

# 景品の紹介

●記載の企業・団体は「健活!チャレンジ」に協賛しています。

紹介しているものは一部です。  
詳細はホームページをご覧ください。

右の二次元コードよりご覧いただけます▶



## 調理・食品

- ▲ゆずジャム ●藤野商工会
- ▲休塩日のカレー ●アクサ生命保険株式会社
- ▲活命茶 ●中北薬品株式会社
- ▲カロリーメイトキッドフルーツミックス味 ●大塚製薬株式会社
- ▲お〜いお茶 ●株式会社伊藤園
- ▲ゆずの尊 ●藤野商工会
- ▲タニタコーヒープレミアムブレンド ●タニタフィッツミー
- ▲津久井在来大豆3種類 ●豊田屋
- ▲藤野ゆずこしょう青

## 口腔・衛生

- ▲ヘアードライヤー ナノケア パナソニック
- ▲オールインワン美容液 ●アサエンジニアリング株式会社
- ▲音波振動 ハブラシ ドルツ パナソニック
- ▲うさりん&かめるん バスタオル ●明治安田生命保険相互会社
- ▲ふとん乾燥機 ハイパワー ツインノズル アイリスオーヤマ
- ▲グリーンデンタル ●日本ゼツック株式会社

## 健康・運動

- ▲Nintendo Switch+ リングフィット アドベンチャー ●Nintendo Switchのロゴ・Nintendo Switchは任天堂の商標です。
- ▲スマートウォッチ Vivosmart5 ガーミン
- ▲MORI NO TSUMIKI No.1 さがみ湖 森・モノづくり研究所
- ▲スマートバスケット issin
- ▲キャンパスアーバン OGK Kabuto
- ▲スポーツクラブ招待券 ●株式会社ルネサンス
- ▲喉トレ健康かるた ●日本声ヨガ協会

## 行楽・防災

- ▲せいけつさん ●建設業労働災害防止協会 神奈川支部相模原分会
- ▲フリーバスペア券 相模川ふれあい科学館 アクアリウムさがみはら
- ▲トンネルツールームハウス LDXスタートパッケージ Coleman
- ▲アウトドアワゴンメッシュ Coleman
- ▲さがみ湖MORI MORI (旧さがみ湖プレジャーフォレスト) フリーバスペア券 ●相模湖リゾート株式会社
- ▲さがみ湖温泉 うるり日帰り入浴ペア券 ●相模湖リゾート株式会社
- ▲Vitality フェイスタオル ●住友生命保険相互会社
- ▲直売所あくりんず ソフトクリーム引換券 ●JA神奈川つくい

## パソコンアクセサリ

- ▲マウス・キーボード・マウスパッドセット ●東プレ株式会社

## ホームタウンチーム

- ▲ベースボールシャツ ●ノジマステラ 神奈川相模原
- ▲レプリカユニフォーム ●SC相模原
- ▲ガミティぬいぐるみ ●ノジマ相模原ライズ
- ▲レプリカユニフォーム ●ノジマ相模原ライズ
- ▲フェイスタオル ●ノジマ相模原ライズ
- ▲応援用ベースボールシャツ ●三菱重工相模原ダイナボアーズ
- ▲パンパータンブラー (280ml) ●三菱重工相模原ダイナボアーズ
- ▲レプリカユニフォーム ●三菱重工相模原ダイナボアーズ

## 応募・景品に関する注意事項

- 前期・後期の各期間につき、お一人様1回の抽選となります。
- 応募条件を満たした人の中から抽選し、当選者・当選品を決定します。当選者の発表は、景品の発送をもって代えさせていただきます。
- 景品は令和6年12月及び令和7年3月に発送する予定です。
- 景品内容・数量は予告なく変更することがあります。
- 宛先不明、長期間のご不在などの理由により景品を配送できない場合は、ご当選の権利を取消させていただきます場合があります。
- お預かりした個人情報は、本事業に関すること以外には使用しません。

相模原市 健康増進課

市制施行70周年記念  
令和6年度 相模原市



# 健活!チャレンジ

毎年大好評

個人部門  
グループ部門  
の2部門で開催

健康づくりに取り組んで、  
健康と景品を  
手に入れよう!

来年も参加したい!  
参加者の  
98%  
が回答

### 個人部門

#### レポートコース

対象 18歳以上の相模原市内に  
在住・在勤・在学の人  
(令和6年度中に18歳になる人も含む)

前期 (抽選12月)	後期 (抽選3月)
令和6年 9/1日▶11/30日	令和6年 12/1日▶令和7年 2/28日

### グループ部門

#### アプリコース

対象 18歳以上の相模原市内に在住・  
在勤・在学の人で構成し、  
5人以上で参加する団体  
(事業所の参加でもOK!)

