

# 「なんたん健幸ポイント2026」お申し込み方法

## 過去に参加し、退会された方

### 1. 再入会手続きをしよう

お申し込みは  
右の二次元コードから  
※再入会の方はアプリコース限定※



### 2. 書類を受け取ろう

お申し込みから3~4週間後、書類をご自宅にお届けします。受け取りの時に宅配業者に年会費1,000円をお支払いください。

## はじめて参加される方

### 1. コースを選ぼう!

**活動量計コース** 年会費1,000円



タニタのFeliCa搭載  
活動量計『AM-150』  
D11×W78.5×H40mm(約28g)

または

### 1. コースを選ぼう!

**アプリコース** 年会費1,000円



対応機種

※必ずご確認ください  
詳細については、上記二次元コードよりご確認ください。

### 2. はがきでのお申し込み

なんたん健幸ポイント2026応募係に  
郵送で提出してください

※アプリコースはWEB申し込み限定※

### 2. WEBからのお申し込み

右の二次元コードから  
お申し込みください

<https://www.karadakarute.jp/nantancy>



### 3. 書類や活動量計を受け取ろう!

お申し込みから3~4週間後、活動量計や書類  
をご自宅にお届けします。  
受け取りの時に宅配業者に年会費1,000円  
をお支払いください。



参加者の声

地域の歩こう会ですすめられたのがきっかけでした。はじめ活動量計をつけることを忘れてしまいがちでしたが、3年目になって健康をさらに意識するようになりました。また、健幸ポイントをしている人との関りが増えてうれしい。よく笑って、しゃべることが元気のポイントです! Hさん

毎日、目標歩数の達成が不安でしたが、「毎日達成できなくても1か月で達成できればいい」と教えてもらって、気楽に取り組むことができました。車や自転車をやめて歩くようになりました。アプリでの歩数イベントの国内外の名所めぐりもとても楽しんです! Uさん

自分が頑張れば必ずポイントが貯まるのが嬉しい! 毎日の目標は7000歩。夕方に活動量計をチェックして足りないときは、近所を歩いて調整するのも楽しいです! アプリからのお知らせも仲間と共有して参加するようにしています。 Tさん

## 「なんたん健幸ポイント」新規参加申し込み書

参加条件: 18歳以上で市内在住・在勤・在学の方 【本募集用】

記入日	2026年 月 日	
性別	フリガナ	
氏名		
生年月日	西暦	年 月 日
電話番号		
身長	cm	
住所	〒 町名・番地	
	アパートマンション名、部屋番号	
参加コース	●活動量計コース ※本申込書は活動量計での参加専用です。	
記念品番号	※裏面参照	
勤務先 又は 学校名	所在地	南丹市
	名称	

南丹市長様 個人情報の取扱いに同意申し込みます。  
確認事項①: これまでなんたん健幸ポイント事業に参加したことがなく、今回初めての申し込みで間違いありません。  
確認事項②: 参加条件として、新規参加であり、アンケート調査に協力できます。

# 歩く、使う、楽しむ 健康で幸せに生きる

家族と  
出かけながら

散歩  
しながら

働き  
ながら



2026

# なんたん 健幸ポイント

新規参加者募集

再入会が  
可能になりました!

活動量計やスマホアプリを身につけてウォーキングや健康づくりに関するイベントなどに参加することでポイントを貯め、貯めたポイントを商品券に交換できます。

## 楽しく歩いて

こんなにすごい! 「歩く効果」

5,000歩/日 (うち早歩き7.5分)

➤➤➤ 認知症を予防・改善!

7,000歩/日 (うち早歩き15分)

➤➤➤ がんを予防!

8,000歩/日 (うち早歩き20分)

➤➤➤ 生活習慣病を予防・改善!

## 健康のために

- がんばってますポイント
- 変わりましたポイント
- けんしんポイント
- 継続ポイント
- 行きましたポイント (イベント参加)

## お得にもらおう

### 景品交換

貯まったポイントは  
南丹市商工会商品券と交換!



最大  
3,500  
円分

募集期間 令和8年6月1日(月)~7月31日(金) 年会費 1,000円/年(4月1日~3月31日)

申込締切 令和8年7月31日(金) 必着 参加条件 アンケート調査に協力できること

事業期間 令和8年4月1日(水)~令和9年3月31日(水) 募集人数 300名 \*定員になり次第申込終了します。

対象 18歳以上(2008年4月1日以前生まれ)の南丹市に在住・在勤・在学の方

※2021~2025年度より継続参加の方は申し込みの必要はありません。  
(自動的に継続します)

## お問い合わせ

南丹市健幸まちづくり課 中央庁舎2階

電話: 0771-68-0016

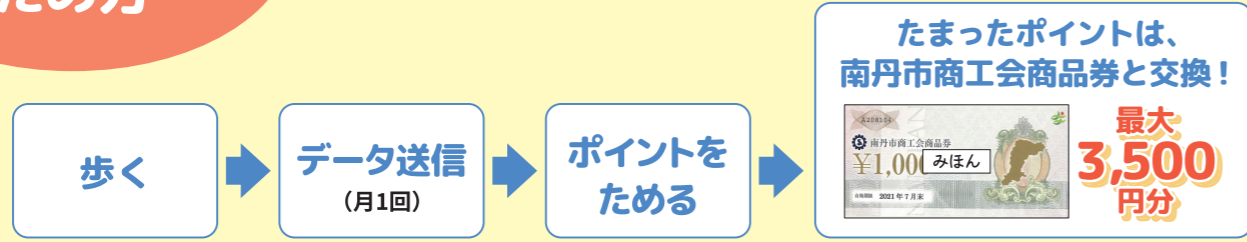
受付時間: 午前9時00分~午後4時30分 (土・日・祝日・年末年始除く)



