



R7年度 LINE 版・玉城町健康・子育てマイレージについて

健康・子育てマイレージとは？

健康づくりのための行動の習慣化や、お子様との関わりを増やすことを目指すためのポイント制度です。
パンフレットもしくはLINE、どちらか参加しやすい方法を選んで、参加してください♪

実施期間：令和7年6月1日(日)～令和8年1月16日(金)応募・たまネー付与期間：令和8年1月23日(金)まで

参加方法

【1】玉城町公式 LINE と友達になる。

友達追加メニュー → [QR コード]をクリック → QR コードを読み取る
→友達追加の画面にある[追加]をクリック



玉城町公式 LINE

【2】画面下の「健康・子育てマイレージ」ポイント GET をタップしてポイントを貯める。

- ① 目標を決める。＜例えば…体重を減らして、お腹周りをすっきりさせる、子育てを楽しむ 等＞
- ② 健康や子育てなどで取り組むことを1つ決める。
＜例えば…間食を控える、1日30分以上の運動をする、親子で外で遊ぶ、早寝早起きをする 等＞
- ③ 取組ができた日は、トークルーム下段にある「今日の健康・子育てポイントを貯める」ボタンを押す。【獲得は1日1ポイントのみ】 ※開始時に3ポイントプレゼントあり。

30 ポイント貯まれば達成！

特典チケット GET！！

【3】特典チケット画面をスクリーンショットする。

【4】「応募する」をタップし、応募フォームから「特典チケットの画像」「必要事項」を入力し、応募する。

【5】地域共生室窓口で、『たまネー500P』プラス「三重とこわか健康応援カード」プレゼント！

応募・たまネー付与期間：令和8年1月23日(金)まで



達成者全員に
500P(500 円分)
プレゼント！



たまネー付与方法について

たまネーのポイントは、**地域共生室窓口で付与**します。応募フォームで応募後、たまネーカードまたはアプリを持参の上、地域共生室に来所をお願いします。※たまネーの付与は来所されたご本人分のみとなります。



県内の協力店でカードを提示すると、割引やドリンクサービス、粗品プレゼントなどの特典が受けられます！

三重とこわか健康応援カード

パンフレットでの健康・子育てマイレージ事業も実施中です！

ポイントを貯めると、たまネー500P&三重とこわか健康応援カード&粗品（生活用品）プレゼント！

※たまネーポイント付与は1人につき、500P 上限です。

問い合わせ先：保健福祉課 地域共生室 ☎0596 (58) 7373

平日 8：30～17：15（火・木は 19：00 まで）

