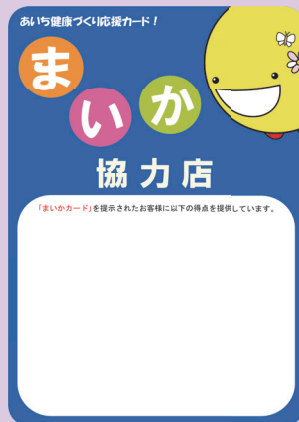


MyCa(まいか)の使い方

愛知県内の「協力店認定ステッカー」が掲示されている店舗で優待カード「MyCa(まいか)」を提示すると、様々な特典が受けられます。
※アプリで参加している場合は、アプリで「MyCa(まいか)」を表示して提示してください。スクリーンショット画面による提示は不可。

「MyCa(まいか)」が使える協力店舗・施設は、愛知県全体で約2,400店舗あります。様々なサービス・特典が受けられます。詳しくは、愛知県のホームページを検索



協力店認定ステッカー



協力店(店舗・施設)一覧

あいち健康マイレージ協力店

検索

～ 江南市内の協力店～

(令和7年2月時点)

| | | |
|---------------------------------|--|-----------------------------------|
| オゼキ制服 | マクドナルド (江南 MEGA ドン・キホーテ UNY 店、江南平和堂店、江南西アピタ店、江南店) | メナードフェイシャルサロン (ジュニパーベリー、江南緑ヶ丘) |
| 書道の美術館 晴嵐館 | | |
| ㈱トヨタレンタリース愛知 江南店 | ドラッグスギヤマ 古知野店 | Jasper 通り |
| カットハウス カミーリヤ | キッチン くま | 洋食屋 SANJI |
| 松竹温泉 天風の湯 | サカエスポーツ | AOKI 江南店 |
| 一不二支店 | ボウリング王国 スポーツ江南 | みずほの国 |
| ヘルスバンク (今市場店、松竹店、大阪屋ショップ江南店) | TAKEDA CAFE Tree's | 天錦 |
| | サガミ江南店 | enkoya |
| 日本調剤江南薬局 | awohana | アピタ江南西店 |
| わたらい整体院 | 美食亭 奏 | ピアゴ布袋店 |
| ファミリーノ赤童子 | ケーキショップ オーブ | |

※ サービス(特典)については、各店舗のご厚意により提供されています。

「こうなん健康マイレージ」について
詳しくは、江南市のホームページを検索

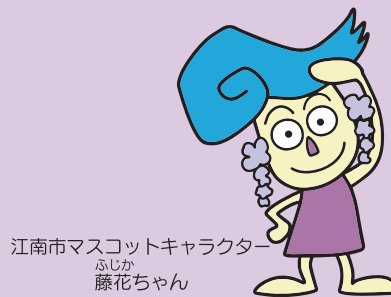


こうなん健康マイレージ

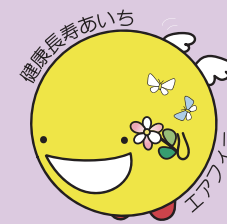
検索

江南市保健センター

トコ トコ ラボ
toko+toko=labo (江南市布袋駅東複合公共施設) 2階
江南市北山町西300番地 ☎ 0587-56-4111



こうなん



健康マイレージ

※健康マイレージ事業は愛知県と江南市の協働事業です。

健康づくりに取り組んで、健康とお得を手に入れよう!

事業内容

江南市では、皆さんの健康づくりを応援するため『こうなん健康マイレージ事業』を実施しています。健康づくりに取り組んでポイントを貯め、お得な優待カード『MyCa(まいか)』と参加賞(抽選)を手に入れましょう!

