

10月1日
配信
スタート



新しい生活に挑戦しよう！ 健康的に年齢を重ねる生活習慣を

あるトクする健康アプリでポイント活道

何かしなきゃ……
何か始めなきゃ……
仕事や家事で忙しい。年齢を重ねることに動くことがおっくうになった。新しいことを始めようとしても、何を始めたらいいいのかと迷ってしまう……。

ふと周りを見渡しても、何か始めなければということはなさそう。それに、何かをやってみたいということもない。

お待たせしました
「ご案内が整いました」



役場健康づくり課 健康推進係 管理栄養士 築比地朋美

STEP 1 地域通貨「コハクペイ」を使えるようにしよう

町内限定で使える地域通貨「コハクペイ」。コハクペイには「アプリタイプ」と「カードタイプ」の2種類があってそれぞれ使い方が異なります。おうらてくてくアプリで貯まるポイントを「コハクペイ」に交換するためには「アプリタイプ」を使えるようにしましょう。



地域通貨アプリ「chiica」をインストール

STEP 2 “おうらてくてくアプリ”で記念ポイント

内容	P
初回登録(インストール) ※令和6年3月25日まで。	300

1円1分1秒で使える
アプリ配信スタート記念
アプリの初回インストールで、もれなく
300ポイントをプレゼント!!!
令和6年3月25日まで。

……さて、どうなることでしょうか……。老いの坂道を駆け足で下ることになってしまってもいいかもしれません。

健康的に年齢を重ねたいと思っても、何から始めたらいいかわからないと感じている人は多いのかもしれない。

ポイント付与内容(事業)

いろんな場面でポイントGETのチャンス

健(検)診ポイント		歩数ポイント		イベントポイント	
事業/健(検)診名	P	1日の歩数	P	内容	P
■健康診査 (特定健診・後期高齢者健診 生活習慣病健診など)	250	■2,000歩～	1	●各種健康教室・講演会、 イベントなど	50～ 100
■胸部レントゲン検診	50	■3,000歩～	2	■ウォーキングコース	
■大腸がん検診	50	■5,000歩～	3	①多々良沼公園	100
■胃がん検診 (バリウム・内視鏡)	50	■6,000歩～	4	②多々良沼公園	100
■前立腺がん検診	50	■8,000歩～	5	③おうら中央公園	100
■子宮頸がん検診	50				
■乳がん検診	50				
●肝炎ウイルス検査	50				
●胃がんリスク検診	50				
●骨粗しょう症検診	50				
●歯周病検診	50				
●特定保健指導 (ヘルスワン教室)	250				

体重入力ポイント

内容	P
■体重入力(1日1回)	1

ポイントを得るために、アプリを始めるという人も応援します。みんながポイ活始めましょう！

大公開



役場健康づくり課 健康推進係 保健師 篠村順子

参加費 無料

具体的な操作方法は次ページで

みんなが使えるようになるまで

STEP 3 「chiica」と「おうらてくてくアプリ」を連携

1円1分1秒で使えるようにするには
連携が不可欠

そーかい、そーかい
ならば、ならば



強い絆が結ばれる瞬間
新しい挑戦が始まる



※スマホおよびアプリ使用には通信料が発生します。通信料は、利用者負担です。

こうやったら、使えるようになる!

