

ふくおか健康ポイントアプリ

スマホで健康アプリを活用しよう

スマートフォンやタブレットで利用できます



▶お問い合わせ 健康づくり係
(☎223局3533)

★ふくおか健康ポイントアプリって？

- 体重や血圧を記録し、毎日の変化をグラフで確認できます。
- 歩数をカウントし、歩いた距離、消費カロリーがわかります。
- 目標歩数を設定し、達成状況が確認できます。
- そのほかにも県内、町内ランキングなどを見ることができます。自分でグループを作ることのできるの仲間内で競うこともできます。

★健康ポイントって？

- 体重や血圧などの健康記録の入力や歩数に応じてポイントが貯まります。
- 健康教室や健康イベントへの参加でもポイントが貯まります。
- ポイントが貯まると不定期で実施されている抽せんに参加できたり、協力店でのサービスをうけたりすることができます。

今日の歩数と目標歩数を比較！

歩いた距離・消費カロリーを自動計算！

ポイントを貯めて健康に！

獲得ポイントが一目でわかる！



★アプリのダウンロードはこちらから



- ①App StoreまたはGoogle Playから「ふくおか健康ポイントアプリ」をダウンロードします。
- ②アプリを起動し、メッセージに従って、ニックネーム/メールアドレス/お住まいの市町村などを入力または選択してください。
※動作環境/【android】Android4.3以上、【iPhone】iPhone5S以上かつiOS9以上

★プレビュー画面



★サービスや特典の詳しい内容は こちらから



もっとくわしく
アプリ紹介サイトは
こちらから

芦屋町人権・同和教育研究協議会



いろいろな人がいたっていい

山鹿小学校5年 鳥海 うらら

私は、いろいろな人がいていいと思う。勉強が好きな人もいるし、きれいな人もいる。私の弟は、とび箱が上手で、私は得意ではない。私は、鉄ぼうができて、弟は得意ではない。弟は、とび箱が上手だから、私に教えることができる。私は、鉄ぼうが得意だから、弟に教えることができる。得意、不得意があるから、そういうことができる。私は、人それぞれでいいと思う。

授業で、いろいろな意見が出たとき、私はおもしろいと思う。自分と同じ意見を聞くと、不安がなくなって、自分の考えに自信がもてる。自分とはちがう意見を聞くと、「それもいいな。そんな考えもあるのか」と思う。授業が広がっておもしろい。

でも、考えのちがいで差別がおきることもある。なぜ、差別がおきるのか不思議に思う。いじめもほとんど同じだ。差別やいじめがなくなると、とてもきれいな世界になると思う。だから、私はきれいな世界になるように困っている人を助けたり、いろいろな意見に耳をかたむけたりするようにしている。たとえば、自分とちがう考えの人と出会ったとしても「ちがう」と初めから決めつけたりせずに、「そういう考えもある」と受け入れることができるのではないかと思う。このことが、みんなにも広がってほしいと思う。

社会には、いろいろな人がいる。男の子が男の子を、女の子が女の子を好きになることもある。自分の性別と反対に生きる人もいる。恋をしない人もいる。こういう人もいいなと思う。自分の好きなように生きることができたらいいなと思う。でも、それをじゃまする人がいる。それはおかしいと思う。私は、まわりの人の考えを聞くことも、自分の考えも大切にしながら、自分が思うように生きたいと思う。社会のみんながそんなふう生きられるといいと思う。

※この記事は、町内の小中学生が「人権」をテーマに作成した作文で、提出された作文の中から芦屋町人権・同和教育研究協議会が選考したものを掲載しています。

▷問い合わせ 社会教育係 (☎223局3546)

検索



ふくおか健康ポイントアプリ

Pastem Solutions, Ltd.

開く



★ 芦屋町は県内で肥満率、糖尿病有病者数がトップクラスです。

【芦屋町の現状】

BMI 25以上の人の割合
(令和元年度 特定健診法定報告より)

芦屋町	30.6%
遠賀町	28.1%
水巻町	27.0%
岡垣町	23.6%
福岡県	26.4%

※BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m) で計算し 25 以上は肥満

HbA1c 6.5%以上の人の割合
(令和元年度 特定健診法定報告より)

芦屋町	18.3%
遠賀町	15.4%
水巻町	13.5%
岡垣町	13.1%
福岡県	10.9%

※HbA1c = 1、2カ月の平均血糖値をあらわし、6.5%以上は糖尿病の疑いあり

一人ひとりが日々の運動や食生活の改善、健（検）診の受診などの健康づくりに、積極的に楽しみながら継続して取り組んでいけるよう、「ふくおか健康ポイントアプリ」を活用して「健幸な町あしや」を目指しましょう。