対象者

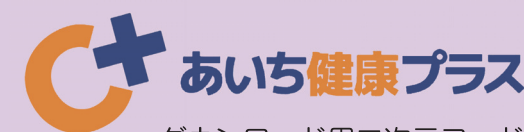
市内在住・在勤・在学の方

実施期間

通年実施
何度もチャレンジできます!
参加賞の応募には期限があります。
詳しくは内ページをご確認ください。

参加方法

「ポイントカード(紙)」または「アプリ」のどちらかを選んで参加できます。
※ポイントカード(紙)は下記▼をご利用ください。
※アプリ『あいち健康プラス』は右▶の二次元コードからダウンロードできます。



ダウンロード用二次元コード

▽iPhoneの方

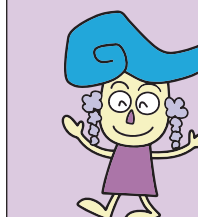


▽Androidの方



▼「こうなん健康マイレージ」のポイントカードです。切り取ってご利用ください。(コピー可)

| | | |
|------------------|------|----|
| ふりがな | 男 | 年齢 |
| 氏名 | 女 | 歳 |
| お住まいの町名 | | |
| 勤務先・学校名(在住でない場合) | | |
| 私が取り組んだ健康づくりは… | | |
| うんどう | えいよう | は |
| 運動 | 栄養 | 歯 |
| その他()でした! | | |



江南市マスコットキャラクター ふじか 藤花ちゃん

○対象者は江南市在住・在勤・在学の方です。
※健康マイレージ事業で得られた個人情報は、健康増進事業以外には使用しません。

こうなん 健康マイレージ ポイントカード

ポイントを貯める期間
通年実施。何度もチャレンジできます!
まいかの交換期間
通年実施。40ポイント達成後、速やかに交換
ポイントカードの提出・まいかの交換先
江南市保健センター toko+toko=labo (江南市布袋駅東複合公共施設) 2階
平日 8:30~17:15 (土曜・日曜日・祝休日及び12月29日から1月3日を除く)
江南市北山町西300番地 ☎0587-56-4111

① ポイントを貯める

| ポイントカード（紙） | アプリ |
|--|--|
| 自己申告ポイント（1ポイント） ・健康づくりに取り組んだら1日1ポイント、項目（運動・栄養・歯・その他）と日付を記入しましょう ・取り組み例（ウォーキングをした、禁煙をしたetc.） | チャレンジポイント（1ポイント） ・12項目の中から取り組む目標を選択するか、目標を自由設定しましょう ・目標を達成した日はチェックしましょう |
| 健(検)診ポイント（2ポイント） ・健(検)診の種類と日付を記入しましょう ・市の集団健(検)診を受けた場合は、藤花ちゃんスタンプを押します | 健(検)診ポイント（2ポイント） ・「記録」>「健診・検診」に受診状況を記録しましょう |
| イベントポイント（2ポイント） ・対象イベントに参加した場合は、藤花ちゃんスタンプを押します | イベントポイント（2ポイント） ・「イベント」>「イベント参加」に表示されているイベントから、参加するイベントを選択し、会場にある二次元コードを読み取りましょう |
| 歩数ポイント | 歩数ポイント（1ポイント） ・5,000歩以上歩いた日は、自動的に1ポイント付きます |

【カードの記入方法】

・ポイントカードの1マスが1ポイントです。

| | | | | |
|----------------|-------------|----|---|-----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 10/6 歯 |
| 10/12 胃がん検診 | 10/12 検診 | 8 | | |
| 11 | 12 | 13 | | |

自己申告ポイント

・健康づくりに取り組んだ項目と日付を記入します。
 * 1日1ポイントが上限です。

イベントポイント

・保健センターや各会場でのイベント参加で、藤花ちゃんスタンプを押します。
 ・対象イベントは次ページを参考にしてください。

健(検)診ポイント

・市の集団健(検)診を受診した場合は、藤花ちゃんスタンプを押します。
 ・市の集団健(検)診以外を受診した場合は、ご自身で種類・日付を記入しましょう。



～ こんな健康マイレージポイント対象イベント～

(藤花ちゃんスタンプがもらえるイベント)

