

ちばしウォーキングポイント アンケート

設問	回答番号
問1 令和4年度、アンケートの回答は何回目ですか。	1 初回 2 2回目以降
問2 前回の健康づくり宣言の達成状況はいかがですか。 【問1で「初回」と回答された方は、4「初めて健康づくり宣言をした」と回答してください。】	1 達成できた 2 まあまあ達成できた 3 達成できなかった 4 初めて健康づくり宣言をした
問3 あなたの現在の健康状態はいかがですか。	1 非常に健康である 2 まあ健康である 3 あまり健康でない 4 健康でない
問4 あなたは現在、通院していますか。	1 通院している 2 通院していない
問5 あなたの現在の生活満足度はいかがですか。	1 満足 2 まあ満足 3 あまり満足でない 4 満足でない
問6 あなたが現在、日常生活で感じているストレスはどのくらいですか。	1 多い 2 普通程度 3 少ない
問7 あなたの健康状態を3か月前と現在と比較した時、変化はありますか。	1 良くなった 2 変化無し 3 悪くなった
問8 「ちばしウォーキングポイント」に参加して健康を意識するようになりましたか。	1 はい 2 いいえ
問9 週に1回以上、ウォーキング以外に適度な運動を行うようにしていますか。	1 はい 2 いいえ

※切り離してご使用ください。※

※切り離してご使用ください。※

令和4年度 ちばしウォーキングポイント申込ハガキ

WAON番号	6	9	0	0	1	7	0	0
※ちばシティポイントに登録済のWAON番号をご記入ください。 ※未登録番号を記載の場合ポイントの付与はできません。								
性別	1. 男	2. 女	3. 無回答					
年代	1. 20歳未満	2. 20代	3. 30代	4. 40代				
	5. 50代	6. 60代	7. 70代	8. 80歳以上				
在住区	1. 中央区	2. 花見川区	3. 稲毛区	4. 若葉区				
	5. 緑区	6. 美浜区	7. 千葉市在勤・在学					
平均歩数	月	月	月	歩	歩	歩		
健康づくり宣言	問1	問2	問3	問4	問5	問6	問7	問8
フリガナ								
お名前								
電話番号								

※切り離してご使用ください。※

令和4年度 ちばしウォーキングポイント申込ハガキ

WAON番号	6	9	0	0	1	7	0	0
※ちばシティポイントに登録済のWAON番号をご記入ください。 ※未登録番号を記載の場合ポイントの付与はできません。								
性別	1. 男	2. 女	3. 無回答					
年代	1. 20歳未満	2. 20代	3. 30代	4. 40代				
	5. 50代	6. 60代	7. 70代	8. 80歳以上				
在住区	1. 中央区	2. 花見川区	3. 稲毛区	4. 若葉区				
	5. 緑区	6. 美浜区	7. 千葉市在勤・在学					
平均歩数	月	月	月	歩	歩	歩		
健康づくり宣言	問1	問2	問3	問4	問5	問6	問7	問8
フリガナ								
お名前								
電話番号								

ちばしウォーキングポイント

実施期間 令和4年4月～令和5年3月

一人ひとりが無理なく取り組める健康づくりの1つとして、ウォーキングをおすすめします。
1日6,000歩以上の身体活動が、健康の維持増進につながると言われています。
ウォーキング等に取り組んだ方に「ちばシティポイント」をプレゼントします。



参加資格 千葉市に在住・在勤・在学している方

※ポイントを受け取るためには、
ちばシティポイントにエントリーした
「ちば風太 WAON カード」が必要です。
一人1枚でご参加ください。



ちばしウォーキングポイントにご参加の方には、各区保健福祉センター健康課で、無料配付しています。ただし、数に限りがございます。

参加方法 スマートフォン歩数計アプリ

「カラダライブ」をダウンロード

iPhone版



Android版



パソコンでカラダライブWEBサイトにアクセスして歩数を登録することもできます。

ちばしウォーキングポイント 検索

ハガキを入手

必要事項を記入し、ポストに投函

- 申込ハガキ付きパンフレットの配布場所
- 各区の区役所、保健福祉センター健康課
 - 千葉市内イオン各店

付与ポイント ちばシティポイント

1日平均6,000歩を達成した月ごとに **50ポイント(毎月)**

健康づくり宣言(アンケートに回答)をしたら **100ポイント(3ヶ月ごと)**

年間最大1,000ポイントがもらえる!!

