

健幸ポイントを貯めて豪華景品をゲットしよう!

# こばやし 健幸ポイント

お店でも  
ポイントが  
使えるよ!

ふだん歩きでも  
貯まるよ!

今年は  
最大3,500円分の  
景品と交換できるん  
だって!



獲得ポイントに応じて景品がもらえる!  
(ポイントの確定は、来年の2月中旬頃になります。)



12月の抽選会で  
1組に当たる!



**QUOカード**

(500ポイント単位で交換)



**宮崎牛消費券**

(1,000ポイント単位で交換)

※写真はイメージです。



**宮崎カーフェリー  
ユニバーサルスタジオ  
ジャパンの旅**

ペア旅行券が抽選で1組に当たる!

景品の受け取りには申請が必要になりますので、  
詳しくは手引またはホームページをご確認ください。

**令和8年6月12日(金)より参加お申込みスタート**

参加方法やお申込み後の説明会の詳細は裏面へ

# 歩いてトクする、こばやし健幸ポイント

歩数や健診(検)、イベント参加などでポイントが貯まり、豪華景品が当たる抽選会に参加できます。  
好きなときに、好きな場所で、好きな方と自由にお得で楽しく「健幸」を手に入れましょう!



## こばやし健幸ポイント ポイント獲得方法



### ウォーキングポイント

ポイント付与期間: 令和8年8月1日(土)~令和9年1月31日(日)

歩いた歩数に応じて、毎日ポイントが付きます。  
スマートフォンをご利用の方は、持ち歩くだけで歩数がカウントされ、自動送信(記録)されます。  
歩数計をご利用の方は、歩数計を身につけておくだけで、歩数がカウントされます。  
1か月に一度は計測ステーションまたはデータ送信スポットで歩数を送信(記録)してください。



#### 獲得ポイント

1日 2,000歩~2,999歩	4ポイント
1日 3,000歩~3,999歩	6ポイント
1日 4,000歩~4,999歩	8ポイント
1日 5,000歩~5,999歩	10ポイント
1日 6,000歩~6,999歩	14ポイント
1日 7,000歩~7,999歩	16ポイント
1日 8,000歩~	18ポイント



### 10分歩くと約1,000歩

仕事や生活のスキマ時間を利用してちょっと歩いてみませんか?



お昼の休憩時間に  
ウォーキング



待ち合わせの時間を  
有効活用



車を遠いところに  
駐車してお買い物

## ポイントを貯めながら、お楽しみ抽選会や

総額15万円相当の



### お楽しみ抽選会

対象月の1日あたりの平均歩数を達成したすべての方を対象に自動抽選で素敵な景品をプレゼントします。

期間 令和8年7月~令和8年12月

参加資格 平均歩数を達成したすべての方

景品 3,000円相当の地元特産品

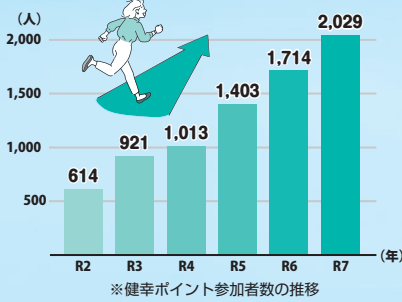
対象月	平均歩数基準	当選人数
7月	5,000歩以上	各月5名
8月・9月	6,000歩以上	
10月・11月	7,000歩以上	
12月	8,000歩以上	特賞1名(ペア)



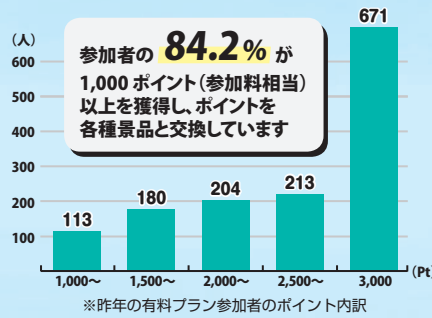
宮崎カーフェリー  
ユニバーサルスタジオ・ジャパンの旅  
往復フェリー運賃+  
ユニバーサル・スタジオ・ジャパン  
1デイスタジオ・バスが  
当たるビッグチャンス!!

ポイント獲得方法や抽選会等の詳しい内容は、手引

## 年々増える参加者!



## 高い景品交換率!



## ウオーキング以外でもポイントを貯められる!

新企画

### P 友だち紹介ポイント

新規参加者を紹介することでポイントが付きます。

獲得ポイント 1人につき **100** ポイント (5名まで)

