



大洲市健康づくり応援ポイントの貯め方

ログイン
5pt/日

歩数
5,000歩以上
3pt/日

歩数
7,000歩以上
3pt/日

歩数
8,000歩以上
3pt/日

体重記録
2pt/日

血圧記録
2pt/日

睡眠時間記録
2pt/日

体温記録
2pt/日

初回のみ
登録+本人確認
100pt

各種
健康イベント参加
100pt/回

kencomにログインし、歩数や体重を記録するなどの健康活動を通じて1日最大22ポイントが獲得できます