貯まったポイントの使い方 ちばシティポイント

- ちばシティポイントは、「WAONポイント」や千葉市ならではの「特典品」などに交換できます。ボランティア関連活動や健康維持・増進活動など対象事業に参加するとポイントがもらえます。
- ちばシティポイントを貯めるには、ちば風太WAONカードをちばシティポイント端末にエントリー(タッチ)する必要があります。ちばシティポイント専用端末は、区役所地域振興課、イオン各店にあります。
- たまったポイントの交換及びポイント履歴の確認には参加者情報登録が必要です。
- ちばシティポイントをWAONポイントに交換し、受け取る際は、事前にWAONのご利用(初回のみ1,000円以上のチャージ)が必要です。

ちばシティポイント 検索

お問合せ ちばしウォーキングサポート事務局

ナビダイヤル **0570-056-132** 受付時間 9:30～18:30 (土日・祝日を除く)

ちばしウォーキングサポート事務局は、本市委託業者(フェリカポケットマーケティング(株))が運営しています。

発行元: 千葉市 保健福祉局 健康福祉部 健康推進課 2022年4月



スマートフォンアプリで参加する

- ① アプリ取得サイトで「カラダライブ」をダウンロードする。
- ② アプリ内メニューの「外部共有サービス」で「ちばしウォーキングポイント」を追加する。
- ③ スマートフォンを持ち歩いて、ウォーキングを継続する。
- ④ ウォーキングの月平均歩数6,000歩/日以上の方は、アンケートでちばシティポイントエントリー済みのちば風太WAON番号を回答する。
(達成者にはアプリ内のお知らせにアンケートを通知します。)



カラダライブアプリについて

- アプリの登録及び利用方法の詳細はホームページをご覧ください。
- カラダライブは、右記のアプリと連動します。[iOS：ヘルスケア、Android：Google Fit]
- アプリ内設定より外部共有した日から月末までの合計歩数をその月の日数で割って1日当たりの平均歩数を算出します。必ず「外部共有サービス」を手続きしてください。
- 平均歩数、ランキングは、前日までにサーバに保存されたデータをもとに作成されます。
- 歩数はカラダライブアプリを起動した際に歩数計測アプリからカラダライブサーバに保存されるため、1週間に1度は起動してください。
(定期的にアプリを起動しないと歩数が正しく登録されず、歩数達成アンケートが配信されない可能性があります。)
- 全てのスマートフォンで正常動作を保証するものではありません。

カラダライブ
スタートアップガイド



機種変更時の注意事項

機種変更をする前に「メニュー」→「引き継ぎコード発行」からIDとパスワードを登録してください。新しい機種でインストールした際に「引継ぎコードでログイン」より登録したID及びパスワードでログインしていただくことでデータを引き継ぐことができます。

WEBでのご参加の方は・・・ 詳しくはホームページをご覧ください。

ポイント付与について

- 条件達成した翌月11日頃に「歩数達成アンケート」を配信いたします。(アプリ：お知らせ、WEB：メッセージ)ポイントの付与は条件達成した翌々月15日頃を予定しています。
ポイントは回答したちば風太 WAON カードにちばシティポイントとして付与されます。
例：4月の平均歩数が6,000歩以上だった場合、5月11日頃に「歩数達成アンケート」が配信されます。
期限内にご回答いただいた場合、6月15日頃にちばシティポイントが付与されます。
- 「健康づくり宣言アンケート」は、6、9、12、3月に実施予定です。
(ポイント付与の流れは「歩数達成アンケート」と同様です。)
- 令和4年度末のポイント付与については、変更となる場合があります。詳細はホームページ等でお知らせします。

