

フレイル度チェックの回答方法

3つのチェック方法からお選びください

1 自宅でアプリチェック **いつでも利用できるチェックアプリ**

QRコードを読み取ってアプリをダウンロードすれば、いつでも回答できます。

フレイル度チェックだけでなく、食事や運動の記録など、日々の健康づくりの取組を記録できます。

★アプリでチェックすると特典があります。(別紙参照)

QRコードをスマホで読み取ってダウンロード



Android版



iOS版

■フレイル予防アプリ登録方法

①「新規登録はこちら」を選択

②「米子市からの郵送物をお持ちの方はこちら」を選択

③フレイル度チェック番号と確認番号を入力

米子市からの郵送物に記載されています

2つを入力したら選択

④氏名、ふりがな等必須項目を入力し、「本人確認コードを送信」を押す

⑤SMS(ショートメール)に6桁の番号が届きます。

⑥SMSに届いた6桁の番号を「本人確認コード入力」に入れる

⑦お好きなパスワードを考えて入力

⑧入力が終わったら「新規登録完了」を押す
各種メニューが表示されたら登録完了!

フレイル度チェックはこちらから

2 会場でチェック **チェックからご相談まで対応**

市内にフレイル度チェックの会場を設けています。

アプリのダウンロード方法からチェック後のアドバイスまで、会場のスタッフがわかりやすくお伝えします。

実施会場は同封の「フレイル度チェック会場一覧」をご覧ください。

《来場時は今回お届けした書類一式をお持ちください》



3 郵送で回答 **チェック票に記入して郵送**

米子市から届いた案内に同封されているフレイル度チェック票に回答を記入して返信用封筒でご返送いただくと、後日結果をお送りします。

※郵送の場合、結果のお知らせまで1ヶ月半程度の時間を要します。あらかじめご了承ください。

※郵送以外の方法で回答されている場合、結果を返送できません。



お問い合わせ先

米子市福祉保健部フレイル対策推進課

電話:090-9710-2276 090-9710-2288 FAX:0859-23-5460

アプリに関するお問い合わせ

(株)エッグ 電話:0120-006-896 FAX:0859-36-8882