### P イベント参加ポイント

市が指定するイベントに参加するとポイントが付きます。

獲得ポイント **20~100** ポイント

### P 図書館ポイント

市立図書館で本を借りることでポイントが付きます。

獲得ポイント **20** ポイント

### P 健(検)診ポイント

各種健(検)診を受けることでポイントが付きます。

獲得ポイント **50~300** ポイント

### P 新市誕生 20周年記念事業 20億歩達成ポイント

参加者全員で合計歩数20億歩を達成すると、交換ポイント上限3,000ポイントに最大500ポイントが上乗せされ、3,500円分の景品と交換できます。

達成条件 令和8年7月から  
令和9年1月までの期間で、  
参加者全員の歩数の合計が  
20億歩を超えること

獲得ポイント 最大 **500** ポイント



### P 親子で健幸活動! こどもポイント

こどもポイントはお子さまが健康づくりに取り組むことで、保護者の皆さまに「こどもポイント」が付与されます。お子さまに「こども健幸カード」の運動や生活の活動を記録していただき提出してください。

参加資格 ・健幸ポイントに参加している方  
・小学1年生から中学3年生までの  
お子さまをお持ちの方

獲得ポイント **100** ポイント / お子さま1人につき



## 健幸ポイント応援店でお得に楽しめる!



### 健幸ポイント応援店

貯めたポイントを使って健幸ポイント応援店によるサービスを受けることができます。

利用手順

来店時か注文時にポイント参加者であることを伝える



健幸ポイント参加者です

応援店が提示する二次元コードをスマートフォンで読み取る



100ポイントを消費し、サービスの提供を受ける



期間 令和8年9月~令和9年1月

参加資格 すべてのアプリ参加者

注意事項: 1回につき100ポイント減少します。

またはホームページをご確認ください。→



# こばやし健幸ポイント 参加方法

対象者は、市内在住・在勤で令和8年度に18歳以上である方です。

無料で譲渡する歩数計か専用アプリを使用したスマートフォンでの参加ができます。下記の3つの方法からお選びください。



### 歩数計 (有料プラン)

新規参加者(先着150名)に無料で譲渡します。

参加料	1,000円
景品交換	○
アプリ抽選会	×
お楽しみ抽選会	○

歩数記録  
1か月に一度を目安に「送信スポット」でデータ送信が必要です。

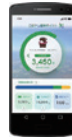


### スマートフォン (有料プラン)

専用無料アプリをダウンロード! アプリと連携できるスマートウォッチもあります。

参加料	1,000円
景品交換	○
アプリ抽選会	○
お楽しみ抽選会	○

歩数記録  
歩数はアプリを開くと記録されます! ランキングや最新情報もチェック出来ます。



### スマートフォン (無料プラン)

専用無料アプリをダウンロード! アプリと連携できるスマートウォッチもあります。

参加料	0円
景品交換	×
アプリ抽選会	×
お楽しみ抽選会	○

歩数記録  
歩数はアプリを開くと記録されます! ランキングや最新情報もチェック出来ます。

※紛失・破損・水没による歩数計の再交付は、別途代金が必要となる場合があります。

## こばやし健幸ポイント 説明会

説明会では、歩数計の配布やスマートフォンアプリの設定サポート、アンケートや事前測定などを行います。お申込み後に通知書が届きます。

**新規の歩数計参加者** ----- 歩数計を配布いたしますので、必ず説明会へご参加ください。

**その他の参加者** ----- 新規のスマホ参加者または継続参加者(歩数計・スマホ)は、説明会へのご参加は不要ですが、設定や事前測定に不安のある方はご参加ください。

**説明会に参加されない方** -----  
①アンケートへの回答と計測ステーションで事前測定を7月31日(金)までをお願いします。  
②「参加手引」または「説明動画」にてイベント等の内容をご確認ください。

### 計測ステーション

No	施設名	住所	利用時間
1	ひいらぎアリーナ1階	〒886-0005 小林市南西方2085番地	9:00~17:00
2	TENAMUビル2階TENAMU交流スペース	〒886-0004 小林市細野1897番地	10:00~21:00
3	JAみやざき百笑村	〒886-0002 小林市水流迫648番地	8:00~17:00
4	野尻庁舎1階ロビー	〒886-0212 小林市野尻町東麓1183番地2	8:30~17:15 ※土日祝休館
5	須木総合ふるさとセンター	〒886-0111 小林市須木中原1741番地1	9:00~17:00 ※土日祝休館

**日程及び会場** 歩数計とスマートフォンで、参加できる時間が異なりますのでご確認ください。

日にち	第1回(歩数計)	第2回(スマホ)	第3回(歩数計)	第4回(スマホ)	場所
7月22日(水)	15:00~	16:00~	17:00~	18:00~	ひいらぎアリーナ
7月23日(木)	10:00~	11:00~	13:00~	14:00~	ひいらぎアリーナ
7月24日(金)	10:00~	11:00~	13:00~	14:00~	ひいらぎアリーナ
7月25日(土)	10:00~	11:00~	13:00~	14:00~	ひいらぎアリーナ
7月26日(日)	10:00~	—	—	—	野尻庁舎
	—	14:00~	15:00~	—	ひいらぎアリーナ

