



楽しくおトクで、全世代で。

とくしま健康ポイントアプリ
テク  とく

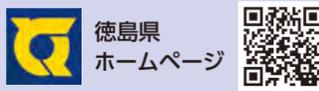
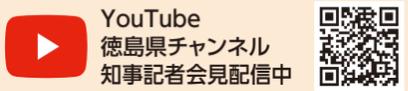


毎日の健康づくりが
楽しくなるスマホアプリ
「テクとく」

県では健康づくりへの意識向上を図るため、とくしま健康ポイントアプリ「テクとく」を運用しています。「テクとく」アプリをダウンロードすると、毎日アプリを開くだけで、その日の歩数が健康ポイントとして自動的に加算され、貯まったポイントに応じていろいろな特典が受けられます。コロナ禍の長期化によって運動不足が懸念される中でも、日々の運動や健康管理を楽しく続けることができます。

健康経営ツールとして
活用する企業も

「テクとく」アプリは、健康情報(体重や野菜摂取量など)の入力や、健康イベントへの参加などでも健康ポイントを貯められるのが魅力。ポイント数に応じて協賛店での特典が受けられるほか、県産品や豪華賞品が当たる抽選会に応募することもできます。個人やご家族での利用はもちろん、健康経営のツールとして活用する企業も増加中。ぜひ皆さんも「テクとく」をご活用いただき、楽しくおトクな健康づくりを実現してください。



●徳島県メールマガジンとくめる <https://www.pref.tokushima.lg.jp/kenseijoho/koho/tokumeru> ●もっと! OUR徳島+ <https://www.pref.tokushima.lg.jp/kenseijoho/koho/2013042200169>
●点字版広報紙や声の広報をご希望の方は、視聴覚障がい者支援センターへ TEL088-631-1400 FAX088-631-1500 ●県内ケーブルテレビで県広報番組を放送しています。