

健康づくりで  ポイントゲット!

健康チャレンジ

ポイント付与期間 令和5年10月1日(日)～令和6年1月31日(水)

1 参加対象は
申し込みの時点で
18歳以上の
江東区に
住民登録のある方

2 参加方法は
スマホ
アプリで
お申し込み!



3 募集人数は
先着
1,400名
※定員に達し次第、受付終了となります。

4 ウォーキングで
ポイント貯めて抽選で
**商品券等が
当たる!**
※写真はイメージです。



大好評
につき
今年も
開催!

参加費
無料

令和5年
9月15日(金)
9時 受付開始

KOTO WALKING MAP
江東区ウォーキングマップを
片手に江東区の名所を
歩いてみませんか?
さらにポイントが
たまります。

江東区観光キャラクター
コトミちゃん

こうとう
健康チャレンジ
説明会を
開催します。

要予約

日	時	開催	会場	定員
9月27日(水)	各日2回 ①10:30~ ②13:30~	江東区文化センター 江東区東陽4-11-3	3階 第1・2研修室	各日 20名×2回
9月28日(木)				
9月29日(金)				
9月30日(土)				
10月1日(日)				

こうとう健康チャレンジの詳細な内容やアプリの使い方を説明します!

- 説明会の参加には下記コールセンターでのご予約が必要となります。●必ずアプリのダウンロード及び登録を完了のうえ、ご参加ください。
- 令和4年度に既に参加登録済みの方は引き続き参加できます。●ご予約後の変更・キャンセルはご予約日の前日(土日参加希望の場合は金曜日)までの受付となります。

■お問い合わせ



スポーツと人情が熱いまち
江東区

江東区保健所健康推進課がん対策・地域医療連携係
〒135-0016 江東区東陽2-1-1

[こうとう健康チャレンジ事務局] TEL.03-6626-3476
受付時間：平日9:00～17:00(土・日・祝日・年末年始はお休み)

詳細はこちら▼





「こうとう健康チャレンジ」参加の流れ



STEP 1

9月15日(金)9時受付開始 (定員に達し次第、受付終了となります。)

参加お申込み!

下記QRコードから
(健康マイレージ)アプリをダウンロード!



●iPhoneは米国及び他の国々で登録されたApple inc.の商標です。●App storeはApple inc.のサービスマークです。
●Google PlayおよびGoogle Playロゴは、Google LLCの商標です。



手順にそって
登録者情報を入力。
団体コード
koto (半角英数字)を入力

スマホアプリの動作対象
及び対応機種一覧は、
右記QRコード
よりご確認ください。



「ドコモショップ」が **docomo**
サポートします。 (実施時期(9月・10月))

ドコモショップ登録サポート

- ・アプリのインストール
- ・参加申込みの登録サポート
- ・アプリ操作等利用方法等の簡易説明



事前に下記店舗にお電話の上、ご来店ください。

江東区内「ドコモショップ」

- ららぽーと豊洲店 ●有明ガーデン店 ●イオン南砂店
- 亀戸店 ●木場店 ●東陽町店 ●西大島店 ●森下駅前店
- 門前仲町店

ドコモ以外のキャリアの方でも登録サポートをご利用いただけます。

STEP 2

様々なポイントを獲得!

毎日の健康活動でポイントが貯まります。



アプリの
「歩数送信ボタン」
を押して歩数を送信!

こまめな歩数の送信をお願いします
(歩数データは42日前迄しか送れません)。

●ウォーキングポイント

1日の歩数	ポイント
2,000~3,999	1
4,000~5,999	2
6,000~7,999	3
8,000~9,999	4
10,000以上	5

●歩数送信ポイント

内容	ポイント
1回(1日)	1

●アンケートポイント

内容	ポイント
2回(事前・事後)	各30

●健診(検診)ポイント

内容	ポイント
特定健診・がん検診、 他各種(人間ドック、 社内健診等)	30

※アンケートにて自己申告
いただきます。

●イベントポイント

内容	ポイント
各種イベント参加にて	10~

●体重入力ポイント

内容	ポイント
1回(1日)	1

300ポイント達成すると自動参加となります。申し込みは不要です。

STEP 3

貯まったポイントで抽選に参加!

「江東区内共通商品券」や「コトミちゃんグッズ」を抽選でプレゼント!

江東区内共通商品券

2,000円分 × 70名

1,000円分 × 400名

500円分 × 500名



※写真はイメージです。

各種コトミちゃんグッズ



※写真はイメージです。

※商品の数に限りがございます。なくなり次第、終了とさせていただきます。

※商品の種類は発送をもって代えさせていただきます。

※住所登録は景品発送に利用しますので、正確に入力願います。

