

北九州市
健康イメージキャラクター
「スマッキー」



健康づくりアプリ

ダウンロード
無料

GO!GO!

あるくっちゃ
KitaQ



アプリをつかって
健康づくりを
はじめよう!

アプリ内ポイントを貯めると、
抽選でステキなプレゼントが
当たる!

*詳しくは裏面の二次元コードから
アプリ紹介サイトをご覧ください。



お問い合わせ先

北九州市 健康推進課

☎ (093)582-2018

アプリ機能

ポイントの貯め方

- ウォーキングをする
 - 健康記録をつける
 - 体重 ● 血圧
 - 食べた野菜の量
 - 地域ボランティア活動
- など

目標 1日の目標歩数

メニュー 各種機能の表示

歩数 1日の歩数

距離 1日の歩行距離

応援メッセージ スマッキーからの応援メッセージ!

医療費抑制額 総歩数から計算された医療費の削減効果

カロリー数 歩数から計算された消費カロリー

健康日替わりメッセージ

今日の健康記録 体重、血圧、食べた野菜の量、地域ボランティア活動などの入力

ポイント ポイントを貯めると景品抽選の対象になります

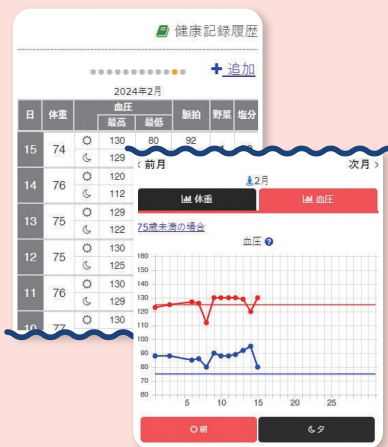
総歩数

① ホーム
② ランキング
③ 健康イベント
④ ウォーキングコース

歩数履歴



体重・血圧の管理



塩分チェック

問1 1/13
みそ汁、スープなどを食べる頻度はどのくらいですか？

1日2杯以上 (3点)
✓ 1日1杯くらい (2点)
2~3回/週 (1点)
あまり食べない (0点)

各種健診の記録

受診日 ※今年度のみ
2024/02/15

受診機関 (※〇〇病院、職場で受診など)
KitaQ病院

健(後) 診種別 ※3つまで
特定健診、後期高齢者健診、その他(若年者、?)
職場健診、事業所健診、人間ドック

ダウンロード

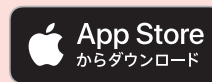
アプリ紹介
サイトは
こちらから



Androidの方は
こちらから



iPhoneの方は
こちらから



動作環境: Android Android4.3以上 / iPhone iPhone5s以上かつiOS9以上

ご利用にあたり

- スマートフォンのデータ通信費は、ご利用者の負担となります。
- 1日の歩数は、翌日アプリ画面を開いたときにサーバーへアップロードされます。
- ランキングは、サーバーへアップロードされている前日までのデータをもとに作成されます。
- Androidの歩数計測はアプリを常駐させますので、アプリをインストールする前よりバッテリーの消耗が大きくなります。
- Androidの一部機種ではスリープ中の歩数が計測できず、スリープ解除時にスリープ中の歩数がまとめてカウントされます。
- 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。
- デザインや機能は変更される場合があります。