

令和8年3月23日
大分県

健康アプリ「あるとっく」の機能追加について

大分県では、健康寿命日本一の実現に向けて、県民のみなさんの運動習慣定着を支援するため、スマートフォン用公式健康アプリ「あるとっく」を運用しています。

このたび、「あるとっく」に3つの機能を追加しますのでお知らせします。

まだご利用でない方は、この機会にアプリをダウンロードして、「みんなで歩いてお得に！健康に！！」なりましょう。

記

1. 機能追加日時

令和8年3月24日（火）午後予定

※現在ご利用中の方は、アプリのアップデートが必要になります。（アプリ内でもお知らせします。）

※機能追加は午後の予定ですが、端末によって反映される時間が異なります。

2. 追加機能

追加機能は以下のとおりです。

①食事記録

食事の写真を撮ってアプリに登録すると、カロリーや栄養バランスのグラフ、食事に関するアドバイスが表示されます。

②バーチャルウォーキング

毎日の歩数に応じて仮想空間でコースを進むバーチャルウォーキングに、5つのコースを追加します。

- ・歩いてめぐる 大分の文化財
- ・歩いてめぐる 大分の祭り・伝統行事
- ・歩いてめぐる 大分の名山
- ・第44回大分国際車いすマラソンコース
- ・現代版！府内城発参勤交代コース