### お問い合わせ先

カラダライブ  
コールセンター

0570-077-122

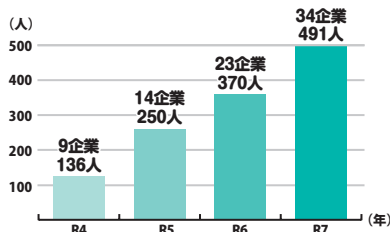
受付時間 平日 9:30~17:00(年末年始は除く)  
事業主体 小林市 健康福祉部 健康推進課 tel:0984-23-0323

チームワークと絆が強まる

# 参加企業 急増中!

職場の仲間と一緒にグループを作って、楽しくウォーキングを始めてみませんか?従業員同士のコミュニケーションやチームワーク向上にも効果的です。10月は企業対抗ウォーキングイベントも実施!職場で楽しく健康をシェアして健幸の輪を広げませんか?

## 参加企業増えてます!



※企業対抗ウォーキングチャレンジ参加事業所数

会話も増え  
職場が明るく  
なりました!



健康を  
意識するよう  
になりました!



自社の  
イメージアップに  
つながりました!



参加  
申込みは  
こちらから



## 令和8年度こばやし健幸ポイント 参加申込書(有料)

新規・継続 (必須)	新規	・	継続 (再開)	※どちらかに○をしてください
参加方法 (必須)	スマートフォン	・	歩数計	※どちらかに○をしてください
(フリガナ)				
氏名 (必須)				
ニックネーム (必須)	※3文字以上 ※ランキングに利用します			
メールアドレス (必須)	※下記ドメインを受信できるように設定をお願いいたします。 @felicapocketmk.co.jp、@karada.live			
自宅住所 (必須)	〒	—		
勤務先住所 (市外在住者のみ)	〒	—	事業所名	
		小林市		
電話番号 (必須) ※昼間に連絡がとれる番号				
生年月日 (必須)	西暦	年	月	日
身長 (必須)		cm	性別 (必須)	男性 ・ 女性
説明会参加希望 ※新規の歩数計参加者は必須	第1希望	日	第	回
			第2希望	日 第 回
紹介者氏名 ※紹介された方の氏名				

この事業において収集した測定値や健(検)診結果、医療費等の情報は研究機関等に提供し、健幸ポイント事業の運営、景品等の発送及び成果分析調査に利用、学会、論文誌等に成果を報告することに同意して申し込みます。(ただし情報を公表する場合、個人が特定できないようにいたします。)

# こばやし健幸ポイント 申込方法

**ステップ1 お申込み** パソコンまたはスマートフォンからお申込みいただくか、参加申込書に必要事項をご記入いただき、以下の場所へ提出してください。

## ▶インターネットで申し込む

令和8年7月5日(日)までに  
お申込みの方はこちらから



<https://kobayashi.karada.live/>

令和8年7月6日(月)以降の  
お申込みの方はこちらから



<https://www.city.kobayashi.lg.jp/cgi-bin/inquiry.php/115>

## ▶参加申込書で申し込む

- ①各計測ステーション  
(申込ボックスを設置しています)
- ②ひいらぎアリーナ(健康推進課)

## ステップ2 参加料のお支払い

(有料プランのみ)  
参加決定通知と一緒に「納入通知書」が同封されますので、参加料をお支払いください。

## ステップ3 事前測定・アンケート

説明会では歩数計の配布やスマートフォンの設定サポート、アンケートや事前測定を行います。

## ステップ4 健幸ポイントスタート

健幸ポイントスタートです! ご自身にあった無理のないペースで頑張りましょ~!!



# 令和8年度こばやし健幸ポイント 参加申込書(無料)

※こちらは、無料参加プランの申込書です。景品交換ありのプランは裏面の参加申込書で申し込んでください。

新規・継続(必須)	新規	・	継続(再開)	※どちらかに○をしてください
参加方法(必須)	スマートフォンのみ			
(フリガナ)				
氏名(必須)				
ニックネーム(必須)	※ランキングに利用します。3文字以上			
メールアドレス(必須)	※下記ドメインを受信できるように設定をお願いいたします。 @felicapocketmk.co.jp、@karada.live			
自宅住所(必須)	〒	—		
勤務先住所 (市外在住者のみ)	〒	—	事業所名	
			小林市	
電話番号(必須) ※昼間に連絡がとれる番号				
生年月日(必須)	西暦	年	月	日
身長(必須)		cm	性別(必須)	男性 ・ 女性
説明会	※説明会への参加は不要です。手引またはホームページをご確認ください。			
事前測定	※事前測定は必須要件ではありませんが、事業の効果を実感するために測定をお勧めします。			

この事業において収集した測定値や健(検)診結果、医療費等の情報は研究機関等に提供し、健幸ポイント事業の運営、景品等の発送及び成果分析調査に利用、学会、論文誌等に成果を報告することに同意して申し込みます。(ただし情報を公表する場合、個人が特定できないようにいたします。)