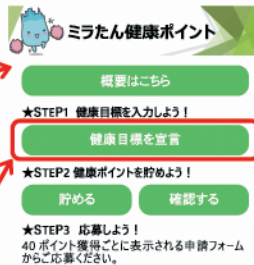
1 参加方法

1 携帯・タブレット等のLINEアプリで「魚津市公式アカウント」を友達登録してください。

友達登録はこちらから→



2 魚津市公式アカウントの「トーク」画面を開き、「ミラたん健康ポイント」を選択
→「ミラたん健康ポイント」のメニューが表示されます。
(以下「メニュー画面」という。)

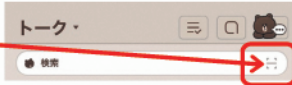


3 「STEP1 健康目標を入力しよう！」の健康目標を宣言を選択
→入力フォームへ自分の健康目標を入力してください。

2 ポイントの貯め方

(1) 対象施設・教室を利用する場合：4ポイント（市民バスは2ポイント）

1 対象施設に設置のQRコードをカメラ機能で読み込んでください。
※友達登録のある携帯・タブレット等を利用してください。
(1)LINE トーク一覧画面の検索バーのアイコンをタップ
(2)QRコード読み込み画面から読み取る



2 「チェックインしました ○○施設名○○」と表示され、4ポイントが付与されます。(1施設につき1日1回のみ付与)
※同日に重複読取すると「チェックインできませんでした」となり、ポイントは付与されません。
獲得したポイントは、LINE トーク画面で確認できます。

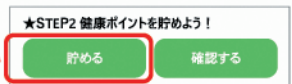


(2) 自分で20分以上の運動をする場合：2ポイント

1 LINE トーク画面の「ミラたん健康ポイント」を選択してください。



2 メニュー画面からSTEP2 健康ポイントを貯めよう！の貯めるを選択



3 1日20分以上の運動をした方はこちらを選択

4 20分以上運動しましたか？
→「はい」を選択
→2ポイントが付与されます。



3 ポイントの確認方法

- 1 LINE トーク画面の「ミラたん健康ポイント」を選択してください。
- 2 メニュー画面からSTEP2 健康ポイントを貯めよう！の確認するを選択
→獲得した累計ポイントが表示されます。



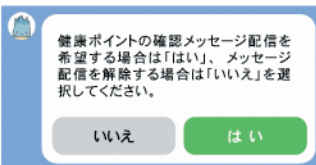
4 応募の方法

- 1 40・80・120ポイント到達時に、トーク画面に応募フォームが表示されます。
- 2 応募を選択して、必要事項(氏名、住所等)を設定に従って入力してください。
応募には、「STEP1 健康目標」の入力が必要です。
事前に入力しておいてください。
- 3 設定すべてに回答すると応募完了です。
40ポイントごとに、お一人3回まで応募できます。



5 リマインダーの設定（ポイント忘れを防止しよう!）

- 1 LINE トーク画面の「ミラたん健康ポイント」を選択
- 2 メニュー画面からリマインダーを設定するを選択
→「はい」を選択
→毎日20時に、ポイント確認メッセージが届きます。
- 3 解除する場合は、リマインダーを設定するを選択
→「いいえ」を選択してください。



ご注意ください!

- LINEアプリのポイントと応募ハガキのポイント(シール・自記)は合算できません。
(2つの合計で40ポイントとして応募することはできません。)
→LINEアプリか応募ハガキのいずれかの方法により、40ポイントを集めて応募してください。
- LINEアプリ、応募ハガキを組み合わせると1人合計3回まで応募できます。
(例：アプリで1回応募、ハガキ2通で応募、計3回など組み合わせはOK！)



LINEアプリや応募ハガキを利用して、自分に合った方法で40ポイントを目指しましょう♪ みなさんのご応募、お待ちしております!

問合せ先

魚津市健康センター 健康づくり係 TEL 0765-24-3999

メールアドレス kenko-center@city.uozu.lg.jp