

会員数 **12,000人突破!!**

ある

# うわじま歩ポ

新しい機能が追加されました!  
(新機能は令和4年7月スタート!)

よくある質問が見やすくなりました

「お問い合わせの前に」を見ることで  
お問い合わせに必要な情報の確認ができます。

お問合せの  
時間・電話番号が  
変更になりました

新お問合せ時間

**10:00~15:00**  
(水・土・日・祝を除く)

新お問合せ番号

**089-993-5714**

公式サイトに  
今すぐアクセス!



ご利用中の方は続けてね!  
まだの方は始めてね!



## うわじま歩ポとは?

宇和島市民の健康づくり推進を目的とした  
「**うわじま健康マイレージ事業(うわじま歩ポ)**」です。  
うわじま歩ポへの登録者には歩数に応じた **歩ポイント** が付与されます。

## うわポンとは?

うわじま歩ポへの登録者で、**対象の施設を有料で利用した場合**、チェックインしてスタンプを貯めることができます。

貯めた歩ポイント及びスタンプは、宇和島市内の取扱店舗で利用できる **クーポン** や **健康マイレージ共通達成券** (1,000円相当のお買い物券) と交換することができます。

いつでもスタートできます。

年度自動更新

初めての人も登録カンタン!

## アプリで歩ポ・うわポン

「伊達なうわじま安心ナビ」(宇和島市公式アプリ) 健康モード「うわじま歩ポ」の新規会員登録から登録できます。

受付期間 (5月1日~翌年1月31日)

## こつこつ歩ポ・うわポン

「市役所保険健康課(16番窓口)または、各支所健康推進係で、歩ポイントカード・うわポンスタンプ帳を配布しています。」

※随時最新版を配信しておりますので、最新版にアップデートしてください。

※うわポンスタンプ帳は対象施設でも配布しています。



# 「うわじま歩ポ」には、2つのコースがあります。

※お一人様いずれか1コースです。

## アプリで歩ポ

## こつこつ歩ポ

登録対象者

- ①18歳以上の宇和島市民、または宇和島市内への通勤通学者  
※通勤通学者は、愛媛県南予・中予地域に限らせていただきます。
- ②18歳以上の上記以外の方  
※アプリ新規会員登録時、クーポンのみ交換可能です。

18歳以上の宇和島市民  
受付期間：5月の第1開庁日～翌年1月31日

登録方法

アプリから会員登録  
伊達なうわじま安心ナビ  
→健康モード「うわじま歩ポ」新規会員登録から会員登録  
※メールアドレスが必要となります。



窓口にてカード受け取り  
●市役所1階 保険健康課16番窓口 ●宇和海支所  
●吉田・三間・津島支所 健康推進係  
※令和2年度以降に登録した方は自動継続となります。毎年4月末頃ご自宅にカードをお送りします。

歩ポイントの管理と換算方法

アプリで自動計算  
※歩数や累積歩ポイントデータを継続管理するため5日に1回は「伊達なうわじま安心ナビ」のホーム画面を開いてください。

歩数(1日)	ポイント(P)
2,000～3,999歩まで	1
4,000～5,999歩まで	2
6,000～7,999歩まで	3
8,000歩以上	4
ボーナス歩ポイント	30

期間：4月1日～翌年3月31日  
(4月1日にリセットされ0ポイントから開始です)

「歩ポイントカード」に記入



歩数(1日)	ポイント(P)
2,000歩以上	1
ボーナス歩ポイント	30

※窓口にてお渡しします。歩数計はご自分で準備して値をご記入ください。  
期間：カード配布日～翌年3月31日

ボーナス歩ポイントは当年度の特定健診、後期高齢者健診、若年者健診、人間ドック、事業所健診受診分が対象です。(宇和島市民限定)

うわポンの管理と換算方法

施設詳細及びイベント詳細からチェックイン  
※1日1スタンプのみとなります。

取得条件	スタンプ
施設有料利用・イベント参加	1

期間：4月1日～翌年3月31日(4月1日にリセットされ0から開始です)

スタンプ帳で管理 ※1日1スタンプのみとなります。

取得条件	スタンプ
施設有料利用・イベント参加	1

※スタンプは各施設受付及びイベントスタッフに押しつけてもらってください。  
期間：カード配布日～翌年3月31日



令和4年4月現在対象施設：宇和島市スポーツ交流センター、宇和島市総合体育館、吉田町ふれあい運動公園、津島勤労者体育センター

交換方法

アプリから申請(期限：翌年3月31日まで)

本人が、担当窓口にて申請(期限：翌年4月30日まで)  
※免許証など本人確認ができるものをご持参ください。

アプリ新規会員登録時	クーポン
参歩賞 60P	クーポン
歩歩賞 100P	健康マイレージ共通達成券1枚
健歩賞 350P	健康マイレージ共通達成券1枚
うわボン賞 30スタンプ	健康マイレージ共通達成券1枚

参歩賞	60P	クーポン
歩歩賞	100P	健康マイレージ共通達成券1枚
うわボン賞	30スタンプ	健康マイレージ共通達成券1枚

(各賞年度1回のみ) ポイント及びスタンプは交換しても消滅せず、累積されます。

～市内の取扱店にご協力いただいています～(店舗数は2022年6月時点の実績です。)

**クーポン** クーポン取扱店(52店舗)で受けることができるサービスです。(クーポンの内容は店舗により異なります)

**健康マイレージ共通達成券** 健康マイレージ共通達成券取扱店(230店舗)で、1,000円相当のお買い物などに使用できます。  
※クーポン、健康マイレージ共通達成券は郵送で届きます。



アプリについて



ご利用可能端末

- iOS11以上の端末(iPhone5S以降)
- Android6.0以上のLTE通信対応端末

- 本アプリは歩数計の動作に必要なセンサーが搭載されたAndroid・iOS端末のみ歩数計機能に対応しております。
- ご利用可能端末に含まれる端末においても一部の端末では歩数計が動作しないことがありますので、予めご了承ください。
- スマートフォンを見ながら歩くことは大変危険です。歩数やポイントの確認は安全な場所で行ってください。
- 掲載内容は2022年6月時点のものです。実際の内容とは異なる場合がありますので、予めご了承ください。

アプリに関するお問い合わせ

[伊達なうわじま安心ナビ業務受託業者]  
**株式会社プライサー**

TEL:089-993-5714

受付時間:10時から15時まで(水曜・土曜・日曜・祝日を除く)

お問い合わせ

宇和島市 保険健康課  
〒798-8601 愛媛県宇和島市曙町1番地  
TEL:0895-49-7021

吉田支所 健康推進係  
TEL:0895-49-7096

三間支所 健康推進係  
TEL:0895-49-7103

津島支所 健康推進係  
TEL:0895-49-7062