



上尾市 特定保健指導のご案内

40代、50代の方限定！

先着 **15** 名

上尾市国保加入者で
積極的支援もしくは
動機づけ支援の対象者

**費用
無料**

3つの参加メリット

参加者の
70%以上が
減量に成功

1 スマートフォンのアプリから
ご自宅で簡単に
好きな時間帯に面談を
受けられる！



面談日時 ▶ 月曜～日曜（祝日含む）9時～20時



2 歩いた分だけポイントゲットできる！
コンテストなどのコンテンツでもポイントゲット！

貯まったポイントはさまざまな **電子マネーに交換** できます。



3

**参加
特典**

**スマートウォッチ
をプレゼント！**

特定保健指導を最後まで参加した方は、
終了後もそのままお使いいただけます。



測定
項目



歩数



距離



心拍数



ストレス値



睡眠時間



活動時間



表皮温度

参加者特典

歩いたら歩いた分だけ
電子マネーポイントが
貯まる！



コンテスト入賞で
電子マネーポイントが
貯まる！

毎週開催される健康スコアコンテスト
に入賞すると 200 円分のポイントを
GET できます！



貯まったポイントは
さまざまな電子マネー
に交換できます。

特定保健指導で
電子マネーが貯まる
「バイタルゲインアプリ」と
「メジャー」をプレゼント！



スマートフォンや、スマートウォッチで取
得した『活動量』、『睡眠』等を Vitalgain
アプリで管理可能

※ご自身のスマートフォンまたはタブレットにアプリを
インストールいただきます。

特定保健指導を最後まで参加した方に 参加者特典！ スマートウォッチプレゼント！

使用するスマートウォッチ『BSBAND』は
腕につけているだけで、運動や睡眠を記録してくれる
便利なスマートウォッチです。 バッテリーは 5 ～ 7 日間持続（充電器付属）



主な機能



歩数



距離



心拍数



ストレス値



睡眠時間



活動時間



表皮温度

※スマートウォッチの同期にはスマートフォンまたはタブレットが必須です。不明点は株式会社 Y4.com にご連絡ください。



過去にご参加いただいた方の声

目からウロコな的確なアドバイスを
励ましてくれるのが有り難かった。



上尾市40代女性

自然と食事にも注意するようになって
食べる量が減りました。
ベルトの穴が1つ小さくなりました！



他市40代男性

注意 事項

- 特定保健指導に必要な、参加される方の特定健診結果データを株式会社 Y4.com に提供することをご了承ください。（支援の目的以外で使用することはありません。）
- スマートウォッチは特定保健指導を最後まで終了した場合、その後もそのままお使いいただけます。
- 第三者への転売・譲渡は禁止です。

アプリの 注意事項

- 「Vital gain」のご利用には iOS15.3 が使用可能な iPhone 又は Android12.1 が使用可能な Android が必要になります。上記はあくまで推奨の OS になります。バージョンの低い OS でも利用可能ですが、アプリが正常に機能しない場合もございます。また旧機種の場合、メーカー対応外の場合もございます。
- 本サービスの実施にあたり通信を行うため、wifi 環境が利用できる方または通信費の負担が可能な方が対象です。
- スマートウォッチは 1 日 1 回アプリと同期を行ってください。
- 期間中にスマートウォッチを紛失もしくは故障した場合は料金をご負担いただく場合がございます。