

令和6年度(4~5月)ポイント付与項目一覧(QUPiO+)

1 健康への取組を行っている

① 健康情報を取得する行動を取っている

QUPiO+ (クピオプラス) の利用【健康情報提供サービス】		
初回ログイン	200	自動付与
健康お役立ち記事閲覧	各5 (月次)	自動付与
体重・歩数等の記録、食事記録、マイルールの記録	各5 (日次)	自動付与

② 実際に取り組を実行している

QUPiO+ (クピオプラス) の利用【歩数実績】		
5,000 歩~6,999 歩/日	5	自動付与
7,000 歩~9,999 歩/日	7	自動付与
10,000 歩以上/日	10	自動付与