

## 健康ポイント付与要件

次の要件を満たす本アプリ利用者に対し、健康ポイントを付与すること。

健康ポイント付与要件は、下表のとおりである。

なお、この要件は想定であり、契約予定事業者選定後、八戸市と協議し決定する。

### 【健康ポイント付与要件】

| 項 目       | ポイント付与要件                             | 要件 |
|-----------|--------------------------------------|----|
| 栄養・食生活    | 1日3食の食事摂取チェックで付与                     | 必須 |
|           | 毎日の体重を入力で付与                          | 任意 |
| 身体活動・運動   | 歩数に応じてポイントを付与                        | 必須 |
|           | 階段を使わなかったときチェックで付与                   | 任意 |
| こころの健康    | 1日1笑をチェックで付与                         | 任意 |
| 喫煙        | 喫煙者は禁煙にチャレンジで付与                      | 任意 |
| 飲酒        | 飲酒をしなかったらチェックで付与                     | 任意 |
| 歯・口腔の健康   | 1日3回歯磨きをしたらチェックで付与                   | 任意 |
| がん        | 健診受診日の登録                             | 必須 |
| 循環器疾患     |                                      |    |
| 糖尿病       |                                      |    |
| 健康イベントの参加 | 市が指定する健康教室等参加し、会場内に設置したQRコードの読み取りで付与 | 任意 |
| アンケート回答   | アンケート回答時に付与                          | 任意 |

※アプリユーザーが、必須項目3項目と任意選択項目から1項目を選択し、計4項目を実施するものと想定する。