

木祖村のスマホ健康アプリ



ができました！！

(歩いていこう)



木祖村健康アプリ「えってこ」

公式キャラクター

えぐたまちゃん

(歩くたまご)

歩数の計測表示はもちろん、歩行距離、消費カロリー、医療費抑制額も表示します。また、日々の健康メッセージの表示や健診などのお知らせが届きます。さらに暑い時期には、熱中症予測も表示します。

このような個人の健康管理機能だけでなく、お住まいやグループなどを登録することで、地域全体や仲間どうしでウォーキングを楽しめます。

またオリジナル機能「GoToウォーク」では、47都道府県の風景写真を楽しみながら日本1周を疑似体験できます。

ダウンロード先

QRコード



アイフォン



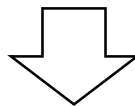
アンドロイド

●ご利用方法

- ①AppStoreまたはGooglePlayから「えってこ」アプリをダウンロードしてください。
- ②アプリを起動し、メッセージに従って、ニックネーム／メールアドレス／お住まい／目標歩数／パスワードなどを入力または選択してしてください。

●動作環境

アイフォンの場合、iOS11以上、アンドロイドの場合、Android6.0以上



●木祖村健康ポイントもたまります。

- ①「えってこ」を利用されている方。画面を見せていただければ、1ポイント。
- ②令和3年度以降、開催予定のウォーキングイベントで、基準に達した方。(予定)



お問い合わせ先

木祖村役場 住民福祉課 TEL0264-36-2001

主な機能

えってこ



(メニュー画面)

- 利用者情報
- 設定
- お知らせ
- Q&A
- グループ登録申請
- アンケート
- 笑顔あふれたい！そう

(1日の歩数)

(1日の歩数目標)

(えぐたまちゃんの
激励メッセージ)

距離

383m (1日の歩行距離)

消費カロリー

23kcal (1日の消費カロリー)

(村からのお知らせ)

お知らせ

笑顔あふれたい！そう (たいそうの音声)

えってこ

(医療費抑制額)
総歩数から計算された医療費抑制の削減効果

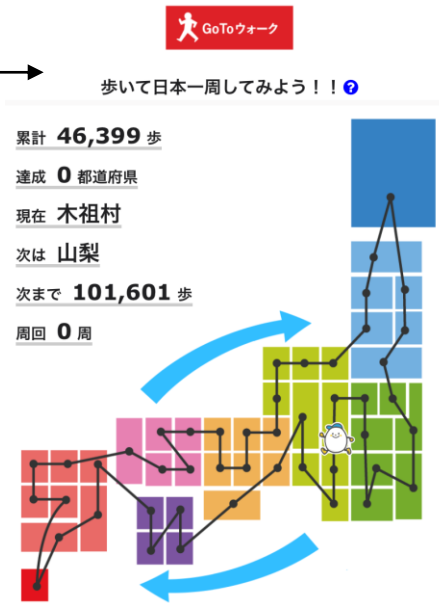
医療費抑制額 2,830円

健康メッセージ

【減塩のコツ1】調味料は料理の味をみてから



(GoToウォーク)
歩いて日本1周を疑似体験できます。



(ランキング)
個人、グループ、地域別の歩数ランキングです。

個人	グループ	地域
全体	地域内	グループ内
10/26	1,527歩(10位/10中)	
10/26週	1,527歩(10位/10中)	
10月	45,818歩(3位/17中)	
2020年度	45,818歩(3位/17中)	
累計	45,818歩(3位/17中)	
10月ランキング		
ウルトラマンタロウ	107,776	
ミニナースマン	93,172	
まつむら	45,818	
うるとらまんセブン	36,394	

(健康記録)
体重、血圧、体温を毎日、記録することができます。

健康記録

体重

血圧

体温

履歴を見る

健康記録 (体温)

2020/10/27
体温を入力してください

36.5℃

(カレンダー)
健診などの日程を見ることができます。



ご利用にあたり

- ・スマートフォンのデータ通信費は、ご利用者様の負担となります。
- ・1日の歩数は、翌日アプリ画面を開いたときにサーバへアップロードされます。
- ・ランキングは、サーバへアップロードされている前日までのデータを基に生成されます。(リアルタイムではない)
- ・全てのスマートフォンで、正常動作を保証するものではありません。
- ・デザインや機能は変更される場合があります。