

せんだい My Health Log

～じぶんの「カコ・イマ・ミライ」を手のひらに!～

With

目指せ
1日
6,000歩!

アプリでアールークキャンペーン
アルキャン



せんだい My Health Log 期間限定企画

せんだい My Health Log とは

自分の健康に関する情報(PHR)をアプリで手軽に取得し、ヘルスデータやライフログ等が見える化しながら楽しく効果的に健康づくりに役立てるような仕組み・仕掛けに取り組むプロジェクトです。期間限定で、特徴の異なる3つのアプリをお試しいただけます。自分に合ったものをセレクトしてもよし! 3つを使い比べてもよし! あなたの「カコ・イマ・ミライ」のヘルスデータを見られるアプリを体験してみてください。

PHR(パーソナルヘルスレコード):個人の健康、医療、介護等に関するデータ



かんたん!たのしい!うれしい!「PHR:パーソナルヘルスレコード」をみましょう!

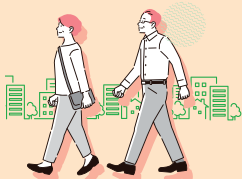


健康管理アプリ
カロミル

かんたん!食べる前に
スマホで撮って持ち歩くだけ!

食事をスマホで撮影するとAIで栄養素を自動解析。歩数はヘルスケア、GoogleFit、Garmin、Fitbitと連携可。かんたん記録で3ヶ月後の体重予測とアドバイスをフィードバック。

利用期間 2024.8.1(木)～2025.2.28(金)



アプリに関するお問合せ
NTT東日本
大和電設工業株式会社
Mail ddk_sendaiPHR@ddk.co.jp



HealthPlanet
ヘルスプラネット

はかった歩数で世界旅行!
バーチャルウォーキングラリー!

歩数に応じてバーチャル空間で名所巡りができるほか、健診結果等をもとに将来の健康リスクや生活習慣の改善方法が確認できます。

利用期間 2024.10.7(月)～2025.2.28(金)

団体コード **sendai24**

※必ず団体コードを入力し、ご登録ください。すでに会員登録済みの方の参加登録方法は、アプリ内通知します。



iOS



Android

アプリに関するお問合せ
株式会社タニタヘルスリンク カスタマーサポート
TEL 0120-771-015
Mail customer-support@healthlink.co.jp
(平日午前9時～午後6時 ※土・日・祝日・夏季休暇・年末年始を除く)



デジタル健康手帳

手軽に健診結果予測
シミュレーション!

健診結果等の健康データを記録・管理でき、検査値の将来予測と効果的な生活改善アドバイスが受けられます。

利用期間 2024.11.1(金)開始予定～
2025.2.28(金)

※アプリでアールークキャンペーンの対象外です。



アプリに関するお問合せ
NECソリューションイノベータ株式会社
仙台市PHR利活用実証・デジタル健康手帳
問合せ窓口
Mail phr_sendai@nes.jp.nec.com

プレゼント抽選対象期間

2024.12.1(日)～2024.12.31(火)

プレゼント抽選対象期間

2024.10.7(月)～2025.1.31(金)

せんだい My Health Log 期間限定企画 & アプリでアールークキャンペーンに参加して抽選で

地域通貨プレゼント!

目標歩数の達成やアプリの利用でプレゼントの抽選対象となります。当選者には2月頃メール又はアプリ内にてお知らせします。地域通貨は、仙台市内の対象店舗で利用できます。※対象は、カロミルと HealthPlanet です。



利用できるのは仙台市民で
登録にはマイナンバーカードが
必要です

せんだい My Health Log を使った、アプリでアールークキャンペーンの参加方法は、裏面へ

アプリでアルークキャンペーン、アルキャン概要

仙台市民または仙台市内の在勤者を対象に、歩くことで身体活動量を増やし、健康的な習慣づくりを目指すキャンペーンです。
 仙台市民の1日の平均歩数は男性4,719歩、女性4,342歩ととても少ない状況です(R3年度 市民意識調査20～69歳)。
 本キャンペーンの1日の目標歩数6,000歩以上を歩くためには、1日約15分(約1,500歩)多く歩いてみましょう。

01

2024.10.7(月)～2024.11.30(土)

HealthPlanetでチャレンジ ヘルスプラネット

歩いてめぐってパリの旅

アプリを使ってバーチャルウォーキングラリー。パリを舞台に1日6,000歩以上歩きポイントをつまみながらゴールを目指します。



iOS



Android



参加方法

健康管理アプリ「HealthPlanet」をインストールし「新規会員登録」から団体コード「sendai24」を入力

お客様情報登録

歩いてポイントをためよう

※データ反映のため10日に1回歩数データの送信が必要になります。(データ送信方法は、アプリ内掲載のマニュアルよりご確認ください。)
 ※送信された歩数データは翌午前6時に集計を行い、反映されます。

02

2024.12.1(日)～2024.12.31(火)

カロミルでチャレンジ

食べて歩いてヘルスケア

アプリを使って歩数をかんたん記録。1日6,000歩以上を目標にウォーキング。1ヶ月総歩数186,000歩を目指そう。



参加方法

健康管理アプリ「カロミル」をインストール

お客様情報登録

カロミルWell-beingに連携

歩いて歩数を確認しよう

※データ取得のため週1回のアプリの起動が必要です。

03

2025.1.1(水)～2025.1.31(金)

HealthPlanetでチャレンジ ヘルスプラネット

歩いて暖かいグアムの旅

アプリを使ってバーチャルウォーキングラリー。グアムを舞台に1日6,000歩以上歩きポイントをつまみながらゴールを目指します。



iOS



Android



参加方法

第1弾「パリの旅」へご参加いただいている方は同一IDでご参加いただけます。

健康管理アプリ「HealthPlanet」をインストールし「新規会員登録」から団体コード「sendai24」を入力

お客様情報登録

歩いてポイントをためよう

※データ反映のため10日に1回歩数データの送信が必要になります。(データ送信方法は、アプリ内掲載のマニュアルよりご確認ください。)
 ※送信された歩数データは翌午前6時に集計を行い、反映されます。

その他の事項

- アプリのインストールは無料です。利用にかかる通信料は参加者様のご負担となります。
- 「HealthPlanet」は、プレゼント抽選対象期間を通してウォーキングポイントや各種ヘルスケアポイントをためることで、プレゼントの抽選に応募できます。「カロミル」は、プレゼント抽選対象期間の1ヶ月総歩数186,000歩以上達成した方の中から抽選でプレゼントが当たります。詳しくは、利用アプリ内でお知らせします。
- 終了後アンケートにご協力ください。
- 登録時のメールアドレスに誤りがあると抽選結果が送付されませんのでご注意ください。

主催

仙台市 健康福祉局 健康政策課

アルーク仙台

アルークワーク仙台サイト

お問い合わせ

info@aru-kuworksendai.jp

https://aru-kuworksendai.jp/campaign2024/

