

# 健康づくりでポイント貯めて 楽しく、お得に「健康・長生き」 おおさか健活マイレージ「アスマイル」が始まります!!

本市モデル実施期間：1月21日(月)～5月31日(金)

※10月から府内全域で実施

## おおさか健活マイレージ「アスマイル」って?

おおさか健活マイレージ「アスマイル」は、大阪府が主体となって実施する健康マイレージの取り組みで、1月21日(月)から市でモデル実施が始まります。

スマートフォン（または専用の歩数計）やパソコンを使ってポイントを貯めながら楽しく、お得に健康づくりにチャレンジできます。

また、おおさか健活マイレージ「アスマイル」公式ホームページ（以下、「アスマイル公式ホームページ」）からログインできる利用者マイページでは、利用者が健診情報などを入力することで自身の健康管理ができるようになります。

## どんな特典があるの?

スマートフォンアプリやパソコンなどで自分の健康行動（ウォーキングや健診受診など）を記録することでポイントが付与され、抽選などで電子マネーや商品券などの特典がもらえます。

※スマートフォンをお持ちでない人は専用の歩数計（2700円）を購入することでウォーキングポイントを貯めることができます。

### ポイントを貯める主な方法

ポイントには、一定数貯めることで抽選に参加できる「抽選ポイント」と、抽選なしで特典と交換できる「交換ポイント」があります。

**【市在住で18歳以上の人】**  
スマートフォンやパソコンなどで次の項目に取り組むことでポイント付与

- ①スマートフォン（または専用の歩数計）を持って歩く
- ②体重、血圧、がん検診受診などの健康情報を入力する
- ③健康イベントなどでQRコードを読み取る
- ④歯磨きなどの健康行動を記録する
- ⑤健康情報コンテンツを視聴する
- ⑥行政が実施するアンケートへ回答する など

抽選ポイント

**【40歳以上の門真市国民健康保険被保険者】**

- ①特定健診を受診する

※年度中に40歳になる人を含む

交換ポイント

### スマートフォンを持っていない人の歩数ポイント獲得方法

イメージ

**【専用の歩数計購入】** → **【ウォーキング】** → **【リーダーにタッチ】**

専用の歩数計（オムロン製）を購入し、ウォーキングを行い、専用リーダーやローソンのLoppi端末でポイント付与。

ドコモショップ、市役所に設置する専用リーダーやローソンのLoppi端末でポイント付与

制度の詳細はアスマイル公式ホームページで確認  
**「おおさかアスマイル」で検索**

【おおさか健活マイレージ「アスマイル」公式ホームページ】  
<https://www.asmile.pref.osaka.jp>

【問合せ先】  
専用コールセンター（開設は1月21日(月)）  
☎06(6131)5804

**どんな人が参加できるの?**  
市在住の18歳以上であれば誰でも参加できます。

**参加申し込みは1月21日(月)から**

1月21日(月)から次のいずれかの方法で申し込んでください。

【スマートフォンアプリで参加】  
スマートフォンアプリをダウンロードまたはアスマイル公式ホームページから申し込み

【専用の歩数計で参加】  
申込書を郵送

※申込書で専用歩数計の購入手続き可  
※申し込みには本人確認書類（健康保険証や運転免許証など）が必要  
※申込書は1月21日(月)から健康保険課や健康増進課、市内のドコモショップで配布。アスマイル公式ホームページからもダウンロード可

**門真市国民健康保険に加入している40歳以上の皆さんへ**  
**特定健診の受診で特典がもらえます**

門真市国民健康保険の被保険者は特定健診を受診すると、抽選なしで電子マネーや商品券などの特典と交換できる「交換ポイント」が付与されます。

交換ポイントの付与対象  
1月21日(月)～2月23日(土)に参加申し込みをした人のうち、30年度の特定健診を受診した人

※特定健診について、詳しくは本紙6面を参照  
特定健診についての問合せ先  
健康保険課 ☎06(6902)5989

**ウォーキングイベントを開催**

おおさか健活マイレージ「アスマイル」の事業開始にあたり、ウォーキングイベントを開催します。2月2日(出)・3日(日)は初回イベントとして本事業の紹介や健康相談会の実施も予定しています。

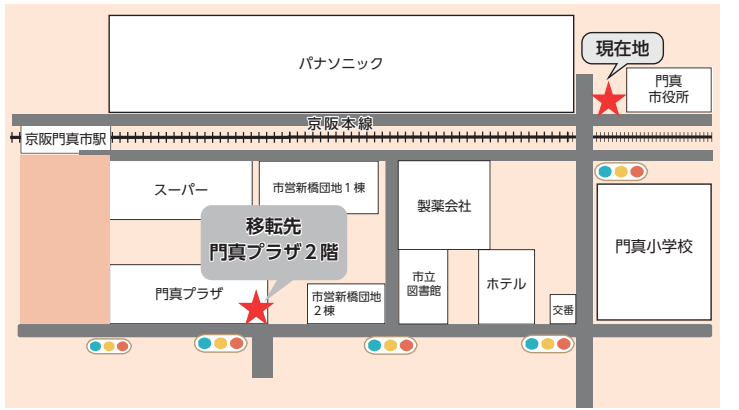
とき 2月2日(出)から

※事前申込不要  
ところ イオンモール大日1階サニーコート  
※内容は変更になる場合あり  
費用 無料  
※詳しくはアスマイル公式ホームページ参照

## 4月から消費生活センターが京阪門真市駅前に移転

4月1日(月)から門真市消費生活センターが移転します。業務時間や相談内容、電話番号に変更はありません。消費生活などに関する相談にお越しください。

移転先  
〒571-0048  
門真市新橋町3-3-217門真プラザ2階  
業務時間 平日午前9時～午後5時30分



相談	受付日時	受付内容
消費生活相談	平日 午前9時～正午、午後0時45分～4時30分	特殊詐欺やさまざまな商品、サービスによるトラブル・苦情など消費生活に関する相談
多重債務相談 ※要予約	火・金曜日 午前9時40分～正午、午後1時～4時20分 ※祝日を除く	ローンの返済や債務整理 ※融資は不可

問合せ先 消費生活センター  
☎06(6902)7249

**特殊詐欺にご注意を!!**

市内での昨年の特殊詐欺被害は…  
被害件数 **35**件  
被害額 約**3200**万円  
※30年11月末現在。門真警察署調べ

**「キャッシュカードを預かります」「暗証番号を教えてください」はすべて詐欺です。**

また、息子を名乗る人からの電話で「かぜをひいて声が変わった」「電話番号が変わった」などと話し、金銭などを要求してきたときは一度電話を切り、本当に息子だったのかを必ず確認しましょう。