

令和8年度しらたか健紅ウェルネスポイント事業 ポイント付与一覧表

R8.6.15時点

項目		ポイント数	
継続・入会時ボーナス ポイント	継続するとポイント付与(前年度からの継続者)	200	
	早期入会するとポイント付与(7月末まで)	200	
	入会するとポイント付与(8月以降)	100	
毎日歩数ポイント 	65歳未満(男女)	8,000歩以上	20
		7,000～7,999歩	15
		6,000～6,999歩	10
		5,000～5,999歩	5
		4,000～4,999歩	2
	65歳以上(男女)	3,000～3,999歩	1
		6,000歩数以上	20
		5,000～5,999歩	15
		4,000～4,999歩	10
		3,000～3,999歩	5
2,000～2,999歩	2		
1,000～1,999歩	1		
体組成計測定ポイント	体組成計の測定するとポイント付与(月4回まで)	1回	30
ヘルスプラネット (HealthPlanet) ログインポイント	ログインするとポイント付与 (1日1回まで)	1回	1
アンケートポイント	アンケート回答でポイント付与 (事前・事後・その他)	1回	100
健診ポイント	健診を受け、AI解析をしたら (ミライフ)	1回	200
施設利用ポイント 	健康福祉センター(しらたかまるん)トレーニングルーム を利用したらポイント付与(週3回まで)	1回	10
	健康福祉センター(しらたかまるん)町民交流(カフェ)ス ペースを利用したらポイント付与(週3回まで)	1回	10
友達紹介ポイント	友達を紹介したらポイント付与 (最大5人まで)	1回	30
アプリ閲覧ポイント	タニタ食堂レシビ、タニタ健康コラム、健康ショートドラ マの閲覧でポイント付与(1日1回まで)	各1ずつ	1
ウェルネスボーナスポイント	町の各種ボーナスイベントに参加したらポイント付与	1回	10～
ウォーキングラリーポイント	ウォーキングラリーゴールで ポイント付与	1回	200
個別登録会・事業説明会 参加ポイント	参加したらポイント付与	1回	30
健康セミナー参加	タニタ健康セミナーに参加したら ポイント付与	1回	50
献血ポイント	献血に参加したらポイント付与	1回	100
健康イベント・講演会 参加ポイント	イベント(健康まつり等)や各種講演会、その他健康づく り事業等への参加などでポイント付与	1回	10～
ボランティアポイント	町が指定するボランティア等に関連する活動に参加した らポイント付与	1回	10～
運動や健康教室への 参加ポイント 	町が指定した運動・健康教室に参加したらポイント付与 《対象》 ・運動で自分磨きプログラム ・元氣わくわく教室 ・ごきげんプログラム(各種教室) ・ゆめスポしらたかRO*KU実施の教室 (シニアのリズム体操・筋活ピラティス・背骨コンディショ ニング教室・美姿勢エクササイズ・チェアエクササイズ・ゆ るトシ教室) ※アプリでのポイント付与のみ	1回	5

※都度、追加や修正を行う場合があります