注)画面はいずれも開発中のイメージです。

スマホを見ながら歩くことは大変危険です。歩数やポイントの確認は安全な場所で行ってください。

STEP 1 チーカ「chiica」をインストール・登録する(すでに登録済みの人はSTEP2へ)。

1 chiica appのダウンロード。App StoreやGoogle Playからダウンロードする。

2 「初めての方はこちら」を押す。

3 電話番号と希望パスワードを入力して「次へ」。

4 利用規約を確認したら「利用規約に同意してSMS認証する」を押す。

ご利用のスマホにアプリをダウンロードする。ダウンロードできたら、スマホのホーム画面に表示されたアプリのアイコンを押して起動する。

「初めての方はこちら」を押す。

電話番号と希望パスワードを入力して「次へ」。

利用規約を確認したら「利用規約に同意してSMS認証する」を押す。

SMSで届いた4桁の番号を正しく入力するとアカウントが作成されます。

7 本登録手続きのためのメールが届く。

8 メールで届いた「認証コード」を入力して認証する。

9 ユーザー情報を最後まで入力して「次に進む」。

10 ログインIDとパスワードを入力して「ログイン」を押す。

本登録手続きのためのメールが届く。

メールで届いた「認証コード」を入力して認証する。

ユーザー情報を最後まで入力して「次に進む」。

ログインIDとパスワードを入力して「ログイン」を押す。

ここまでの設定でも「おうらてくてくアプリ」は使えます。

しかし、次のSTEP3【連携】を設定しないと、「おうらてくてくアプリ」で貯まったポイントをコハクペイに変換することができません。

ポイントをコハクペイに変換できるようにSTEP3【連携】まで設定しましょう。

STEP 2 「おうらてくてくアプリ(健康マイレージ)」をインストール・登録する。

1 初回起動時や権限が必要な場合に、以下の許可を求めるメッセージが表示されますので、「許可」を選んでください。

2 「新規登録」を押す。

3 「地域通貨連携」を押す。

4 chiiicaについての説明を確認し「連携する」を押す。

5 chiiicaの認証を行う。

6 完了したことを確認して「閉じる」を押す。

ご利用のスマホにアプリをダウンロードする。ダウンロードできたら、スマホのホーム画面に表示されたアプリのアイコンを押して起動する。

初回起動時や権限が必要な場合に、以下の許可を求めるメッセージが表示されますので、「許可」を選んでください。

iOSの場合

- 位置情報利用の許可
- 健康マイレージへのデータの読出しの許可
- ヘルスケア*1との連携の許可

Androidの場合

- ファイル、位置情報へのアクセス、写真や動画撮影の許可
- Google Fit*2との連携の許可

「新規登録」を押す。

「地域通貨連携」を押す。

chiiicaについての説明を確認し「連携する」を押す。

電話番号とSTEP1で設定したchiicaのパスワードを入力する。

完了したことを確認して「閉じる」を押す。

2 団体コードを入力する。

3 所属団体の選択。

4 参加についてのご注意。

5 歩数計測器の選択・仮メールの送信。

6 「メールアドレス」を入力して、仮メールを送信する。

団体コードを入力する。団体コードは4文字、オー・アル・イー・ティー orat (アルファベット小文字)です。

町内在住の人は、お住まいの行政区を選択する。町外在住の人は「町外(OOO)」を選択する。

内容を最後まで確認し、利用規約に同意する。

「スマホアプリ」を選択する。歩数計測には★1や★2といったスマホ本体の歩数計測機能との連携が必要です。

「メールアドレス」を入力して、仮メールを送信する。

「ポイント⇒コハクペイ」のルール

- 毎月5日に、先月末までに貯めた「てくてくポイント」がコハクペイに自動交換されます。
- 交換レートは1ポイント1円です。
- コハクペイへの交換は100ポイント単位です。100ポイント未満は交換されません。このポイントは、てくてくアプリ内に残ります。
- 交換されたコハクペイの有効期限は、交換された月が属する年度の翌年度末日です。交換されない「てくてくポイント」の期限はありません(アプリを削除した場合除く)。
- 虚偽の記録や不正な手段によりポイントの付与を受けた場合、当該ポイントの全部または一部を返還していただきます。

※本アプリは歩数計の動作に必要なセンサーが搭載されたAndroid・iOS端末のみ歩数計機能に対応しています。また、その機能を「許可」させておく必要があります。

※各機能(コンテンツ)については、機種やOSのバージョンによって利用条件や内容が異なります。また、画面表示も異なる場合があります。

※2023年9月19日時点の内容です。予告なく終了、変更になる場合があります。

おうらてくてくアプリガイド

