

新・健幸ポイント事業【ポイントルール】R7.9.1～

- 参加期間中の1日の平均歩数が、下表の範囲にある場合、対応するポイントが付与されます。
- ①旧事業からの継続参加者の場合、ポイント対象を9月1日からとします。➡【例1】
 - ②活動量計やスマートフォンアプリの不具合等により、歩数データがない日も対象日数に含みます。
 - ③新規参加者の場合のポイント対象開始日は、基本的に活動量計もしくはヘルスプラネットワークを使い始めた日（参加申込日）の翌日です。➡【例2】
 - ④体組成測定のポイントはありません。
 - ⑤1ポイント=1円で交換します。
 - ⑥当該年度の3月末の年齢を基準とします。
- 下表を参考とし、ご自身でポイントをご確認ください。

月		9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
		<div>ポイント対象期間</div> <div>対象日数153日（9月1日～1月31日）</div>					ポイント対象外	
各月の総歩数を合計し算出してください。		()歩	()歩	()歩	()歩	()歩	歩数データ申告	商品券受取
		期間中合計（ ）歩 ÷（ ）日 =（ ）歩/日（ ）ポイント						
継続参加	【例1】 Aさん 72歳	176,555歩	154,374歩	191,120歩	186,723歩	179,812歩		
		期間中合計 888,584歩 ÷ 153日 = 5,808歩/日（四捨五入） 2,000ポイント						
新規参加	【例2】 Cさん 62歳		105,450歩	220,896歩	211,007歩	186,221歩		
		期間中合計 723,574歩 ÷ 109日 = 6,638歩/日（四捨五入） 1,500ポイント （※ポイント対象開始日10月15日～1月31日）						

【各月の総歩数の見方】

11:10	4G
データを見る	
10/1(水) (目標:5000歩)	歩数 6364歩 歩数消費カロリー -kcal 歩行時間 61分
2025年09月	176555歩 5886歩/日
9/30(火) (目標:5000歩)	歩数 8344歩 歩数消費カロリー -kcal 歩行時間 80分
9/29(月) (目標:5000歩)	歩数 6281歩 歩数消費カロリー -kcal 歩行時間 63分
9/28(日)	歩数 2293歩 歩数消費カロリー -kcal 歩行時間 23分
9/27(土) (目標:5000歩)	歩数 8554歩 歩数消費カロリー -kcal 歩行時間 88分
9/26(金)	歩数 4907歩 歩数消費カロリー -kcal 歩行時間 48分
9/25(木) (目標:5000歩)	歩数 5247歩 歩数消費カロリー -kcal 歩行時間 51分
9/24(水) (目標:5000歩)	歩数 6472歩 歩数消費カロリー -kcal 歩行時間 62分
9/23(火)	歩数 4918歩 歩数消費カロリー -kcal 歩行時間 44分

【ポイントルール表】 単位：ポイント

参加期間中の1日の平均歩数	20歳～64歳	65歳以上
4,000～4,499歩	ポイントなし	500
4,500～4,999歩	ポイントなし	1,000
5,000～5,499歩	500	1,500
5,500～5,999歩	500	2,000 【例1】
6,000～6,499歩	1,000	2,500
6,500～6,999歩	1,500 【例2】	3,000
7,000～7,499歩	2,000	3,500
7,500～7,999歩	2,500	4,000
8,000～8,499歩	3,000	4,500
8,500～8,999歩	3,500	5,000
9,000～9,499歩	4,000	5,000
9,500～9,999歩	4,500	5,000
10,000歩以上	5,000	5,000