

# TAKAOKAアプリ

## 配信スタート!

市民の健康づくりや介護予防、  
生きがいづくり等を目的とした  
「TAKAOKAアプリ」が誕生しました!

- 身体機能の維持・改善のための「健康管理」、ボランティアや仕事、外出の促進による「生きがいづくり」と心身両面からの健康づくり、介護予防を図ることができる機能を搭載!
- 市公式ホームページの情報も簡単に確認可能!

**歩数、体重、  
血圧、健診結果等を  
管理**  
毎日の歩数などに応じて  
ポイントを貯めることができます!  
ポイントの活用方法については  
裏面を参照

**ボランティアや  
仕事の検索・応募など**  
高岡市ボランティアセンターや  
高岡市シルバー人材センター  
等で扱う案件を掲載!

**地域の教室や  
医療機関などを  
マップで検索**  
「地域の健康教室に参加したい!!」  
「歯科検診を受けたい!!」  
というときなどに!

**高岡市内の  
イベント  
カレンダーを確認**  
お出かけ・交流のきっかけ  
づくりに!

**高岡市公式  
ホームページの  
情報を確認**  
確認したいカテゴリーをタップ  
すれば関連のページを  
簡単に確認できます!

**高岡市からの  
お知らせ**  
TAKAOKAアプリ配信スタート! 初回利用時...

**高岡市からの  
お知らせ  
をお届け**

■アプリに関するお問合せ先  
高岡市長寿福祉課 ☎0766-20-1165

ダウンロードはこちらから

iPhoneはこちら→



Androidはこちら→



健康管理ポイントを  
貯めてみよう!

「TAKAOKAアプリ」では、毎日の歩数などに応じて付与される  
「健康管理ポイント」を貯めることができます!

- 毎日の歩数に応じて貯まるほか、健康診断結果の登録などでも貯めることができます!
- 「健康管理ポイント」を貯めれば、素敵な賞品が当たる抽選に応募できます!

### 健康管理ポイント活用のための初期設定

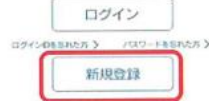
#### ①「健康マイレージ」のダウンロード

TAKAOKA アプリ内の「健康管理ポイント」のアイコンをタップすると自動的にダウンロードできるページに移動します。



#### ②「健康マイレージ」の新規登録

最初の画面に表示される「新規登録」ボタンをタップします。



#### ③「団体コード」の入力

団体コード「taka」を入力し、「次に進む」をタップします。



#### ④画面の表示に従って登録を完了

画面の表示に従って、「次に進む」「同意して次に進む」をタップして進めます。メールアドレスを入力後、「仮メールを送信」をタップします。届いたメールに記載されている認証コードを認証コード入力画面で入力します。ご自身の情報を入力し、最後に「この内容で送信する」をタップし、本登録手続き完了メールが届きます。

### ポイントの貯め方(例)

歩数ポイント	2,000~2,999歩	→ 2ポイント
	3,000~3,999歩	→ 3ポイント
	⋮	⋮
	9,000~9,999歩	→ 9ポイント
	10,000歩以上	→ 10ポイント

毎日の歩いた歩数に応じて  
**1日最大10ポイント**  
貯まります。

### 歩数送信ポイント

ホーム画面の“歩数送信”ボタンを1日1回は押して歩数を送信しましょう。ランダムで1又は2ポイントが貯まります。(1日1回まで)



### ポイントを貯めると

第1回抽選詳細(予定) **素敵な商品が当たる抽選に応募できます!**

対 象: 市内に住民票がある65歳以上の方  
申込方法: TAKAOKAアプリからの申し込み  
※500ポイントにつき1口(最大4口まで)  
※選択できる商品は1種類(1つの賞品に複数口応募可能)  
※2024/9/10(火)までに貯めたポイントで応募可能  
賞 品: 右表のとおり



賞品	内容	数量
A賞	磯はなび平日ペア宿泊券	3本
B賞	高岡育ちの越中万葉牛 1kg	5本
C賞	全国共通お食事券 5,000円分	10本
D賞	越中高岡 万葉米 (万葉米 5kg・万葉ごはん 12個セット)	22本
E賞	市内銭湯めぐり券 (入浴券4枚)	70本
D賞	市内スーパー銭湯ペア券 (入浴券2枚)	90本