

# 釧路市公式LINEと友だちになって 健康ポイントを集めよう！



スマートフォンを持って、いろいろなところに  
出掛けると、健康にいいことがあるよ！  
ポイントもたまるよ！

ポイント取得可能期間 令和5年10月1日～令和6年2月29日

プレゼント交換期間 令和5年10月10日～令和6年3月30日

※賞品がなくなりしだい終了とさせていただきます。

## 対象

どなたでも市公式LINEと友だちになって、ポイントを集めることはできますが、プレゼントの交換は、2023(令和5)年4月1日時点で**18歳以上の釧路市民の方が対象**となります。

## 参加方法

※参加費は無料ですが、スマートフォンアプリ通信料は自己負担となります。

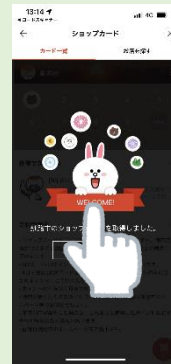
- 1 釧路市公式LINEを  
「友だち追加」します



釧路市公式LINEの  
友だち追加はこちら→



- 2 基本メニューの「健康ポイント」をタップして、  
くしろ健康ポイントカード(ショップカード)を取得します



くしろ健康ポイントカード  
(ショップカード)の取得  
で、1ポイントプレゼント!!



- 3 お出掛け先のお店や施設、イベントや健康診断などに  
設置されている二次元コードを読み込んでポイントを集めましょう！

※1日1回のみ集めることができます。

右下のマークをタップ  
すると二次元コード  
を読み込むことが  
できます。

# 二次元コードの設置場所

ポイントは、1ポイントと3ポイントの2種類です。

ポイントの対象となるお店やイベントは追加・変更される場合があります。  
最新情報は市ホームページでご確認ください。

1

ポイント

- ✓健康づくり応援団のお店を利用する
- ✓イオンモール釧路昭和ウォーキングコースを利用する
- ✓市の運動施設や学習施設を利用する
- ✓健康づくりサポーター作成のウォーキングコースを利用する

詳細は市ホームページを  
ご覧ください→



3

ポイント

- ✓各種の健(検)診を受ける
- ✓イベントに参加する

## プレゼントの交換方法

10ポイント集めると、「特典チケット」が表示されます。

10ポイント(1枚目)  
参加賞と交換！

先着500名様

20ポイント(2枚目)  
地場産品賞と交換！

先着150名様



特典チケットが表示されたら、交換場所へお越しください。

**交換場所：釧路和商市場インフォメーション**

引換期間：令和5年10月10日～令和6年3月31日

営業時間内 月～土曜日 午前8時～午後5時

※釧路市民であることを確認できる書類（マイナンバーカードや運転免許証など）をお持ちください。

問合先 釧路市役所健康推進課 ☎0154-31-4524