

これまで以上に使いやすくバージョンアップ ふくしま健民アプリが新しくなりました！

「ふくしま健民アプリ」は、福島県民の「健康づくり」を支えるアプリです。令和8年度よりヘルスケアアプリ「Kencom」を通じて提供されています。健診結果などの健康データをスマートフォンで簡単に確認できます。楽しみながら健康管理をしていきましょう。



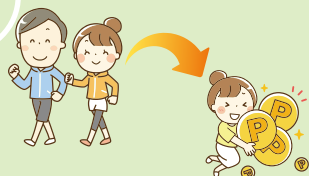
☎ 健幸づくり課健幸企画係 ☎ 575-1153

無理なく楽しく健康管理できる機能がたくさん♪

おさんぽ いこー

1

ポイントを貯めよう



歩いたり記事を読んだり、アプリ内のイベントに参加することでポイントが貯まります。貯めたポイントでプレゼントに応募しましょう！

2

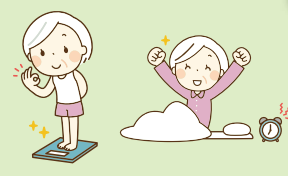
食事をチェック



スマホで撮った食事の写真で健康チェックができます。AIによるアドバイス機能もあり、健康的な食事の参考にすることができます。

3

健康を記録しよう



毎日の歩数や体重、睡眠時間などを記録できます。ご自身の体調管理に役立てられるほか、キャラクター（エアモ）を育成することもできます。

エアモ

ふくしま健民アプリを使ってみましょう！



アプリのダウンロードや各種登録・連携方法などについては、右の二次元コードから専用サイトをご参照ください。

※専用サイトに記載された各種キャンペーンは期間が終了していますのでご注意ください。



▲詳細はこちら
(専用サイト)



いきいきウォーキング

☎ 高齢福祉課元気づくり係
☎ 575-1148

風景を楽しみながら、気持ちよく体を動かしませんか？距離は2～3kmです。

¥ 無料 申 不要 持 タオル、飲み物、雨具（雨天時）

日時		集合場所
10/5	☎	U-プレイス伊達
10/27	☎	9:30～10:30 東大枝地区交流館
11/18	☎	まちの駅だて