# 「なんたん健幸ポイント2026」のしくみ

## 健幸ポイントのため方

スマートフォンのアプリや専用活動量計を携行して、歩いた歩数や体重など定期的に測定された体組成データ(BMIや筋肉率などの)改善結果に応じてポイントがたまります。



## データ送信は簡単!

スマートフォンのアプリ上や、活動量計をリーダーライターに置くだけで歩数データを簡単に送信できます。



たまったポイントは、**事前の申請不要で**年度末にまとめて交換!

## ポイントをためる

\*本事業が来年度も継続することに決定した場合、ポイントを貯める期間は延長します。

<h3>歩く</h3> <p>がんばってますポイント</p> <p>一定量の歩数が増加した場合、及び推奨される歩数を達成で</p> 	<h3>参加する</h3> <p>行きましたポイント</p> <p>市等の保健事業や教室などに参加で</p> 
<h3>測る</h3> <p>変わりましたポイント</p> <p>BMI(肥満指数)または筋肉率の改善で</p> 	<h3>健(検)診を受診する</h3> <p>けんしんポイント</p> <p>所定の健(検)診の受診で</p> 
<h3>続ける</h3> <p>継続ポイント</p> <p>月1回活動量計、アプリの歩数データ送信で</p> 	

## ポイントがたまったら

**最大3,500円分の商品券と交換**  
2026年度から貯まったポイントで地域貢献(寄付)できるようになりました

詳しくは右の二次元コードをご覧ください!

なんたん健幸ポイント 2026

南丹市 HP



## スケジュール

### 参加申込(順次)

裏表紙の「お申し込み方法」をご覧ください。  
※新規の方と再入会の方ではお申し込み方法が異なります。

### 参加確定通知の発送

お申し込みから3~4週間後、活動量計や書類をご自宅にお届けします。受け取りの時に宅配業者に年会費1,000円をお支払いください。

### 事業に参加

ポイント獲得期間は2027年1月31日(日)までです。

### ポイント交換 2027年 2月~3月



期間中に貯まったポイントは500P(1pt=1円相当)単位で商品券と交換します。(上限3,500円)  
\*事前の申請は必要ありません  
\*地域貢献(寄付)することもできます

## 「なんたん健幸ポイント2026」お申し込みの皆さまへ

参加が決定した方々の中より、抽選で下記の記念品を贈呈いたします。下記一覧より、ご希望の記念品をお選びいただき裏面の申込書に番号を記載ください。  
※記載が確認できない場合、抽選の対象外となりますので、予めご了承ください。

NO	提供記念品	提供数	健幸都市応援事業所
①	木のクラフト雑貨	29名	二九精密機械工業株式会社 八木工場
②	小形羊羹10本入り	5名	株式会社 虎屋 京都工場
③	野菜飲料 ロングライフ 200ml 18本入	5名	雪印メグミルク株式会社 京都工場 池上製造所
④	京香る本格だしセット	4名	福島鯉株式会社 京都南丹工場
⑤	こんにゃく 10個	10名	株式会社 伏見屋
⑥	ハツ橋36枚入(3枚×12袋)	10名	株式会社 井筒ハツ橋本舗
⑦	ささ鳥 鶏肉セット	5名	株式会社 ささ鳥
⑧	R8年産 京都産 キヌヒカリ(精米5kg)	10名	TORAFARM
⑨	ステンレスボトル	11名	株式会社 KCNなんたん
⑩	災害備蓄セット	3名	株式会社 犬石商店

記念品は、健幸都市応援事業所より提供いただいています。

〒610-0879 京都府京都市中京区  
郵便はがき

1 5 0 - 8 7 9 0  
2 0 1

料金受取人払郵便

渋谷局承認  
506

差出有効期間  
2028年4月  
30日まで  
(切手不要)

東京都渋谷区神宮前5-52-2  
青山オーバルビル15階

(株)タニタヘルスリンク  
なんたん健幸ポイント2026応募係 行



### 個人情報の取扱いについて

市は、参加申し込み書の情報に加え、アンケート、活動量、体組成、健幸ポイント、マイページの利用ログ、各保険者が保有する健康保険の種別、医療費、健康診査、介護給付費に関する個人情報を収集、分析します。また、分析に当たっては、その一部を本事業の受託者である合同会社健幸都市 Innovation Company 4に委託し、同社は市の監督のもと個人情報を利用します。  
なお、個人情報は、特定の個人を識別できない状態に加工し、また、特定の個人を識別することができる他の情報と容易に照合することができないよう加工することにより、個人情報には当たらないデータとして外部に提供または統計情報として公表する場合があります。



※(株)タニタヘルスリンクは JISQ15001 及びプライバシーマークを取得しています。  
※個人情報は本事業の目的以外には使用しません。