期間 (抽選1月)

令和6年 10/1日▶12/31日	令和6年9月1日▶から 参加登録できます
----------------------	-------------------------

## 参加方法

### レポート提出でチャレンジ! コース

- ①レポート用紙に健康づくりの取り組み目標を記入
- ②記入した健康づくりの目標に30日分取り組み
- ③30日分のレポートを提出

レポート用紙はチラシの裏面にあります

### スマホでチャレンジ! アプリコース

※期間中10日以上登録していることが必要です

- ①アプリ「マイME-BYOカルテ」に登録
- ②アプリトップ画面下部にある「今すぐ参加して、景品をゲットしよう!」から参加登録
- ③希望するカテゴリーを選択
- ④スマートフォンを持って歩く

### 個人部門

- ③希望するカテゴリーを選択
- ④スマートフォンを持って歩く

### グループ部門

- ③グループ部門を選択し、代表者に通知したグループコードを入力
- ④スマートフォンを持って歩く

記念品等  
上位入賞 ▶平均歩数の多いグループに記念品(トロフィー)を贈呈!  
その他 ▶グループで抽選を行い、景品が当たります!

主な景品  
issin スマートバスケット  
Coleman トンネルツールームハウスLDX スタートパッケージ

こちらからアプリのダウンロード!

代表者が事前参加登録  
グループの参加コードをゲット!

相模原市コールセンター (年中無休 8時~21時)

お問合せ ▶ 042-770-7777

詳しくはこちら ▶ 健活!チャレンジ 検索

アプリをダウンロードして簡単参加!

スマホでチャレンジ! アプリコース

こんな方におすすめ

- スマホを持っている!
- ウォーキングでチャレンジしたい!

1 AppStoreまたはGooglePlayストアから、「マイME-BYOカルテ\*」をダウンロード  
※神奈川県健康管理アプリを利用して登録します。(アプリの登録は無料。通信回線費は必要。)



2 ユーザー情報を登録し、アプリを立ち上げ、氏名等のほか、郵便番号と住所までを正確に登録  
※景品発送のため、住所は必ず正確に登録してください。

ユーザー登録



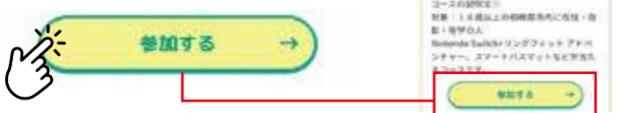
3 アプリトップ画面下部にある「キャンペーンバナー」をタップ

今すぐ参加して、賞品を当てよう!  
 キャンペーン開催中! 詳しくはこちら

4 相模原市 健活!チャレンジの「詳細を見る」をタップ



5 欲しい景品カテゴリーを選択して「参加する」をタップ  
(カテゴリーは複数選択可能です)



6 参加要領を確認し、在住・在勤・在学を選択の上、「同意して参加する」をタップ

7 スマートフォンを持って歩く!  
 1日平均6,000歩以上歩くと、抽選の対象に!  
(期間中、10日以上以上の取り組み、期間最終日まで登録している必要があります。)

※毎月末にはアプリにログインしましょう。  
 ログインしないと歩数データが0歩になってしまいます。

アプリ登録が難しい場合はこちら!

レポート提出でチャレンジ! コース

こんな方におすすめ

- スマホを持っていない
- ウォーキング以外でチャレンジしたい!

1 表面の「健活!チャレンジレポート用紙」に健康づくりの取り組み目標を記入

2 表面のレポート用紙の②に記入した健康づくりの目標に30日分取り組む

- レポート用紙に取り組んだ日付を記入
- 希望の景品カテゴリー・参加者情報を記入

健康づくりの取組内容 (例)

**なりたい自分**  
運動の習慣をつけたい

**取組内容**  
1日6,000歩ウォーキングをする

**なりたい自分**  
今の体重を維持したい

**取組内容**  
1日1回体重を量る  
毎食バランスの良い食事をする

**なりたい自分**  
いつまでもきれいな口元でいたい

**取組内容**  
1日1回歯の隙間ケアをする  
(糸ようじや歯間ブラシの使用)

3 レポート用紙を期限までに提出すると抽選の対象に!  
 提出は郵送か電子メールでお願いいたします。  
 レポート用紙の電子ファイルは市ホームページに掲載しています。

メールアドレス  
 kenkouzoushin@city.sagamihara.kanagawa.jp

提出期限

前期 令和6年12月5日(木)

後期 令和7年3月5日(水)



# 健活! チャレンジレポート

個人部門  
 令和6年度  
 【提出用】

受付印欄

- 01 ①健康づくりに取り組んで、どんな自分になりたいですか? >
- ②そのためにどんな健康づくりに取り組みますか? >

02 上記②健康づくりの取り組み内容を実施した日付をご記入ください。  
(30日分記入したら応募できます)

1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目	10日目
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
11日目	12日目	13日目	14日目	15日目	16日目	17日目	18日目	19日目	20日目
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
21日目	22日目	23日目	24日目	25日目	26日目	27日目	28日目	29日目	30日目
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/

なりたい自分に近づけましたか? (30日取組後)

とても近づけた  まあまあ近づけた

あまり近づけなかった  まったく近づけなかった

達成!

