



全員に
当たる!

サクッと、ポイ活 健康と特典をGET!!

スマホ1つ、5分だけ
ちょっと試しに
やってみよ～や



上島町健康ポイントを1,000ポイント貯めて

1,000円分のデジタルギフト等と
交換できる抽選に応募しよう!

ポイントの貯め方

- kencom新規登録(本人確認) **100pt/1回限り**
- アプリにログイン **1pt/日**
- 食事記録(写真から自動栄養分析) **1pt/回**
- 体重、血圧、睡眠などの記録 **各1pt/日**
- 行動メニュー(自分で選んだ目標)を達成する **各2pt/日**
- 4,000歩以上歩く **4pt/日**
- 5,000歩以上歩く **5pt/日**
- 6,000歩以上歩く **6pt/日**
- 7,000歩以上歩く **7pt/日**
- 8,000歩以上歩く **8pt/日**
- 健診(職場健診や人間ドック含)受診や各種健康教室参加 **100pt/回** など



「健康の見える化」で、やっているが実感できる!
おまけにポイントがつき、楽しいイベントやボーナスポイントGETのチャンスもあるよ!



ケンコム
**kencomは
どんなアプリ?**



デジタルマップで
ウォーキングコースが見られる



将来の生活習慣病発症リスクの
予測ができる



ウォーキングイベント等が
楽しめる



健康づくりに
役立つ記事が読める

詳細は
愛媛県HPへ



登録
無料

「アプリ登録方法」は裏面をチェック

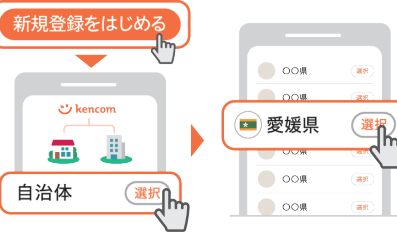
kencom(ケンコム)の登録方法



1 スマートフォンで二次元コードを読み取りkencomアプリをダウンロードし起動



2 新規登録をはじめると選択画面で「自治体」を選択、一覧から「愛媛県」を選び登録



3 アカウント作成に進みメールアドレスとパスワードを設定後、認証用メールを送信、登録したメールに届くワンタイムパスワードを入力し認証完了



4 重要 本人確認・二要素認証設定の方法

※アプリ登録後、ポイント利用やウォーキングイベントの参加には、マイナ保険証や運転免許証などの情報による本人確認が必要になります。令和6年8月までにアプリを登録済の方は「本人確認」手続きは不要です。※愛媛県の国民健康保険に加入されている方と、それ以外の保険(例:後期高齢者や会社の健康保険等)に加入されている方で、登録方法が異なります。詳しくは愛媛県のHPをご確認ください。

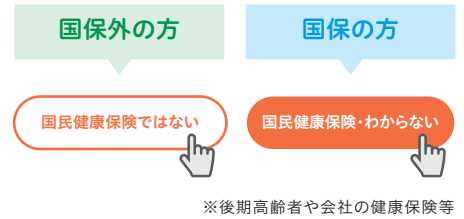
1 メニュータブを押し「愛媛県」→「本人確認」を選択



本人確認に必要なもの

- 国保外の方
 - 写真付書類(運転免許証やマイナンバーカードなど)
 - 顔写真の撮影
- 国保の方
 - 国民健康保険の資格情報

2 国保外*の方は「国民健康保険ではない」国保の方は「国民健康保険・わからない」ボタンを選択



※後期高齢者や会社の健康保険等

3 国保外の方は本人確認書類を選んで撮影したあと、ご自身の顔写真を撮影
国保の方は「保険者番号」「記号・番号」「氏名」「生年月日」を入力



4 「本人確認が完了しました」と表示されれば完了
完了すると「本人確認済み」ラベルが表示される



5 「セキュリティを強化しよう」バナーを押し二要素認証設定を行う



歩数自動連携方法

1 カラダタブを押しカラダの記録欄の「設定」ボタンを選択



2 連携させたい項目を選択

- | Android | iPhone |
|---------|--------|
| ヘルスコネクト | ヘルスケア |
| Fitbit | Fitbit |

※上記アプリがダウンロードされていない場合は別途ダウンロードが必要です。

アプリに関するお問い合わせ

kencomお客様サポート
050-3174-4916
(平日午前9時半～午後5時半まで)
※通話料がかかります。

事業に関するお問い合わせ

愛媛県健康増進課
089-912-2400
(平日午前9時～午後5時まで)
※通話料がかかります。

健康ポイントに関するお問い合わせ

上島町健康推進課
0897-74-0911
(平日午前8時30分～午後5時15分まで)
※通話料がかかります。