

ポイントの獲得方法

以下の方法でポイントが獲得できます。

※ポイントは原則として獲得条件を達成した3日後の17時頃までに配布されますが、当サービスの都合により、反映が遅れる場合がございますので、ご了承ください。

※一部のポイントは即時配布されます。

■1日1回獲得可能な方法

- ・ホーム画面表示 = 1pt
- ・歩数記録
 - －3,000 歩達成 = 10pt
 - －5,000 歩達成 = 10pt（累積 20pt）
- ・食事記録
 - －朝食記録 = 2pt
 - －昼食記録 = 2pt
 - －夕食記録 = 2pt
- ・体重記録 = 2pt
- ・睡眠記録 = 2pt
- ・運動記録
 - －歩く・走る = 1pt
 - －サイクリング = 1pt
 - －軽い運動・トレーニング = 1pt
 - －機具や施設でのトレーニング = 1pt
 - －ヨガ・ダンス = 1pt
 - －日常の活動・家事 = 1pt
 - －スポーツ = 1pt
 - －水泳・水中での運動 = 1pt
 - －BeatFit の運動 = 1pt
- ・体温 = 1pt
- ・血圧 = 1pt
- ・ごはんで育成ゲーム
 - －親密度 UP ボーナス = 20pt
 - －あみだくじ(大) = 5pt

- ーあみだくじ(小) = 1pt
- ーランキング上位 10% = 10pt
- ーランキング上位 11-50% = 5pt
- ーランキング上位 51-100% = 1pt
- ・おすすめ記事・動画の各記事閲覧 = 1pt (複数閲覧でも 1pt)
- ・あらかわ満点メニュー・おうち de 満点を食べた方※=20pt
- ※ポイントがもらえるお店は区ホームページ「あらかわ満点メニュー・おうち de 満点」
をご確認ください。

■1週間に1回獲得可能な方法

- ・クイックスローウォーク
 - 週 12 セット達成=10pt
 - 週 20 セット達成=10pt
- ・歩数ランキング= 30pt
 - ※週間ランキング 100 位以内
- ・ウォークラリー
 - ーチェックイン = 1pt
 - ーゴール達成 総距離 3km 以上 5km 未満= 10pt
 - 総距離 5km 以上= 15pt

■1ヶ月に1回獲得可能な方法

- ・ストレスチェック = 5pt
- ・AI ダイエットサポート対象外の方
 - ー体重予測実行 = 20pt
- ・AI ダイエットサポート対象の方
 - ー体重予測実行 = 30pt
 - ー4 週間ダイエット 1 週目 = 20pt
 - ー4 週間ダイエット 2 週目 = 20pt
 - ー4 週間ダイエット 3 週目 = 20pt
 - ー4 週間ダイエット 4 週目 = 20pt
 - ー最終結果確認 = 20pt
 - ー目標達成 = 50pt

■全期間で1回のみ獲得可能な方法

- ・おすすめプログラムのアクション達成 = 5pt
- ・開始時アンケート = 50pt
- ・終了時アンケート = 50pt

- ・ 区のアナケート＝10pt
- ・ 各種申請 ＝ 50pt

■区内スポットチェックイン

- ・ QRコード読取
各施設1週1回＝1pt

■区主催のイベント・講座の参加 ＝ 10～50pt

- ・ QRコード読取
各イベント・講座によりポイントが異なります。

ポイントの利用方法

獲得したポイントは景品への応募に利用できます。

景品内容や応募方法に関しては後日ご案内いたしますので、お待ちください。

注意事項

・ 本企画は荒川区が主催しているものであり、Apple Inc.、Apple Japan 合同会社、Google Inc.によるものではありません。

・ 何らかの事情により当選した景品を送付できない場合は、受け取り権利を失効とさせていただきます。

・ 当選した景品の交換・換金・返品、及び受取権利の譲渡（オークションの転売を含む）等
はできません。

・ ポイント獲得及び利用に関して不正な行為があった場合は、無効となります。

・ この内容に関しては、やむを得ない事情により中止・変更となる場合があります。