

健康アプリ「あるとつく」を活用した

令和8年度第2回職場対抗戦 開催決定！

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、機能を充実させた、健康アプリ「あるとつく」を活用した職場対抗戦を開催します。

今回の職場対抗戦は、「**平均ポイント**」で競います。

健康アプリ「あるとつく」を活用し、職場の仲間と励ましあいながら、ウォーキングや健康イベントに挑戦してみませんか？

皆様ぜひダウンロードして、「みんなで歩いてお得に！健康に！！」



応募資格：「あるとつく」に登録しており、かつ県内の職場で働いていること

応募方法：5～25人のグループをつくり、リーダーがアプリから申込む

応募期間：9月7日（月）～9月23日（水）

実施期間：10月1日（木）～11月30日（月）

審査基準：グループごとの平均ポイントで順位を決定する。

対象ポイントは
裏面をご確認

なお、グループの平均ポイントが同点の場合は、以下の優先順とし、②でも同順の場合は事務局による抽選で決定する。

- ①参加人数が多いグループ
- ②歩数ポイント数が多いグループ

申込み忘れにご注意



豪華賞金は以下のとおり！

1位 賞金5万円 2位 賞金4万円 3位 賞金3万円
4位 賞金2万円 5位 賞金1万円 6位～10位 賞金8千円

参加特典100ポイント & おうえん企業賞もあり！

おうえん企業賞とは、健康寿命日本一おうえん企業に協賛いただき、20位、30位、40位、・・・100位、150位、200位、250位、300位までの飛び賞に賞品を贈呈します。おうえん企業賞の詳細は確定次第ホームページでお知らせします。

「あるとつく」
ダウンロードは
こちらから



申込方法等は
こちらから
(大分県HP)



～参加者の声～

- ・普段から通勤も歩くようにし、健康により気をつけるきっかけとなった
- ・お昼休みに散歩することが日課となった
- ・部署を超えたコミュニケーションにつながった
- ・体重や血圧が下がった



健康経営事業所

認定項目5

に該当します！事業所ぐるみで健康増進を！

【問い合わせ先】大分県福祉保健部 県民健康増進課 健康寿命延伸班

TEL:097-506-2777 FAX:097-506-1730



対象ポイント

①ログインボーナス
1日1ポイント

②歩数 ※アプリで付与されるポイントの10倍で換算

4,000歩～4,999歩：20ポイント

5,000歩～5,999歩：40ポイント

6,000歩～6,999歩：60ポイント

7,000歩～7,999歩：80ポイント

8,000歩～：100ポイント

③体重、体温、健康状態記録
1日1ポイント

④生活習慣チャレンジ
各項目に対して1日1ポイント



⑤ミッション参加
イベントや施設利用等のミッション達成で
20ポイントまたは40ポイント

⑥スタンプラリー
1チェックポイントごとに10ポイント付与

⑦コラム
読み終わると1ポイント付与

⑧アプリ紹介
1週1ポイント



⑨動画視聴
1本1ポイント

※バーチャルウォーキングでの獲得ポイントは対象外

また、以下の内容については抽選券1枚を50ポイントに換算する。

①ミッション参加 ※参加等が有料のもの

②食の健康応援団

③温泉巡り