

令和7年度たかなべ健康チャレンジ アプリでの参加方法

令和7年度たかなべ健康チャレンジは、宮崎県公式ウォーキングアプリ「SALKO」を使用して参加することができます。

令和7年度たかなべ健康チャレンジ参加申し込みまでの手順

※すでに「SALKO」を使用している方は、2の手順から始めてください。

- 1 お手持ちのスマートフォンに、宮崎県公式ウォーキングアプリ「SALKO」をインストールします。

「SALKO」の使用方法は、宮崎県のサイトをご覧ください。

「SALKO」をインストールする



[iPhone](#)



[Android](#)

[「SALKO」 宮崎県のサイト](#)



- 2 SALKO を起動し、右上のメニュー（3 本線）をタップします。



- 3 「利用者情報」をタップします。



4 「利用者コード」を確認します。

9:22 4G 99%

< Back SALKO 利用者情報

① 必須入力

利用者コード

ニックネーム ① *ランキングの表示名に使用

メールアドレス ① *機種変更時やお知らせなどの連絡に使用

パスワード ① *機種変更時に使用

パスワードを変更する場合はここに入力

[パスワードを忘れた場合](#)

お住まい *都道府県、市町村別ランキングに使用

令和7年度たかなべ健康チャレンジでは、アプリ参加者をこの「利用者コード」で識別します。

5 たかなべ健康チャレンジページ内の参加申込フォームから、参加申込を行います。

[「たかなべ健康チャレンジ」](#) ページ



参加申込はこれで完了です。

6 健康診断、がん検診受診の登録は、たかなべ健康チャレンジページ内の登録フォームから行います。

[「たかなべ健康チャレンジ」](#) ページ



※「イワケン健康づくりセンタープール」を利用する場合は、プール窓口設置の受付用紙に、プール利用日と氏名、SALKO の利用者コードを記入してください。

ご注意

- 「SALKO」アプリ内で表示されるポイントは、たかなべ健康チャレンジのポイントとは異なります。たかなべ健康チャレンジで獲得したポイントは、実施期間終了後にアプリ参加者に郵送で通知します。



このポイントは、たかなべ健康チャレンジのポイントとは異なります。

●iPhone をご使用の場合は「ヘルスケアから SALKO への歩数データ読み出しの許可」を行ってください。

●Android をご使用の場合は、

- 1 「GoogleFit」と「ヘルスコネクト」の、2つのアプリを使用します。
(GoogleFit が歩数を計測し、ヘルスコネクトを経由して SALKO が歩数を記録する構成です。)新しいスマートフォンには最初から両方のアプリが入っていますが、入っていない場合は、アプリストアからインストールしてください。
- 2 「GoogleFit」と「ヘルスコネクト」の歩数同期設定を行います。
- 3 「SALKO」と「ヘルスコネクト」の連携を行います。

上記手順の詳細は、宮崎県が提供する [「SALKO」連携手順書](#)をご覧ください。

連携を行っていない場合、SALKO の歩数計測に支障があります。

●「SALKO」は起動時に、過去7日間の歩数を取得します。

連携を行っていない場合または7日以上 SALKO を起動していない場合、歩数を記録できない期間が発生します。

●「SALKO」の操作方法等に関するお問い合わせは、宮崎県教育庁スポーツ振興課に、

「たかなべ健康チャレンジ」に関するお問い合わせは、健康保険課スマートウエルネスシティ推進室にお願いいたします。