



令和2年4月21日

## 歩いて元気! 「いせ健幸ポイント」 令和2年度(4期生)の参加者を募集

市では、ウォーキングやスポーツを通じた健康増進を広く推進し、市民の皆さんの健康寿命の延伸と介護予防を図るため、平成28年度から「いせ健幸ポイント事業」を実施しています。

新型コロナウイルス感染症拡大防止のために、外出することが少なくなっていますが、お一人や限られた人数で一定距離を保って行うウォーキングなどは感染リスクが低く、日々の健康を維持するために有効です。

この事業では、ウォーキングなどの健康づくりの成果に対し、商品券などと交換できるポイントを付与することで、運動の無関心層を含む多くの皆さんの運動・健康づくりの開始と継続を促しています。

本年度は、対象年齢を40歳以上から30歳以上に拡大し、ICTを活用した活動に絞ってポイントを付与します。

また、使用する機器をご自分のスマートフォンとし、各自で必要な設定を行った後、取り組みを開始します。



### 参加者(4期生)を募集します

リニューアルした健幸ポイント事業参加者の募集を行います。  
本年度は、スマートフォンアプリを使って取り組みます。

- ・ 対 象 : 30歳以上の市民(令和2年度に30歳になる人を含む)
- ・ 定 員 : 1,000人(応募者多数の場合は抽選)
- ・ 参 加 費 : 無料
- ・ 応募期間 : 5月18日(月)~6月12日(金)
- ・ 取組期間 : 令和2年7月~令和3年12月(2カ年度)
- ・ 応募方法 : 応募期間中に市のホームページに掲載される応募ページに必要事項などを入力し、送信する。