(令和7年2月末時点)

| 開催時期 | イベント名 | 場所 | 問合せ先 |
|-----------------|--------------|---------|--|
| 7・8月 | 親子の栄養教室 | 保健センター | 健康づくり課（母子保健グループ） ☎56-4111 |
| 7月 | 親子料理教室 | 保健センター | 学校給食課（学校給食グループ） ☎54-1111（内線205） |
| 9月予定 | 救急の日2025 | 未定 | 消防署（救急第3グループ） ☎55-2258 |
| 10月 | 楽しみん祭 | KTXアリーナ | スポーツ推進課（スポーツ推進グループ） ☎54-1111（内線246） |
| 11月 | こんな産業フェスタ | すいとびあ江南 | 農政課（農業振興グループ） ☎54-1111（内線343） |
| 11月 | 健康チェックの日 | 保健センター | 健康づくり課（健康推進グループ） ☎56-4111 |
| 随時 (ご相談ください) | 応急手当講座 | 要相談 | 消防署（救急第3グループ） ☎55-2258 |
| 年9回 | 健康応援塾 | 保健センター | 健康づくり課（健康推進グループ） ☎56-4111 |
| 年12回 | からだにうれしい栄養教室 | 保健センター | 健康づくり課（健康推進グループ） ☎56-4111 |

～ こんな健康マイレージポイント対象健(検)診～

※市の集団健(検)診では、藤花ちゃんスタンプがもらえます

| 健(検)診 | 健康のために、健(検)診を受けよう! |
|---|--------------------|
| 職場などの健診 保健センターの「フレッシュ健康診査」※ 特定健康診査 後期高齢者医療健康診査 人間ドック など | |
| 節目年齢歯科健康診査 歯と口の健康センター※ | |
| 職場などのがん検診 または 市の集団がん検診※・市内医療機関でのがん検診 | |
| 職場などの骨粗しょう症検診 または 市の集団骨粗しょう症検診※ | |

② MyCa(まいか)をもらう

<ポイントカード(紙)>

40ポイント貯まったら、江南市保健センターの窓口へお持ちください。アンケートに答えて、優待カード「MyCa(まいか)」をもらいましょう。

<アプリ>

40ポイント貯め、アンケートに答えると、優待カード「MyCa(まいか)」がアプリ内で表示できるようになります。

※「MyCa(まいか)」の有効期限は1年です。



△アプリ内「MyCa(まいか)」

③ 参加賞に応募する

ポイントを貯めて賞品をゲットしよう!

ご応募いただいた方の中から、抽選で200名様に参加賞をプレゼント。

【応募期間】毎年度2月末まで

【応募方法】40ポイントごとに1回応募できます。10回まで応募できます。

<ポイントカード(紙)>→「MyCa(まいか)」への交換時に応募券を記入・提出

<アプリ>→ポイントが貯まった時にアプリの「応募フォーム」から応募

【当選発表】毎年度3月中旬に保健センターのホームページ等で発表します。

※当選者は、翌年度6月末までに保健センターで参加賞を受け取ってください。

▼「こんな健康マイレージ」のポイントカードです。切り取ってご利用ください。(コピー可)

| 取り組み開始日 | 月 | 日 |
|---------|----|----|
| 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 |
| 31 | 32 | 33 |
| 34 | 35 | 36 |
| 37 | 38 | 39 |
| 40 | | |

| | | | | |
|----|----|----|----|----|
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | 32 | 33 | 34 | 35 |
| 36 | 37 | 38 | 39 | 40 |

記入方法

【自己申告ポイント】1日1ポイントが上限です。健康づくりに取り組んだ項目と日付を記入します。日付が記入されていないと無効になります。

【イベント・健(検)診ポイント】スタンプを押してもらった場合は、日付は不要です。健(検)診は、種類と日付を記入(1回につき、2ポイント)。詳しい対象イベントは広報・ホームページ等でご確認ください。

40ポイント貯まったらチャレンジ達成です!