



ある うわじま歩ポ

VOL.3

私も、参加しています！「うわじま歩ポ」



「うわじま歩ポ」の会員登録数は、2,500人を超えました。クーポンや歩ポイント達成券を受け取った人も、増えています。今回は、参加者の皆さんの声を紹介します。

このアプリをきっかけにスマホに替え、今では「歩ポ病」(笑)に！毎日8,000歩を目指して頑張っています。最高は6位！このままキープしたいなあ～
「ありがとう☆商店街☆」黒田さん

草刈りや剪定など毎日の農業の仕事で1万～1万5,000歩歩いて、自然にポイントが貯まっています。仕事だけでこんなに歩いているのには驚き！ランキングも楽しみです。これからも無理をせずからだを動かしていきます。「みかん」

歩くことを意識するようになりました。闘牛を育てたり、ランキングを競ったりと楽しく、これまで近い距離でも車を利用していましたが、今は意識的に歩いています。老後のための「筋力貯金」にとっても役立っています♪ 「ラリリ」

ポイントだけでなく、闘牛が成長するのも楽しみです。キュート牛の仔牛が前頭になり、角が生えてきました！今では小結に。関脇になるのが楽しみです。歩ポは、「元気とやる気」のスイッチです。「こん」



楽しみながら健康になれる！と実感。歩ポは無理なくダイエットと健康管理ができるので気に入っています。胸ポケットにスマホを入れるだけで、毎日の運動も管理でき便利です。またランキングは、職場の同僚たちと毎朝の話題になり、連帯感もうまれ、大変盛り上がっています。達成券交換が楽しみです。「ハジメ」

「歩けば貯まる健康ポイント」のうたい文句に誘われて主人と2人で参加登録しました。歩くことは好きですが、歩数の多さにびっくり！無理をせず、健やかな老後を目指して楽しく健康貯金を増やしていきます。「濱田ご夫妻」

■「うわじま歩ポ」に会員登録して、クーポンや歩ポイント達成券を入手しよう！

- 【アプリで歩ポ】スマートフォンアプリ「伊達ナビ」の「健康モード」の「マイページ」から登録ができます。
- 【こっこつ歩ポ】問合先の窓口から申し込みできます。

今まで、歩数カウントのアプリをいろいろ試しても長続きしませんでした。歩ポは、闘牛の番付、ポイント交換、ランキングなどがあり、飽きずに続いています。体を動かすのが大嫌いですが、最低でも1日1ポイント以上を目指し、家族で競争しています。「クレオパトラ3号」



市健康づくり推進計画
シンボルマーク
「マッスルみかんちゃん」

〈歩ポ情報〉 5月31日現在
登録数：2,551人
歩ポ賞：139人 歩賞：169人
健ポ賞：4人
クーポン取扱い店：51店
達成券取扱い店：250店

