

# こんなことから始めてみませんか？

まずは手軽に！簡単に！お得たくさん！

<p><b>BIWA-TEKU</b> (ビワテク)</p>  <p>&lt;無料&gt;</p>	<p>各市町が実施するモバイルスタンプリーや歩いた歩数、ウォーキングラリーへの参加、各種健診の受診や健康に関する目標を達成すること、体重・血圧等の身体情報登録で健康ポイントをGETできるアプリです。貯まったポイントは1年に1度、市町から提供される賞品の抽選応募で利用できます。</p>	<p>詳細はこちら</p>  
<p><b>健康づくり サポーター</b></p>  <p>&lt;無料&gt;</p>	<p>行政と企業等団体が連携し、県民の健康づくりを支援することを目的に、県内で健康に関する活動に取り組んでいる企業や団体、店舗等を「しがの健康づくりサポーター」として認定しています。一緒に滋賀県の健康なまちづくりに取り組んでみませんか？</p>	<p>詳細はこちら</p>  
<p><b>健康しが ポータルサイト</b></p> <p>&lt;無料&gt;</p>	<p>「健康しが」の取組、県内で開催されている健康イベント(スポーツ・食・モノ・イベント・講座)、健康に関する豆知識、平均寿命・健康寿命に関するランキングやその要因等、様々な最新情報が随時閲覧できます。</p>	<p>詳細はこちら</p>  