

期間  
限定

NAGAHAMA BIWA-TEKU CHALLENGE

# ながはま BIWA-TEKU チャレンジ



## 参加方法

BIWA-TEKU (ビワテク) アプリをダウンロードし、スタンプラリーの「奥琵琶湖のかくれ里『湖北菅浦』を訪ねて」(期間限定)または「地域の歴史を紐解く旅～戦国から現代まで～」(期間限定)の対象コースを選択し、コース上のチェックポイントでポイントを獲得します。完歩できたら、応募フォームに必要事項を入力し、応募手続きを行ってください。2コース完歩すると2口応募ができます。



詳しくはホームページをご覧ください。

<https://www.city.nagahama.lg.jp/0000006686.html>

賞品が  
当たる!

## ビワ テク BIWA-TEKU とは?

県内全域で普及が進められている健康推進スマホアプリです。

ウォーキングを中心に、実際のコースを巡るスタンプラリーや、バーチャルラリーへの参加、また各種健診の受診や、健康に関する目標を達成することなどで健康ポイントをためることができるアプリです。

たまったポイントは、1年に1度、

賞品の抽選応募で  
利用することができます!



あるくん

アプリに  
健康ポイント  
がたまる!

成果が  
わかる!

ダウン  
ロード  
無料!



App Store  
からダウンロード

Google Play  
で手に入れよう

詳しくはホームページをご覧ください。

ホームページアドレス <https://biwateku.jp>

テクテク歩いて  
健康アップ!  
賞品ゲット!!

実施期間

令和6年 10月7日(月) から 11月13日(水) まで

対象者

長浜市民の方 ※賞品への応募は、19歳以上の方に限ります。

参加費 無 料

注意事項

水分補給をし、無理のない範囲で歩きましょう。

お問い合わせ

長浜市健康企画課 (ながはまウェルセンター内)

TEL.0749-65-7779

