

# eウォッチ 無料貸出中!

江別市では健康なまちづくりを進めるため、健康記録アプリ「eダイアリー」と、連動して使えるスマートウォッチ「eウォッチ」を提供しています。10月からeウォッチの貸出を数量限定で行いますのでぜひご利用ください。



スマートフォンも  
貸し出し可!

※端末のみ

## 健康記録アプリ eダイアリー



“記録の習慣化”により健康維持・増進をサポートします。

eダイアリーでできること

自分の健康状態を記録

- 毎日の日記
- 食べたもの
- 運動
- 毎日の体重
- 健康アクション



## eウォッチ



eダイアリーアプリと連携させることでより効果的な健康管理ができます。

eウォッチでできること

手軽に健康状態を確認・記録

- 歩数や心拍数や睡眠時間の測定
- 摂取カロリー・食事バランスなど自分の情報を記録

## お使いいただいた方限定!

江別特産品（5,000円相当）やギフトカードが当たる抽選に応募できます（〆切：令和7年1月末）。以前からお使いの方も応募可能です。

### ■ 応募条件：

健康ポイント500ptごとに1口応募できます。ポイントはeウォッチ・eダイアリーの利用で付与されます。

### 【期間限定キャンペーン】

全利用者に480ptをプレゼント！約1週間の利用で500ptに到達可能です。※詳しくは下記特設サイトをご確認ください。

## お申し込み方法

### ■ 特設サイトから：



左記二次元コードからサイトにアクセスし、申込フォームよりお申し込みください。

### ■ eダイアリー事務局へお問い合わせ：

下記eダイアリー事務局の連絡先へお問い合わせください。

## お受け取り方法

### ■ 会場にて受け取り：

市内の会場にてお渡しします。会場スケジュールは特設サイトでご確認ください。

### ■ ご自宅へ配送：

申込フォームに記入のご住所へお送りします。

eダイアリーアプリ  
インストールは  
こちらから!→



## お問い合わせ先

eダイアリー事務局

☎ 050-5445-6201（平日9:00~18:00）

✉ contact@ebetsu-diary.org

# 生涯健康 プラットフォーム

eダイアリーの他に2つのサービスを提供しています。

## 健康管理アプリ eライフトレーナー



ご自身の血圧や体重、血液検査などの健康診断の結果や食・生活習慣、健康情報をアプリ1つで管理・閲覧できる仕組みです。

こんなことが可能です

- ・ 食・生活習慣の目標設定
- ・ 健診結果の確認、登録
- ・ AIによる健康状態チェック
- ・ 食事写真から栄養バランス採点
- ・ 質問に答えてストレス状態をチェック

サービス  
紹介サイト



## お買い物アプリ

## 生涯健康マルシェ えべつ市場



“食の健康セレクトショップ”として、江別市をはじめ全国から身体によいものをお届けします。

こんな商品を購入できます

- ・ 市民の皆様の健康維持や増進に役立つ食品
- ・ 安心安全にこだわった食品
- ・ ヘルシーDo・機能性食品などの認証食品
- ・ 地域産の食材仕様など配慮のある商品

サービス  
紹介サイト



これらのサービスをご利用いただくために **めぶくIDをご登録ください**



めぶくIDは、くらしの様々なサービスをつなぎ、生活を便利にする安全・安心なデジタルIDです。様々なサービスをめぶくID一つでログインし、利用することができます。

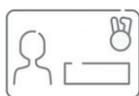
めぶくIDの安全ポイント

- ・ 国から認定された機関が発行したID
- ・ 安全・安心な個人情報管理の徹底
- ・ IDのなりすましができない技術を搭載

めぶくIDの登録にご準備いただくもの



スマートフォン  
(NFC機能対応)



マイナンバーカード



マイナンバーカードの  
暗証番号