注意事項

- アプリ及びWEBでのご利用の場合は、利用規定に同意していただく必要があります。
- 通信料はご利用者様の負担となります。
- デザインや機能は変更される場合があります。
- アプリ及びWEB内、ご利用いただけない機能もあります。
- 獲得したポイントはちばシティポイントとして付与されるため、カラダライブで表示されるポイント数は0ポイントのままの仕様となっています。ポイントの確認につきましてはちばシティポイントの付与履歴をご確認ください。その際、利用場所は「ポイント事務局」と表示されます。

ハガキで参加する

申込ハガキに必要事項を記入し、ポストに投函する。

歩数計測対象月に対する申込締切日を過ぎた場合や記載内容に不足がある場合、ポイントの付与はできませんのでご注意ください。

歩数計測対象月	申込締切日 (消印有効)	ポイント付与日
令和4年 4,5,6月	令和4年 7月 29日	令和4年 9月 15日頃
令和4年 7,8,9月	令和4年 10月 31日	令和4年 12月 15日頃
令和4年 10,11,12月	令和5年 1月 31日	令和5年 3月 15日頃
令和5年 1,2,3月	令和5年 4月 10日	令和4年度末のポイント付与については変更となる場合があります。

ポストに投函した日を記録しておきましょう。

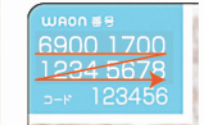
- ※ ハガキの記載内容について、問い合わせする場合があります。
- ※ 不備があった場合のポイントの付与はいたしかねます。
記入事項をよくご確認の上送付をお願いします。
- ※ 登録等により得た個人情報については、本事業以外に使用しません。
また、本事業終了後に責任をもって全て廃棄いたします。

WAON番号の掲載箇所
裏面のこの場所に記載された
16桁の番号がWAON番号です。

ハガキの記載例

令和4年度 ちばしウォーキングポイント申込ハガキ	
WAON 番号	6 9 0 0 1 7 0 0 1 2 3 4 5 6 7 8 <small>※ちばシティポイントに登録済みのWAON番号をご記入ください。 ※未登録番号を記載の場合ポイントの付与はできません。</small>
性別	1. (男) 2. 女 3. 無回答
年代	1. 20歳未満 2. 20代 3. 30代 4. (40代) 5. 50代 6. 60代 7. 70代 8. 80歳以上
在住区	1. 中央区 2. (花見川区) 3. 稲毛区 4. 若葉区 5. 緑区 6. 美浜区 7. 千葉市在勤・在学
平均歩数	4月 5月 6月 8215歩 6669歩 7135歩
健康づくり 宣言	エレベーターではなく、 なるべく階段を使います!
問1	1 問2 4 問3 2
問4	1 問5 2 問6 2
問7	2 問8 1 問9 1
フリガナ お名前	ケンゴウ フクオ 健康 福男
電話番号	043-000-0000

ハガキで参加される方は、後半の8桁の数字を記入してください。



平均歩数の算出方法
1か月間の合計歩数をその月の日数で割ってください。

健康づくり宣言は今後取り組むことを記入してください。

※切り離してご使用ください。※



3213

差出有効期間
2023年 4月
15日まで
(切手不要)

郵便はがき

1058790

230

ちばしウォーキング
サポート事務局行
東京都港区西新橋3-2-1
Daiwa西新橋ビル8階
フエリカポケットマーケティング株式会社

郵便はがき



3213

差出有効期間
2023年 4月
15日まで
(切手不要)

1058790

230

ちばしウォーキング
サポート事務局行
東京都港区西新橋3-2-1
Daiwa西新橋ビル8階
フエリカポケットマーケティング株式会社

