



# 茨城県公式アプリ

スマートフォンであなたの健康をサポートします

# 元気アップ!りいばらき



健康づくり  
活動がアプリで  
ポイントに!!

ダウンロードは  
無料!

※抽選対象者は  
18歳以上の県民

貯まった  
ポイントで  
景品当選の  
チャンス!!

## 多彩なアプリ機能を実装!

### 歩数ランキング



同年代、  
お住まいの地域、  
職場の人たちと  
競争!



### マイデータ管理



体重や血圧  
など記録した  
データを  
グラフで確認!



### 美味しおスタイル指定店



適塩メニュー等を  
提供するお店を  
掲載!



茨ひより(茨城県公認Vtuber)



元気アップ!りいばらき

元気アップ!りいばらき

検索

iPhone版



Android版



# ポイントメニュー

4つの活動で  
ポイント獲得!



4つの活動区分に応じてポイントを獲得できます。

※貯めたポイントは毎年12月31日まで有効、翌年1月1日にリセットされます。

## 運動



- ウォーキング
- ウォーキングコース
- ランニング
- サイクリング
- サイクリング  
スタンプラリー
- 体操

## コミュニケーション



- イベント(社会参加)
- 交流

## 食生活



- 野菜摂取
- 適塩

## 健康



- 健診(人間ドッグ、定期健康診断)
- がん検診
- 歯科健診
- 特定保健指導
- 体重
- 血圧
- 禁煙
- イベント(健康)

※その他にもボーナスポイントがもらえるイベントも随時開催予定

# 景品プログラム

景品応募チャンスは  
年2回!



「元気アップ!りいばらき」ではポイント数に応じたランクごとに設定されています。

ブロンズランク獲得から景品応募ができ、到達したランクによって応募できる景品が変わります。

ランク	到達条件	景品内容
 <b>ゴールド</b>	8000P	県産品等 5,000～10,000円相当 (例 常陸牛焼肉小箱など)
 <b>シルバー</b>	5000P	各種景品 3,000～5,000円相当 (例 あんこう鍋セット、血圧計など)
 <b>ブロンズ</b>	1000P	クオカードなど 500円相当

●お問い合わせ先はコールセンター

 **0570-077-122**

受付時間/9:00～18:00(12/29～1/5を除く) ※サービス名は「元気アップ!りいばらき」とお伝えください。



茨城県

詳しい情報は HP まで



<https://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/chofuku/kenkou/healthcare/healthcare-top.html>