

# かこがわ ウェルネスチャレンジ

2026

健康づくりに取組んで、ポイントを貯めて賞品をGETしよう！

～あなたの健康づくりを応援します～

参加無料  
先着 850 名




対象 ▶ 18 歳以上の  
加古川市に在住・在勤・在学の人

申込期間 ▶ 2026 年  
5 月 1 日(金)～12 月 31 日(木)

おすすめポイント！

- ★**早めの登録**でたくさんポイントが貯まる
- ★LINE で定期的に、健康情報が受け取れる
- ★ポイントを貯めると、賞品と交換できる

## 今年度の健康目標

-  **動く** : 今よりも1日 10 分多く、身体を動かす
-  **食べる** : 朝・昼・夕食の 3 食で野菜を食べる
-  **休む** : 質の良い睡眠をとる

LINE 公式アカウントと友だちになろう！

STEP  
01

### 登録(友だち追加)



二次元コードを読み取り、  
ホームページから友だち追加

STEP  
02

### ポイントを貯める

- ★毎月の取組報告  
(アンケート回答)
- ★健診受診
- ★対象事業への参加  
など

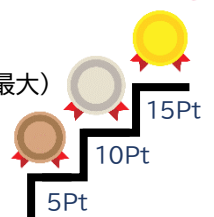
STEP  
03

### ポイントを交換する

ポイント数に応じた  
賞品と交換

(合計)

- ・15 ポイント(最大)
- ・10 ポイント
- ・5 ポイント



先着順

# 参加方法

① 表面の二次元コードを読み取り、市ホームページから友だち追加

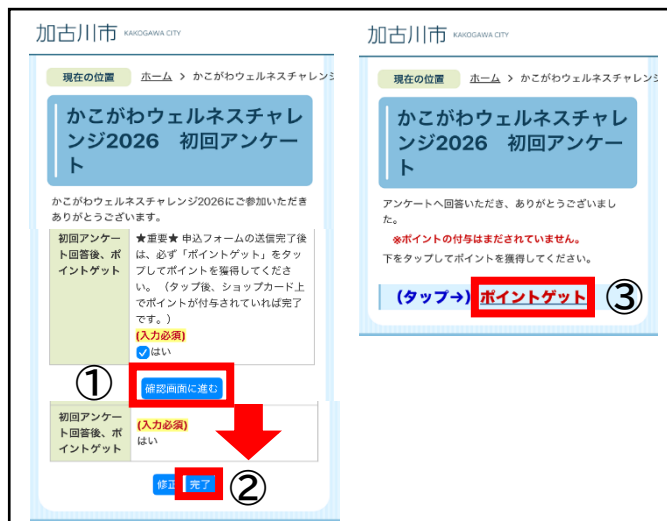
② 自動応答メッセージ内のリンクから初回アンケートへ回答

③ 回答完了後、切り替わった画面のポイントゲットをタップ  
※自動で画面が切り替わり、1ポイント付与されます



ここをクリックし、  
初回アンケートへ回答しよう

「ポイントカード」をクリックし、  
ポイントカードを取得しよう  
※アンケート回答後でも取得できます。



# ポイント付与条件



1ポイント/回

## ★友だち紹介

※紹介は1人2名まで

## ★アンケート報告

- ・初回アンケート(1人1回)
- ・毎月の取組報告(各月1人1回)
- ・最終アンケート(1人1回)



2ポイント/回

## ★対象講座への参加

- ・健康づくり講座
- ・健康フェスタ
- ・ゲートキーパー養成講座
- ・食育フェスタ
- ・スポーツカーニバル
- ・ツーデーマーチ など

くわしくはこちら↓



ポイントカード(見本)



# 注意事項

- ※1 ポイントカードの有効期限は(仕様上、有効期限なしと表示されますが) **2027年3月31日まで**です。
- ※2 賞品引換期間は、**2027年1月4日(月)～3月31日(水)**までです。
- ※3 取得ポイント数に限らず、賞品の引換えは、賞品引換期間内 **1人1回限り**です。
- ※4 ポイントの取得は、**1日1回限り**です。  
同じ日に、複数の条件を満たした場合でも、どちらかのポイントしか取得できません。  
複数の条件を満たす場合は、それぞれ別日に条件を達成してください。
- ※5 市の他事業のポイント(ウェルビーポイント等)との重複取得はできません。
- ※6 虚偽の報告や不正により取得したポイントは無効となります。