

\\ アプリでかんたん! //

参加費
無料!

こうとう 健康チャレンジ

楽しく歩いて健康に!

江東区
観光キャラクター
コトミちゃん



ポイント
獲得期間:
令和7年
7/7 ~ 12/31
(月) (水)



こうとう健康チャレンジとは?

楽しみながら健康習慣が身につく江東区オリジナルアプリ。
歩数や食事内容を記録して、健康もポイントもゲットしよう!

Point
1

あなたのカラダ情報が
ひと目でわかる!



歩数や食事、運動、体重、睡眠、血圧、体温などの情報をまとめて管理し、いつでもスマホでチェックできます。

Point
3

ゲーム感覚で
楽しく続けられる!



いろいろな機能で楽しく健康づくりに取り組みます。

ウォーク
ラリー



路線図
ウォーク



Point
4

幅広い世代の方に
人気のコンテンツ!



ヘルシーレシピや生活習慣病の情報など、多彩なコンテンツを用意しています。

Point
2

最先端AI技術で
健康をサポート!



AIを活用し、血圧や血糖値維持のためのプログラムや食事アドバイスなどあなたに合った情報を提供します。

Point
5

ポイントを貯めて
景品をゲット!



応募は期間中2回。抽選でコトミちゃんグッズや図書カードNEXTネットギフトなどが当たる!

※景品への応募時期、景品内容は変更となる可能性があります。

詳細は裏面をチェック!




参加費無料!

登録は簡単!

参加方法

対象 18歳以上の江東区民

使用アプリ WoLN (ウォルン) 

Androidの方はここから

事前準備:「Google Fit」アプリと「ヘルスコネクト」アプリの同期

- 1 Google Fitアプリを起動しトップ画面右下のメニューから「プロフィール」をタップ
- 2 プロフィール画面右上の「設定」をタップ
- 3 「Fitとヘルスコネクトを同期する」を有効にする

Google Fitの
インストールはこちらヘルスコネクトの
インストールはこちら

※Android13以下の方のみ



iPhoneの方はここから

Step 1 アプリをインストール



各アプリストアにアクセスして、「WoLN」をインストール。

iPhoneを
ご利用の方はこちらAndroidを
ご利用の方はこちら

Step 2 アカウントを作成

アプリを開いてメールアドレスかLINEまたは
Apple連携でアカウント作成。※一部のスマートフォンには対応していない場合があります。
※ご利用の機種により、歩数カウントの結果が異なる場合があります。

Step 3 「WoLN」アプリと同期する

iPhone

「WoLN」アプリと
「ヘルスケア」アプリの同期

- 1 「許可」をタップ
- 2 「歩数」のチェックを入れる
- 3 「許可」をタップ



Android

「WoLN」アプリと「ヘルスコネクト」アプリの同期

- 1 「すべて許可」をタップ



Step 4 こうとう健康チャレンジに参加

- 1 「東京都」を選択
- 2 「こうとう健康チャレンジ」をタップ



ポイント

獲得期間

江東区
観光キャラクター
コトミちゃん

簡単にポイントが貯まります! たとえば...

1日に1,500歩以上
スマホを携帯して歩く。アプリに食事内容を入力。
AIによる栄養アドバイスも
受けられます。

アプリに体重と睡眠時間を入力。



そのほか...毎日アプリを起動することでポイントが貯まります。また、江東区が案内する健康づくりの事業への参加や、スポーツセンターの利用でもポイントが貯まります!

貯めたポイントで景品に応募!! ●1口5,000ポイント、各回3口まで応募可能

応募
期間1回目:令和7年10月1日(水)~10月20日(月)※終了
2回目:令和7年12月15日(月)~令和8年1月15日(木)景品
発送令和7年12月上旬を予定
令和8年3月上旬を予定

※当選の発表は景品の発送をもって代えさせていただきます。また、景品数は応募状況により変動します。アプリの使い方・景品応募方法の説明会(11月16日・12月21日・令和8年1月11日)を実施します。詳細は健康スポーツ公社HPをご覧ください。

スポーツと人情が熱いまち
江東区公益財団法人江東区健康スポーツ公社
[〒135-0016 江東区東陽2-1-1]こうとう健康チャレンジ事務局 TEL: 0570-022-221
受付時間: 7月1日(火)より平日9:00-17:00 (土日・祝日・年末年始休み)詳しくは
こちら!