

\\ 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!

ポイント獲得期間

令和8年

6/5(金)~12/31(木)



江東区  
観光キャラクター  
コトミちゃん



### 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 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 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めます。

ウォークラリー  
ごはんで育成ゲーム



#### 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 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ります!



※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



Androidをご利用の方は



### 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。



### Step 3 「WoLN」アプリと同期する

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



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



### 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

【継続参加者のみなさまへ】

アプリのデザインが一部変更となります。また、令和7年度のポイント履歴は、新しいシステムでは表示されなくなりますのでご了承ください。



6/5

## ポイント

## 獲得期間

12/31

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...

毎日アプリを起動

スマートフォンを携帯して  
1日1,500歩以上歩く

アプリに食事内容や  
体重、睡眠時間を入力

江東区の健康づくり事業への参加や  
スポーツセンターの利用

## 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8年9月1日(火)~9月20日(日)

2回目:令和8年12月15日(火)~令和9年1月15日(金)

景品発送

令和8年11月上旬を予定

令和9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。

## 説明会[希望者のみ]

アプリの使い方・景品応募方法等の説明会を開催します。

## 各種イベント・セミナー

デューク更家さんによるウォーキング教室や各種健康セミナーなどを開催します。

※詳細は健康スポーツ公社HPをご覧ください。



江東区  
すどく今

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:平日9:00-17:00(土日・祝日・年末年始休み)

詳しくはこちら!

