

# きのかわフレイル 予防ポイント が新しくなりました!

**2月2日から**新アプリに引継ぎを開始します。  
**3月31日までに**引継ぎをお願いします。

対象者

- ・65歳以上
- ・紀の川市民

参加費

**無料**

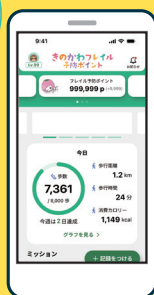
※参加人数には上限があります。※アプリ利用時の通信料は自己負担

**フレイル予防でポイントがたまり、景品があたります!**

STEP  
1



STEP  
2



STEP  
3



**フレイル予防する! ポイントがたまる! 抽選で景品が当たる!**

現在貯めているポイントは新アプリに引き継がれます。

**ここが新しくなりました!**

- ✓ 歩数が自動送信になりました。
- ✓ 写真投稿が見やすくなりました。
- ✓ 今お使いの2つのアプリが1つになりました。

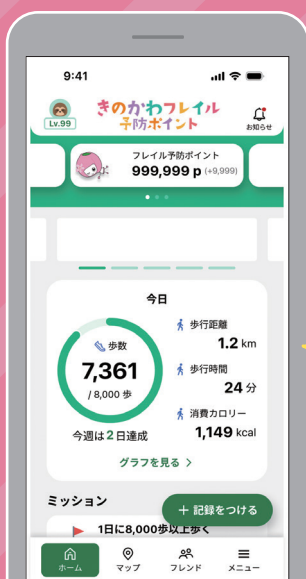
フレイル推定AI機能も引き続きご利用できます。

**ポイント付与期間**

**令和8年1月1日~12月31日**

※実施期間については変更になる場合があります。

**新アプリの引継ぎ及び  
新規登録方法は  
裏面を参照ください**



お問合せ

紀の川市役所 高齢介護課  
**0736-77-0980**

受付時間  
月曜日~金曜日  
8:45~17:30

アプリの  
お問合せ

きのかわアプリの引継ぎに関する問い合わせ先  
**03-6628-0690**

対応  
期間

令和8年 月曜日~金曜日  
2月2日~3月31日 9:00~17:00

■ 両窓口の定休日 ■ 祝日・休日・12月29日~1月3日 ■ 公式 HP ■ <https://www.city.kinokawa.lg.jp/kou-fuku/kinopo.html> こちらからもご確認頂けます>>

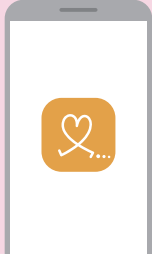


# 引継ぎの場合

ご利用中のアプリに届いたお知らせを開き、アプリの引継ぎを行います。

## 1. アプリ起動

アプリを立ち上げる



## 2. バナーをタップ

歩数送信ボタンの横に表示されているバナーをタップ  
※画面イメージは変更となる可能性があります



## 3. データ移行同意・インストール・利用規約の確認

バナータップ後、データ移行同意・アプリインストール・利用規約の確認をいただきますとデータが引き継がれ新しいアプリをお使いいただけます。

※引継ぎ後に、旧アプリのアンインストールをお願いいたします。

データ移行  
同意

アプリインストール  
利用規約  
確認

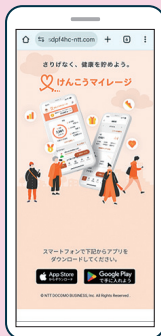
ご利用  
開始

# 新規登録の場合

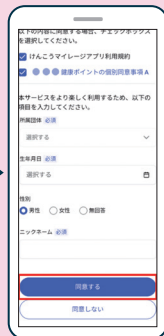
スマートフォンにアプリ（けんこうマイレージ）をダウンロードし参加登録します。



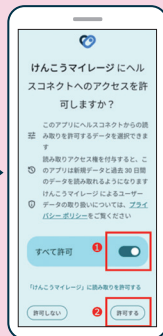
スマートフォン  
で二次元バー  
コードを読み取る



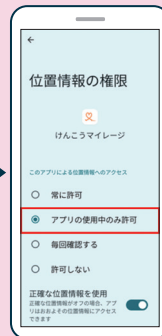
iPhone/Android  
インストールボ  
タンを選択



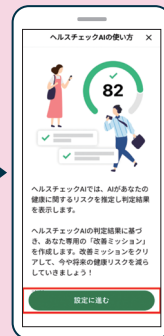
利用規約に同意  
する



①「すべて許可」  
をオン  
②許可する

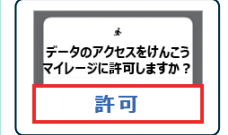
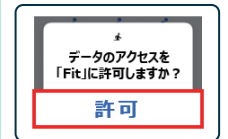


「アプリ使用中の  
み許可」を選択



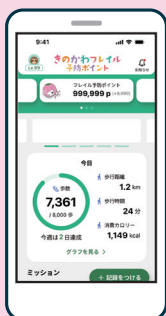
ヘルスチェックAIの  
設定に進みます。設  
定が完了したあと、  
ご利用スタート

設定中にデータへのアクセ  
スを求められた場合は、  
必ず【許可】を選択して  
ください



# 毎日のフレイル予防でポイントをGET!

てくてく体操やシニアエクササイズの体操活動に参加したり、  
歩くことでポイントが貯まります!



フレイル予防で  
ポイントをためよう!



ポイントの種類	内容	ポイント数
ウォーキングポイント	2000~2999歩	1
	3000~3999歩	2
	4000~4999歩	4
	5000~5999歩	6
	6000歩~	10
てくてく体操・シニアエクササイズ参加ポイント	1回	50
各種イベント参加ポイント	1回	10~200
各種けんしんポイント <b>NEW!</b>	1回	50
ボランティアポイント	1回	10~200
ミッションクリアポイント	1回	1
コンテンツポイント (動画・コラム・健康一般)	各1回/日	1
アンケート回答ポイント	1回	200