

多摩市健幸ポイント事業

TAMA るんるん♪  
てがるに♪すばやく♪  
『きろく』  
しませんか？



追加  
募集

貸出対象者 多摩市内在住者（18歳以上）であり、多摩市健幸ポイントアプリ「TAMA るんるん♪」と機器を連携し利用できる方

貸出機器（ウェアラブル端末・体組成計）とTAMA るんるん♪アプリを連携して、てがるに♪すばやく♪体重や睡眠時間を記録しませんか？  
11月末から開催している貸出説明会・貸出会ですが、  
好評につき、追加「貸出会」を開催します！

参加すると「TAMA るんるん♪」  
50ポイントもらえる！

日 時

令和8年1月20日（火）9:30～11:30

場 所

多摩市役所本庁舎3階301会議室

参 加 方 法

右記QRより事前申込（先着順）

※キャンセルする場合は、必ず企画課までご連絡ください。

貸出内容・数

貸出機器、30セット程度

持 ち 物

- ①現住所を確認できる身分証
- ②TAMA るんるん♪利用をしているご自身のスマートフォン
- ③機器が入る大きめのエコバッグ

注 意 事 項

- ・ 本貸出会は、来庁時に健幸ポイントアプリ「TAMA るんるん♪」をインストール・登録（詳しくは裏面参照）されている方が、貸出機器と連携して継続して利用していただく必要があります。
- ・ 健幸ポイントアプリ「TAMA るんるん♪」を必ずスマートフォンにインストール・登録し、「TAMA るんるん♪」のホーム画面が表示される状態にしてご来庁ください。
- ・ 貸出にあたっては、本人が継続的に利用することや無断譲渡・転売の禁止、TAMA るんるん♪アプリでのデータ分析にご協力いただけること等が条件になります。詳しくは、下記TAMA るんるん♪HPを参照ください。

▼貸出会申込みフォーム  
1/6（火）～先着順



多摩市企画政策部企画課

電話番号：042-338-6916（直通）

受付時間：平日8：30～17：00（土日・祝日・年末年始除く）



多摩市健幸ポイント  
TAMA るんるん♪



# 貸出機器（ウェアラブル端末・体組成計）ってどんなもの？

## ウェアラブル端末とは

腕につけるだけで、歩数や心拍数、消費カロリー、睡眠ストレステスレベルなどを自動計測します。また、スマートフォンを持ち歩かなくても歩数計測可能です。



製品名：Fitbit Inspire 3

## 体組成計とは

乗るだけで、体重や体脂肪率、筋肉量、内臓脂肪レベルなどを簡単に測定します。体の変化をグラフなどで分かりやすく確認できる体組成計です。



製品名：FiNCオリジナル体組成計

## TAMAるんるん♪とマイナポータルを連携しませんか？

TAMAるんるん♪とマイナポータルを連携すると、医療保険情報（健診情報、薬剤情報、医療費通知情報）を取得し、これからの健診結果を未来予測＆おすすめの生活改善案を提示してくれます！

マイナポータルとの連携に困ったら、TAMAるんるん♪アプリのホーム画面「ヘルプ」→「WoLNアプリ操作マニュアル」を見てね。



「健康診断 未来予測」を『実行』すると11月～、50ポイント付与（月1回）！

アプリがダウンロードできない方へ  
朗報！（65歳以上対象）  
スマホ助成スタート



11月より65歳以上を対象に最大3万円のスマートフォン購入費助成事業を開始しました。

機種が古くてTAMAるんるん♪アプリをダウンロードできない皆様、この機会を利用してスマホも健幸習慣も新しくゲットしませんか？

公式HP「スマホ助成」ページへ▶



お問合せ：  
高齢支援課介護予防推進係（042-338-6924）

Androidをご利用の方のみ

Step 1 「Google Fit」アプリと「ヘルスコネクト」アプリのインストール

ヘルスコネクトのインストールはこちら Google Fitのインストールはこちら

QRコード

※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

Androidをご利用の方のみ

Step 2 「Google Fit」アプリと「ヘルスコネクト」アプリの同期

① Google Fitアプリを起動し、トップ画面右下のメニューから「プロフィール」をタップ

② プロフィール画面右上の「設定」をタップ

③ 「Fitとヘルスコネクトを同期する」を有効にする

Fitとヘルスコネクトを同期する

「TAMAるんるん♪」のインストール・登録はできたかニャー？



iPhone・Android共通

Step 3 「WoLN」アプリをインストール

① 「WoLN」アプリをインストールする

iPhoneをご利用の方はこちらよりインストール

App Store からダウンロード

QRコード

Androidをご利用の方はこちらよりインストール

Google Play で手に入れよう

QRコード

Androidをご利用の方のみ

Step 4 「Google Fit」と連携

① WoLNアプリにログインし、「きろく」をタップ

② 「歩数」を選択

③ 歩数データの許可の「許可する」をタップ

④ ポップアップ画面から「GoogleFitに接続する」をタップ

## アプリのお問合せ

多摩市健幸ポイント事業  
コールセンター  
2026年3月31日(火)まで対応

電話番号  
0570-031-033 (直通)  
受付時間  
平日9:00～17:00  
(土日・祝日・年末年始除く)