

けんこう
健康

あなたの^ど努力^{りやく}で ポイントGET!

ポイントリセットで新たにスタート!



香川県の
あなた限定

まいにち健康チャレンジ!

マイチャレかがわ!



がんばった分だけ ごほうびチャンス!

- 特典 ① 県内のいろんなお店でサービスが受けられる!
- 特典 ② 早自に取り組むと、チャンスが増える
「夏のプレゼントキャンペーン」
- 特典 ③ 寒い冬でも籠もらず歩こう
「冬のプレゼントキャンペーン」
- 特典 ④ 抽選でステキなごほうびが当たる!



スマホがない人も 大丈夫!

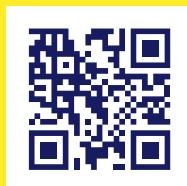


アプリ版 記録シート版
(WEBサイトからダウンロードできます)

記録シート
でもチャレンジ
できます。

記録シート版は
令和8年度末で
事業終了となります。

さあ!みんなで レッツ・マイチャレ!



まずは
WEBで
チェック!



マイチャレかがわ!とは?

「マイチャレ(=毎日続ける私の健康づくりの目標)」の意味。ウォーキングや朝ごはんを食べるなどの「マイチャレ(目標)」達成、健康診断の受診や社会参加に健康ポイントを付与します。一定の健康ポイントをためると、「マイチャレカード(特典カード)」がもらえ、これを提示するとサービス協力店で特典を受けられたり、賞品があたる抽選にも参加できます。さあ、あなたも理想のカラダとごほうびを目指して、レッツ・マイチャレ!

とってかんたん
4ステップ

アプリを使って楽しく健康づくり



ステップ 1. アプリをダウンロード

「マイチャレかがわ！」ホームページからアプリをダウンロード。すぐに使い始められます。

ステップ 2. 簡単登録 (プロフィール入力)

利用者情報や毎日取り組む「マイチャレ(目標)」を決めて入力します。
※初回のみ

ステップ 3. 健康ポイントをためる

歩いた健康ポイントをGET! また、マイチャレに取り組む、健康診断を受ける、社会参加する、体重入力することで健康ポイントをGET! アプリは毎日起動させて、健康ポイントをためよう!

ステップ 4. あなたの努力がステキなごほうびに!

特典! 香川県内のいろいろなお店で使えるお得な「マイチャレカード」をGET! カードの申請ができるのは、2027年3月31日(水)まで

一定の健康ポイント数を達成すると、マイチャレカードを取得することができ、香川県内のサービス協力店で提示するとさまざまな特典が受けられます。(※有効期限は発行から6か月です) サービス協力店は、アプリやホームページから検索できます。

1



3,000ポイント
ビギナーカード



6,000ポイント
プロカード



9,000ポイント
スターカード

特典! 早目に取り組むとチャンスが増える! 「夏のプレゼントキャンペーン」

2

2026年9月1日(火)までに、ごほうび抽選に応募された方の中から抽選で300名の方にQUOカードPay(500円分)プレゼント。

特典! 寒い冬でも籠らず歩こう! 「冬のプレゼントキャンペーン」

3









2027年2月1日(月)までに、ごほうび抽選に応募された方の中から抽選で200名の方にQUOカードPay(500円分)をプレゼント。

特典! さらに「ごほうび抽選」に応募して、ステキな賞品を当てよう! アプリ応募フォームへの入力・応募はがきの提出は2027年3月5日(金)まで(必着)

4

「マイチャレカード」が表示されると、「ごほうび」ページからそのランクごとの抽選に応募できます。

※40歳から74歳の方は、健診(特定健康診査等)を受診していることが、抽選の条件になります。

ビギナーコース / 計55名様	プロコース / 計27名様	スターコース / 計15名様
 さぬき米おいでまい (5kg) (10名)  サーマス 真空断熱 ケータイマグ(250ml) (10名)  高松ほかほか温泉岩釜湯セット (ヘアチケット)土日記 (10名)	 香川べっぴんさん (紫雲コース) (5名)  伊藤園 一日分の野菜 48本セット (5名)  オムロン 体重組成計 カラダスキャン (2名) <small>※ご提供賞品 東京海上日動火災保険</small>	 旅行券(2万円分) (3名)  オリブ牛 ロースステーキ (3名)  BRUNO 全方位サーキュレーター (3名)
<ul style="list-style-type: none"> 県産野菜詰め合わせ (10名) 搾りたてオイルとドレッシングセット (5名) 四国水族館ヘアチケット (10名) 	<ul style="list-style-type: none"> Aji glass タンブラー大泡 (5名) 県産フルーツ詰め合わせ (5名) レオマヘアチケット(フリーパス付) (5名) 	<ul style="list-style-type: none"> NECK RELAX (3名) 防災セット(1人用) (3名)

※賞品は変更される場合があります。 ※賞品画像はイメージです。 ※当選数は賞品により異なります。

アプリには健康づくりに役立ついろいろなコンテンツがあります。

歩いた分が健康ポイントになる歩数計機能

健康診断・社会参加・体重入力でボーナス健康ポイントもGETできる。

歩数グラフや体重・BMI・血圧・体温等、健康管理もできます。

野菜摂取量・骨密度の記録も可能に!

無料 ダウンロードできます!



App Store からダウンロード



Google Play で手に入れよう

記録シートは、お住まいの市町にお問い合わせください。詳しくは、ホームページをチェック! [マイチャレかがわ](https://mychalle-kagawa.com) 検索 <https://mychalle-kagawa.com>



香川県健康福祉部健康政策課
〒760-8570 香川県高松市番町四丁目1番10号
TEL.087-832-3273 (8:30~17:00 平日のみ) FAX.087-806-0230

かがやくけん、かがわけん。
香川県