



kickake® カロミル

iDAけんぽオータムフェスト2025

AI技術を使った話題のアプリで自然と健康習慣を身につけよう！

期間

2025

10.1 水 ~ 10.31 金

参加対象者

iDA健康保険組合加入者



ポイントの概要

1日の最大獲得ポイント合計数は16点

例) 歩数4点+食事(朝/昼/夕)6点+体重2点+動画4点=16点

記録項目	ポイントと基準
歩 数	3,000歩~4,999歩：1点 5,000歩~7,999歩：2点 8,000歩~9,999歩：3点 10,000歩～：4点
食事記録回数	朝2点、昼2点、夕2点 翌日以降の記録：1点
体重記録回数	1日1回：2点 翌日以降の記録：1点
動 画 閲 覧	1日2動画以上の閲覧：4点 ※1日1動画で2点獲得

※ 歩数は、手入力不可となります。

iPhoneは「iOSヘルスケア」、androidは「Google Fit」に連携すると自動で歩数がカウントされます。

※ 体重や食事の記録回数は連携されますが、**体重の数値や食事内容は組合に連携はされません**のでご安心ください。

参加特典

auoPay
クオ・カード ペイ

▲使えるお店

各ポイント達成で

もれなくプレゼント!!

100P以上	達成で...	スターバックス	500円分
150P以上	達成で...	auoPay	2,000円分
200P以上	達成で...	auoPay	3,000円分
300P以上	達成で...	auoPay	4,000円分
400P以上	達成で...	auoPay	4,500円分

ラッキー賞
10名様200P以上達成した方の中から
抽選で10名様にプレゼント!

ジョンマスターオーガニック

※ イベント最終日の総ポイントが賞品の対象です。

※ アンケートに回答いただいた方が対象となります。必ずご回答ください。

※ 賞品のURLはLINEにてお送りしますので、必ず健保組合公式LINEをご登録ください。

イベント期間中、アプリで配信される応援メッセージを確認するとボーナスポイントGETのチャンス!?

イベントの参加方法

1 『カロミル』アプリをダウンロード

▶ iPhoneをご利用の方

Download on the
App Store

▶ Androidをご利用の方

Google Play
で手に入れよう

2 イベントにエントリー

イベント参加
QRコードはこちら1) イベント参加QRコードを
読み取ります。2) 参加者識別番号欄に
下記の通り番号を入力し、
エントリーを行ってください。例) 保険証番号：12345、生年月日：19900401の方
⇒ 「1234519900401」を入力**初めてエントリーする方のみ行ってください。**

※ これまでにエントリーしたことがある方は不要

