



＼ 2023年12月からスタート／ 健康増進&地域経済活性化の取組みに 参加してみませんか？

～荒尾市が運用するスマートフォンアプリを使ったお店の宣伝に関するご案内～



荒尾市が運営するスマートフォンアプリを活用した『健康増進&地域経済活性化の取組み』を2023年12月より開始いたします。

荒尾市・荒尾商工会議所・企業と連携して行う本取組みに
事業者の皆さまも参加してみませんか？

ご興味をお持ちいただけましたら、問い合わせ先までご連絡いただくと大変幸いです。

事業者さまへのお願い事項

参加事業者さまには、以下2つのご対応をお願いしております。

- ① お店紹介に使用する「店舗情報」のご提供
- ② お店で使える「健康にまつわるクーポン」のご提供

なぜ健康に限定してるの？

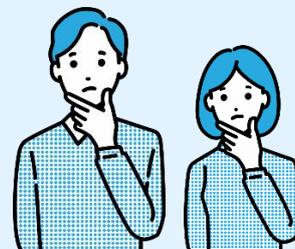
- **POINT 1**
荒尾市は現在、「健康で長生きできるまちづくり」を推進している
- **POINT 2**
まちづくりの一環として、日々の食事や運動を分析して、その人に合った**オススメの行動・食事**を教えるスマートフォンアプリを、2023年12月以降に導入予定
- **POINT 3**
最大3000名の市民にアプリを利用してもらいながら、**健康的な生活を送ってもらうことを目指す**

オススメの行動・食事を促すために
健康にまつわるクーポンをご提供いただきたい

どんなクーポンが該当するの？

カテゴリごとに例を挙げております。
クーポンについては、荒尾市・荒尾商工会議所も一緒に考えますので、お気軽にご相談ください。

- **食事系**
・バランスの良い定食
・魚、肉、野菜、発酵食品、ドリンク
- **健康食品系**
・青汁、健康茶
・サプリメント、漢方薬
- **スポーツ用品系**
・ウォーキングウェア
・体重計



等々

お問い合わせ

参加に関するご相談やご不明点等、お気軽にご連絡ください。

荒尾市 スマートシティ推進室 担当：宮本、渡邊
電話：0968-57-7622 メール：smart@city.arao.lg.jp

※対面もしくはオンライン形式での20～30分程度のご面談にてご説明させていただくことも可能です。

図：「スマートフォンアプリ（フォーネスビジュアルアプリ）＊」イメージ

毎日の取組み

日々の食事をスマホで撮影

歩数から
日々の運動を自動計測

**1日の食事・運動を分析
健康改善のアドバイス**
(カロリーや歩数、栄養素、アルコール等)

推定摂取カロリー
朝食 1100kcal
昼食 900kcal
夕食 500kcal
推定摂取カロリー 2400kcal/2500kcal

歩数
10,000歩 / 目標 8,000歩
1日の歩数目標の目安は8000歩です。持病等がある人は、この限りではありません。ご自身の体調に合わせて無理のない範囲で継続的に歩く習慣を身につけましょう。

歩数ポイント 100 / 100ポイント
ウォークラリー
★ 1位 / 100位
参加者の実施状況
1位 100ポイント
2位 90ポイント

アルコール摂取量
10g / 摂取基準40g未満
アルコール摂取量は、飲酒のペースや飲みすぎですので、明日は控えましょう。

**1週間の結果に応じて
健康にまつわるクーポンを獲得**

1週間の食事（1日あたり）で特に不足している栄養素は**脂質**です。脂質が不足すると、脂質とともに吸収される脂溶性ビタミン（ビタミンA、D、E）が吸収されにくくなります。また、魚油や植物油に多く含まれる不飽和脂肪酸は血中のLDLコレステロールを下げる効果があります。魚料理や炒め物などを食事に取り入れ、脂質が不足しないように心がけましょう。魚が手に入りにくい場合は、缶詰を利用するのも良いでしょう。

脂質不足を補う
クーポン獲得!

クーポン一覧
利用可能 利用済

魚料理を20%割引
※ 2023.11.30まで
利用する

さば缶 1つプレゼント
※ 2023.11.30まで
利用する

以下、二次元コードもしくはURLから、事業概要の説明動画を視聴することが可能です。ご検討の参考になれば幸いです。

事業概要説明動画（10分程度）

<https://www.youtube.com/watch?v=qoTncSu86-g>



（＊）スマートフォンアプリ（フォーネスビジュアルアプリ）とはスマートフォンにて、日々の運動（主に歩数）を自動計測して消費カロリーを算出、食事の写真を撮ることで摂取カロリーと栄養素が算出され、必要な運動や適した食事について気付きを得ることができる。また、一定の条件をクリアすると、健康に関する商品やサービスを扱う市内店舗の特典（クーポン等）を獲得できるアプリ。

昨年度の実証実験結果はコチラ⇒



チラシをご覧いただき、誠にありがとうございます。
本取組は、単年度で終了するものではなく、事業者さまや一般利用者さまのお声もいただきながら、より良い活動にしていきたいと考えております。よろしくお願い致します。