

とってかんたん  
4ステップ

# アプリを使って楽しく健康づくり



<b>ステップ 1.</b> <b>アプリをダウンロード</b>	<p>「マイチャレかがわ！」ホームページからアプリをダウンロード。すぐに使い始められます。</p>
<b>ステップ 2.</b> <b>簡単登録 (プロフィール入力)</b>	<p>利用者情報や毎日取り組む「マイチャレ(目標)」を決めて入力します。 ※初回のみ</p>
<b>ステップ 3.</b> <b>健康ポイントをためる</b>	<p>歩いて健康ポイントをGET! また、マイチャレに組み込む、健康診断を受ける、社会参加する、体重入力することで健康ポイントをGET! アプリは毎日起動させて、健康ポイントをためよう!</p>

## ステップ 4. あなたの努力がステキなごほうびに!

**特典!** 香川県内のいろいろなお店で使えるお得な「マイチャレカード」をGET! カードの申請ができるのは、2026年3月31日(火)まで

**1** 一定の健康ポイント数を達成すると、マイチャレカードを取得することができ、香川県内のサービス協力店で提示するとさまざまな特典が受けられます。(※有効期限は発行から6か月です) サービス協力店は、アプリやホームページから検索できます。

 <b>3,000ポイント</b> ビギナーカード	 <b>6,000ポイント</b> プロカード	 <b>9,000ポイント</b> スターカード
--	--	---

**特典!** 早目に取り組むとチャンスが増える! 「夏のプレゼントキャンペーン」

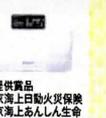
**2** 2025年9月1日(月)までに、ごほうび抽選に応募された方の中から抽選で300名の方にQUOカードPay(500円分)プレゼント。

**特典!** 寒い冬でも籠らず歩こう! 「冬のプレゼントキャンペーン」

**3** 2026年2月1日(日)までに、ごほうび抽選に応募された方の中から抽選で200名の方にQUOカードPay(500円分)をプレゼント。

**特典!** さらに「ごほうび抽選」に応募して、ステキな賞品を当てよう!

**4** 「マイチャレカード」が表示されると、「ごほうび」ページからそのランクごとの抽選に応募できます。  
※40歳から74歳の方は、健診(特定健康診査等)を受診していることが、抽選の条件になります。

ビギナーコース / 計42名様	プロコース / 計25名様	スターコース / 計15名様
 さぬき米おいでまい (5kg)(10名)  サーモス 真空断熱 ケータイマグ(250ml) (5名)  高松ほか温暖岩盤浴セット (ペアチケット)土日祝 (7名) <ul style="list-style-type: none"> <li>● 県産野菜詰め合わせ (10名)</li> <li>● 調味料セット (5名)</li> <li>● 四国水族館ペアチケット (5名)</li> </ul>	 香川べっぴんさん (紫雲コース) (5名)  レオマベアチケット (フリーパス付) (3名)  オムロン体重組成計 カラダスキャン (2名) <ul style="list-style-type: none"> <li>● Aji glass タンブラー (5名)</li> <li>● 県産フルーツ詰め合わせ (5名)</li> <li>● 井上誠耕園オリーブ農家のギフトセット (5名)</li> </ul>	 旅行券 (3名)  MYTREX REBIVE MINI (3名)  ブラウン ハンドブレンダー (3名) <ul style="list-style-type: none"> <li>● オリーブ牛食べ比べセット (3名)</li> <li>● 防災セット(1人用) (3名)</li> </ul>

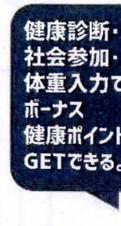
※賞品は変更される場合があります。 ※賞品画像はイメージです。 ※当選数は賞品により異なります。

アプリには健康づくりに役立ついろいろなコンテンツがあります。

歩いた分が健康ポイントになる歩数計機能



健康診断・社会参加・体重入力ボーナス健康ポイントもGETできる。



歩数グラフや体重・BMI・血圧・体温等、健康管理もできます。



かんばればキャラクターも変身するり!



**無料** ダウンロードできます!







記録シートは、お住まいの市町にお問い合わせください。詳しくは、ホームページをチェック!   <https://mychalle-kagawa.com>



香川県健康福祉部健康政策課  
〒760-8570 香川県高松市番町四丁目1番10号  
TEL.087-832-3273 (8:30~17:00 平日のみ) FAX.087-806-0230

かがやけけん、かがわけん。  
**香川県**