

SAPP RO

Sapporo Health App

札幌健康 アプリ

“アルカサル”

札幌健康アプリ『アルカサル』で
楽しみながら自然と健康に



▼ 札幌健康アプリ 4 つの特徴 ▼

① 歩数がみえる



いつもの歩数を
見える化し、
無理なく健康増進！

② 体の変化がわかる



毎日の記録管理で
体の変化がわかる！

③ 人と出会える



イベントやボランティア
活動などを検索して
参加できる！

④ 特典がもらえる



貯めたポイントは
電子マネーへの交換や
抽選に使える！

※条件あり



札幌健康アプリ
ダウンロードはこちら



ダウンロード無料

・アプリ内での課金はありません
・通信費は自己負担です

アプリの始め方

カンタン 3 STEP

STEP
1

アプリをダウンロード

アプリストアから

二次元コードから



札幌健康アプリ

推奨環境

iOS:iOS14.0以上/iPhoneSE(第一世代)以降
Android:Android9.0~15.0

※Apple と Apple ロゴは、米国およびその他の国で登録されたApple Inc.の商標です。App Store は Apple Inc. のサービスマークです。
※Google Play および Google Play ロゴは、Google LLC の商標です。

STEP
2

初期登録



ニックネームなどを
登録

STEP
3

登録完了!



アプリを活用して
楽しく健康に

※65歳以上の札幌市民で、敬老パスをお持ちでない方かつ福祉乗車証など所定の障がい者交通費助成を受けていない方を対象に、アプリの初期登録に必要な「利用者番号」と「初期パスワード」をお知らせする通知書をお送りします。

アプリでできること

1 歩く

歩数の推移を
グラフで、
目標達成状況を
カレンダーで確認!



P ポイントが貯まる

- 歩数達成で貯まる!
- 指定のウォーキングコースを歩いてさらに貯まる!

2 健康管理

体重や血圧、健診
等の記録ができる!
認知機能や
こころの健康も
チェック!



P ポイントが貯まる

- 体重や血圧の記録で貯まる!
- 健康状態のチェックでさらに貯まる!

3 イベント参加

対象のイベント
会場へ行って
ポイントを獲得!



P ポイントが貯まる

- 市内で開催される様々なイベントに参加して貯まる!

4 抽選

貯まったポイントで
賞品を獲得する
抽選に参加!



※40歳から64歳までの
札幌市民の方が対象

5 電子マネー交換

貯まったポイントを
電子マネーに
交換して利用できる!



※65歳以上の札幌市民で、敬老パスをお持ちでない方かつ福祉乗車証など所定の障がい者交通費助成を受けていない方が対象

6 その他の機能

- ・見守りメール
- ・動画視聴
- ・アンケート回答
- ・アプリの使い方 等



P ポイントが貯まる

- アンケートの回答で貯まる!
- 動画の視聴で貯まる!

ポイント利用方法

40歳から64歳までの札幌市民の方

ポイントを使って**プレゼント抽選会**に参加!

65歳以上の札幌市民で、敬老パスをお持ちでない方かつ福祉乗車証など所定の障がい者交通費助成を受けていない方

アプリで貯めたポイントは**電子マネー**へ交換可能!

ポイントの貯め方
利用方法は
ホームページで
詳しく解説
しています

お問い合わせはこちら!

札幌健康アプリ
事務局

011-351-7190 (平日8:45~17:30)

※土日祝及び12月29日~1月3日を除く

MAIL: sapporo-kenkou@sapporo-kenkou.jp

ホームページはこちら

札幌健康アプリ

healthapp.city.sapporo.jp



さっぽろ市
02-F03-25-2431
R7-2-1609