

ト習慣

自分や地域に「いいこと」をするとポイントがもらえる、一石二鳥の3つの事業「健康マイレージ」「長寿応援ポイント」「いきいきボランティアポイント」をご存じですか？3つのポイントの共通点は、さいたま市みんなのアプリ内の「たまポン」に交換できること。
各事業に参加して、知って得する！ポイント習慣を始めましょう。

して
円相当の
トがもらえる！

以上の方 ※市内在住、要登録申請

ト

趣味活動など



▲利用方法の
動画はこちら



▲詳しくは
こちら



囲碁 など

☎881・8627、☎881・8637

交換可能

10%
上乗せ

交換可能

10%
上乗せ



ボランティア活動をして
最大5,000円相当の
ポイントがもらえる！

対象 60歳以上の方 ※市内在住、要登録申請

いきいきボランティアポイント

施設等で、ボランティア活動を行うと、ポイントが
もらえます。

※1日の上限は2ポイント(1ポイント100円相当)です。30分以上1時間30分
未満の活動で1ポイント、1時間30分以上の活動で2ポイントもらえます。



イベントの
お手伝い



清掃



園芸 など



▲利用方法の
動画はこちら



▲詳しくは
こちら

☎881・8627、☎881・8637

※登録申請については、各区高齢介護課へ。

たまポンって？



「さいたま市みんなのアプリ」内で提供
しているデジタル地域通貨。市内の加盟
店で使えるキャッシュレス決済サービス
です。1ポイント=1円で利用できます。

くらしの“声”を聞かせて
キャンペーン

65歳以上の方が
アプリ内でアンケートに答えると、
たまポン2,000ポイントが
もらえます。

詳しくは、4ページへ！



大宮盆栽美術館



青少年宇宙科学館



センター ☎0570・037・279、☎711・1377
☎829・1944

また、事業ごとに実施期間が異なります。詳しくは、各二次元コードをご確認ください。

知ったク!?

暮らし得するポイント

知ったク!



健康づくりなどの活動をして
景品の抽選に応募できる
ポイントがたまる!

対象 **18歳以上の方** ※市内在住、在勤又は
在学、要登録

健康マイレージポイント

楽しみながら歩くことを中心に、継続的な健康づくり
などの活動を通して、ポイントがもらえます。

※専用アプリ「^{ウォルン}WoLN」のインストールが必要です。
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。



歩数記録



食事記録



体重記録 など



▲登録方法の
動画はこちら



▲詳しくは
こちら

問合せ アプリの登録・操作方法など:さいたま市健康マイレージコールセンター
☎0570・088・232【土・日曜日、祝・休日、年末年始を除く、9時~17時】
その他事業に関すること:保健衛生総務課 ☎829・1294、☎829・1967

交換可能

知ったク!



趣味活動を
最大 **5,000**
ポイント

対象 **65歳**

長寿応援ポイント

登録団体での健康づくり活動や
を行うと、ポイントがもらえます。

※1日の上限は1ポイント(20円相当)です。



ラジオ体操



ゲートボール

問合せ セカンドライフ支援センター
※登録申請については、各区高齢介護課へ。

抽選でもらえる

知ったク!



市内の施設を訪れて
ポイントがもらえる!

対象 **全年齢** ※要登録

市報さいたま プラス

元気シニアに聞く!
いきいきポイ活ライフ



たまポン

右の対象施設に行き、施設に設置された
二次元コードを読み取ると、各施設で1ポ
イント(1円相当)がもらえます。

※各施設でもらえる上限は1日1ポイントです。(図書館は1日1か所のみ)
※今後、もらえるポイント数や対象施設は変更となる場合があります。

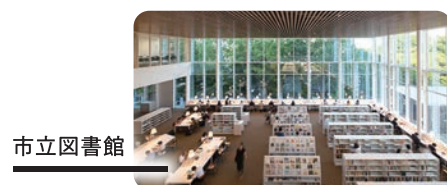


▲登録方法の
動画はこちら



▲詳しくはこちら

問合せ アプリ全般に関すること:さいたま市みんなのアプリコールセ
その他事業に関すること:地域活性化推進室 ☎829・1396、



市立図書館



岩槻人形博物館

※事業によっては、予算の都合上、早期に終了する場合があります。