



健康アプリで楽しく  
手軽に健康に！



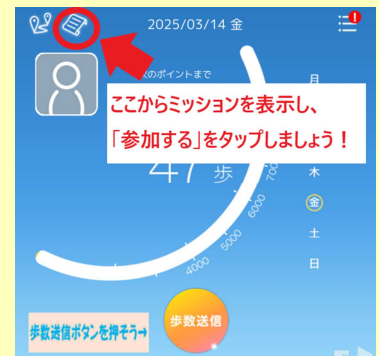
能美市健康ポイント事業



能美トチポ  
**500P**  
プレゼント

## 「20日間チャレンジ」

- 期間： 11月1日（土）～20日（木）の20日間  
内容： 20日間で**累計10万歩**達成した方全員に500円分の  
能美トチポをプレゼント！  
参加方法：①アプリホーム画面左上の  
ミッションマークを押す  
②毎日歩いて歩数を送信  
～毎日5,000歩以上を目指しましょう！～



※のみヘルスで能美トチポの受け取りが初めての方は、後日アプリのホーム画面に表示される電子申請フォームから申請することで、12月中に能美トチポが付与されます。なお、過去にのみヘルスで能美トチポを受け取っている方は電子申請は不要です。

※能美トチポを受け取るためにはトチツーカーアプリをダウンロードし、能美トチポを登録する必要があります。

能美市健康推進課 ☎ (0761) 58-2235

〒923-1121 石川県能美市寺井町ぬ48番地



◀ 能美市  
公式 HP

11 月中、リニューアルオープンした健康ロードや周遊ルートを歩くとポイント倍付与！

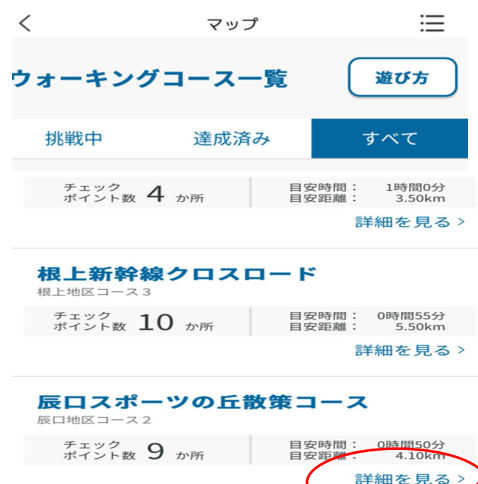
健康アプリ「のみヘルス」では、市内のウォーキングコースやコース内のおすすめスポットがアプリ内で確認できます。健康ロードリニューアルに伴い、健康ロードと9つの周遊ルートを公開しました。これらのコース内のスポットを巡りながら、能美市の魅力を発見しましょう！

なお、各コースはホームページでも順次公開予定です。

①アプリホーム画面、左上のマップマークを押す



②ウォーキングコース一覧から歩きたいコースを選ぶ



③選んだコースのマップ上の①の場所へ行き、アプリ上の「挑戦する」ボタンを押す



①の地点から順番どりに全てのスポットを巡ることで、アプリ内ポイントが獲得できます。

## 健康ロード周遊ルートポイント一覧

|       | ウォーキングコース       | 目安距離   | 達成報酬       |
|-------|-----------------|--------|------------|
|       | 健康ロード           | 16.1km | 1,610 ポイント |
| 周遊ルート | ①根上公園海浜コース      | 7.2km  | 720 ポイント   |
|       | ②根上新幹線クロスロードコース | 5.5km  | 550 ポイント   |
|       | ③寺井九谷巡りコース      | 6.5km  | 650 ポイント   |
|       | ④辰口スポーツの丘散策コース  | 4.1km  | 410 ポイント   |
|       | ⑤辰口里山満喫コース      | 4.5km  | 450 ポイント   |
|       | ⑥辰口石碑巡りコース      | 7.7km  | 770 ポイント   |
|       | ⑦寺井古墳巡りコース      | 5.9km  | 590 ポイント   |
|       | ⑧寺井健康ロード用水巡りコース | 7.3km  | 730 ポイント   |
|       | ⑨根上スポーツ海浜コース    | 7.2km  | 720 ポイント   |

11 月中はポイント倍付与！