

「選べるチケットプレゼントキャンペーン」のポイント一覧(令和8年9月作成)

	内容	各ポイント数
1 歩く	スマホを携帯して歩く	1日の歩数 2,000～4,999歩 200ポイント 5,000～7,999歩 300ポイント 8,000歩以上 500ポイント
	ウォーキングコースに参加 (アプリ内でコースを選択し、コースのスポットを巡る)	1コーススポット全達成 800ポイント ※月に1回再チャレンジ可能
2 行く・参加する	区内の「はつらつセンター」に来館(4か所)	300ポイント ※1日1回まで
	区内の「敬老館」に来館(6か所)	300ポイント ※1日1回まで
	区内の「街かどケアカフェ」に来館(9か所)	300ポイント ※1日1回まで
	区内の「図書館」に来館(12か所)	300ポイント ※1日1回まで
	「はつらつシニアクラブ(体力測定等)」に参加	400ポイント ※1日1回まで
	「フロ・マエ・フィットネス」に参加	400ポイント ※1日1回まで
3 アプリを活用	アプリを開く	100ポイント ※1日1回まで
	アプリ内の「あなたの改善ミッション」を達成	200ポイント ※1日1回まで
	アプリ内のミッションにある動画、コラムを閲覧	200ポイント ※1日2回まで
	アプリ内のアンケートを回答 ※期限は2027.1.15まで	200ポイント ※期間中に2回まで
	アプリをご友人、家族等に紹介 ※期限は2027.1.15まで	それぞれに400ポイント ※紹介は3回まで