03 希望する賞品カテゴリーに 健康・運動 調理・食品 口腔・衛生 行楽・防災  
チェック (複数可) ホームタウンチーム QUOカード パソコンアクセサリ

参加者情報 (全ての項目を必ず記入・チェックしてください)

ふりがな	生年月日 (西暦)		電話番号 (日中連絡の取れる番号)
氏名	年	月	日
住所	〒 -		
該当するものにチェック!	<input type="checkbox"/> 相模原市在住	<input type="checkbox"/> 相模原市在勤	<input type="checkbox"/> 相模原市在学

\*番地、建物名 (アパート・マンション名)、部屋番号等を正確にご記入ください

提出方法

原則郵送とします 任意の封筒に入れ、切手を貼り、右記の宛先まで郵送してください。

宛先 〒252-5277 相模原市中央区中央2-11-15  
 相模原市 健康増進課 宛  
 (健活!チャレンジレポート在中)

チームの  
平均歩数  
を競う!

# 健活! チャレンジ

グループ部門

令和6年

10/1 火 ▶ 12/31 火

令和6年9月1日 ⑤から参加登録できます

5人以上の団体で参加し、  
アプリ「マイME-BYOカルテ」で  
期間中に記録された1日あたりの  
参加者平均歩数を競います。

## グループ部門への参加登録について

### STEP 1 代表者の事前参加登録

1 参加事業所・団体のグループ代表者が二次元コードから申し込みます。

#### 申込フォームの項目

①グループ名 ②種別(事業所か任意団体) ③代表電話番号 ④代表住所  
⑤代表メールアドレス ⑥代表氏名 ⑦参加人数

※グループ名を広報さがみはら市ホームページ等で紹介します。

二次元コードはこちら▶



2 登録後、3桁の参加コードを申し込みをした代表者にメールで送付します。

※コード発行まで1週間程度かかる場合があります。

3 代表者はグループ全員に、アプリ「マイME-BYOカルテ」グループ部門参加ページの「グループコード」入力欄に3桁の参加コードを入力するようお知らせします。

4 事前参加登録は完了です。

### STEP 2 グループ全員の参加登録

1 AppStoreまたはGooglePlayストアから、「マイME-BYOカルテ※」をダウンロード

※神奈川県健康管理アプリを利用して登録します。(アプリの登録は無料。通信回線費は必要。)



AppStore



GooglePlayストア

2 ユーザー情報を登録し、アプリを立ち上げ、氏名等のほか、郵便番号と住所までを正確に登録

※景品発送のため、住所は必ず正確に登録してください。



ユーザー登録



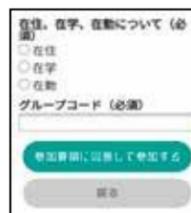
3 アプリトップ画面下部にある「キャンペーンバナー」をタップします。

今すぐ参加して、賞品を当てよう!  
キャンペーン開催中! 詳しくはこちら

4 相模原市 健活!チャレンジの「詳細を見る」をタップします。

詳細を見る

5 「グループ部門」をタップし、参加要領を確認し、在住・在勤・在学を選択の上、代表者に送付された3桁の参加コードを入力し、「同意して参加する」をタップして参加登録完了です。



6 スマートフォンを持って歩きましょう!

※期間中、10日以上取り組み、期間最終日まで登録している必要があります。

※毎月末にはアプリにログインしましょう。ログインしないと歩数データが0歩になってしまいます。

### 資格要件

- 市内在住・在勤・在学の18歳以上の人(令和6年度中に18歳になる人も含む)で構成し、5人以上で参加する団体(事業所での参加もOK!)
- 身近で気軽な健康づくり活動の習慣化を図ることを目的としているため、ウォーキング以外の運動で歩数を計測することはご遠慮ください。
- 平均歩数の集計のため、アプリでの参加のみとします。
- 個人部門のアプリコースと併用して参加することも可能です。
- 同じ事業所で複数チームの応募も可能ですが、一人が複数チームへ所属することはできません。



### 記念品について

平均歩数の上位のグループに対して

記念品(トロフィー)と賞状を贈ります。

記念品の贈呈式は、ウェルネスさがみはらで2月に予定しています。



### 景品について

抽選で市名産品

ゆずサイダーが当たります。



グループ部門に参加いただいた全グループで抽選を行い、市名産品のゆずサイダーを贈ります。