③スタンプラリー

チェックポイントを実際に巡るとGPSでスタンプが表示され、1か所ごとにポイントが獲得できるスタンプラリーに、常設コースを新設します。

- ・国東半島アート巡り

【お問い合わせ先】

大分県福祉保健部県民健康増進課 平田、足立

TEL：097-506-2864

Email：a12140@pref.oita.lg.jp

1. 食事記録

日頃の食事についてカロリーや栄養バランスを分析する機能が追加

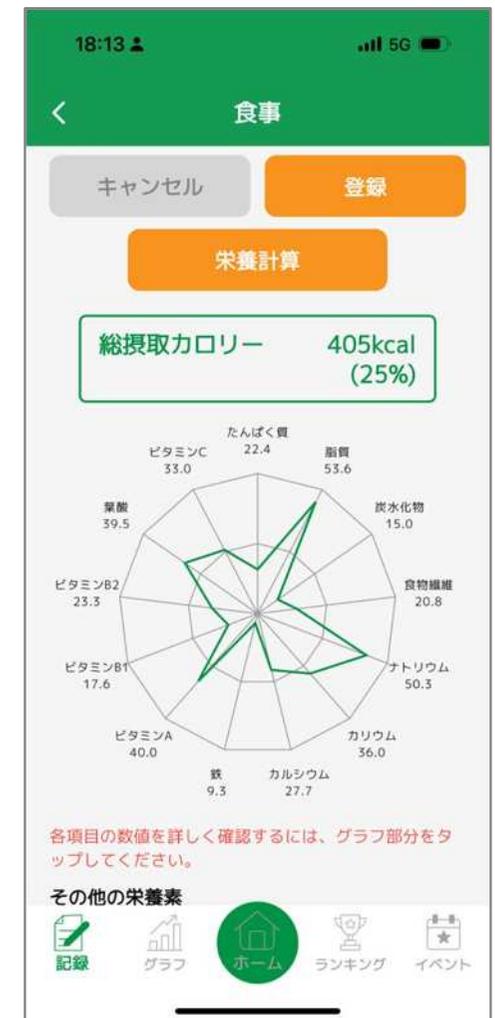
食事の写真を撮って登録すると、

- ① 標準的なカロリー
- ② 栄養バランスのグラフ
- ③ 食事に関するアドバイス

例：たんぱく質、食物繊維が表示される

おすすめポイント！

写真を撮るだけで手軽に登録でき、アドバイスがもらえる。



★食事記録を登録する際の流れ



①アプリホーム画面の「記録」をクリック

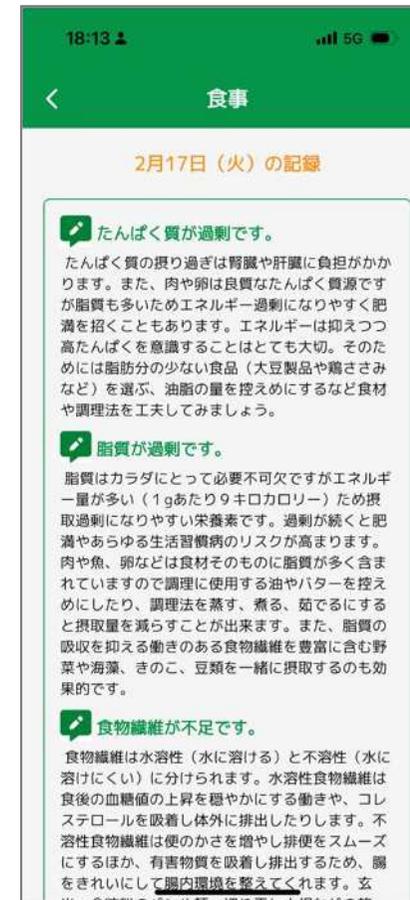
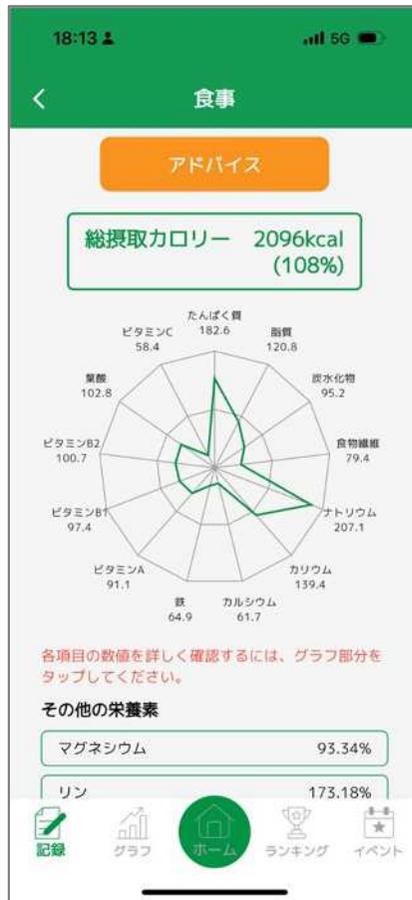


②食事の写真を撮ってメニューを登録



③1日分（3食分）登録

健康アプリ「あるとっく」の新機能追加について (3/24~)



④ 1日分の食事のカロリーや栄養バランスのグラフ、各栄養素についてのアドバイスが表示される

2. バーチャルウォーキング（5コース追加）

毎日の歩数に応じて仮想空間のコースを進み、ポイントを獲得できます。

- ①歩いてめぐると 大分の文化財
- ②歩いてめぐると 大分の祭り・伝統行事
- ③歩いてめぐると 大分の名山
- ④第44回大分国際車いすマラソンコース
- ⑤現代版！府内城発参勤交代コース



歩いてめぐると 大分の祭り・伝統行事
キツネ踊り（姫島盆踊り）



第44回大分国際車いすマラソンコース

3. スタンプラリー（常設コース新設）

チェックポイントを実際に巡ると、**GPS**によってスタンプが表示され、1か所ごとにポイントを獲得できます。

【国東半島アート巡り】

- ①首飾りー石を持って山に登る
- ②Kunisaki House
- ③Hundred Life Houses
- ④息吹
- ⑤説教壇
- ⑥ANOTHER TIME XX
- ⑦マノセ
- ⑧チームラボギャラリーー真玉海岸
- ⑨不均質な自然と人の美術館
- ⑩on the border-海を望む・海に臨む-
- ⑪One Wild Day
- ⑫国東半島のラクダ
- ⑬太陽と坐る
- ⑭色色色



首飾りー石を持って山に登る（国東市）



不均質な自然と人の美術館（豊後高田市）