スマホで ピッ と外出促進・健康増進・見守り

のとピッと

NOTO P!TTO

ご利用ガイド

対象地域
七尾市
輪島市
珠洲市
志賀町
穴水町
能登町

いつものお出かけが、ポイントに変わる！



貯めたポイントは、

PayPay商品券
いしかわトチポでお買い物！

安心の見守りサポート
活動情報を“必要な方だけ”にお知らせ！

登録はこちらから

「のとピッと」問い合わせ窓口（石川県デジタル推進監室）
050-5538-0867 平日9:00~17:00 ※2027年3月末まで
e120300@pref.ishikawa.lg.jp

「けんこうマイレージ」問い合わせ窓口
03-6836-2750 平日9:00~17:00
support@kenko-mileage.docomo.ne.jp

●のとピッとはNTTドコモビジネス株式会社の登録商標です。
●PayPayはPayPay株式会社の登録商標です。
●LINEはLINEヤフー株式会社の登録商標です。
●QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。
●トチツーカは株式会社北國銀行の登録商標です。
●掲載されている画面イメージは開発中のため変更になる場合があります。

2026年8月版

のとピッととは

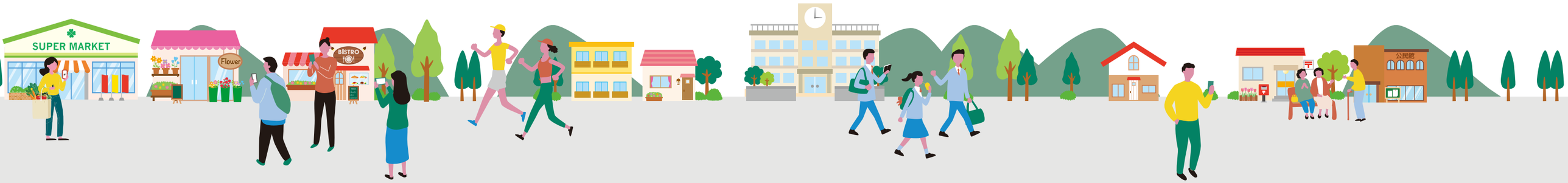
NOTO P!TTO

スマホでつながる、安心のまち

QRコードを読み取って地域で使えるポイントを貯めよう!

能登半島地震や奥能登豪雨のあと、
生活環境の変化で外に出る機会が減っていませんか？
「のとピッと」は、ちょっとしたおでかけ等でポイントが貯まる楽しいサービスです。
様々な場所で専用QRコードを「ピッ」と読み取るだけで、のとピッとポイントが貯まります。
そうやって貯めたポイントは地域ポイントに交換して、
地域でのお買い物に利用することができます。
「のとピッと」を使えば使うほど、あなたも能登も元気になります!
さらに、あなたの「ピッ」はもしもの時の行政による見守りや物資支援等にもつながります。

日常の行動 が 地域の防災力に



Contents

「のとピッと」とは？ …… 2
「のとピッと」で毎日おトクに貯まる! …… 4
「のとピッと」で備える! …… 5
「のとピッと」**かんたんスタートガイド** …… 6
「のとピッと」**画面のみかた** …… 10
外出でポイント獲得のはじめかた …… 11
ウォーキングでポイント獲得のはじめかた …… 12
貯めたポイントを交換する前に… …… 14
貯めたポイントの交換方法 …… 17
貯めたポイントの利用方法 …… 20
みまもりメールの設定方法 …… 22
こんな時どうする？（Q&A） …… 23

のとピッとで毎日おトクに貯まる!

お出かけで貯まる!

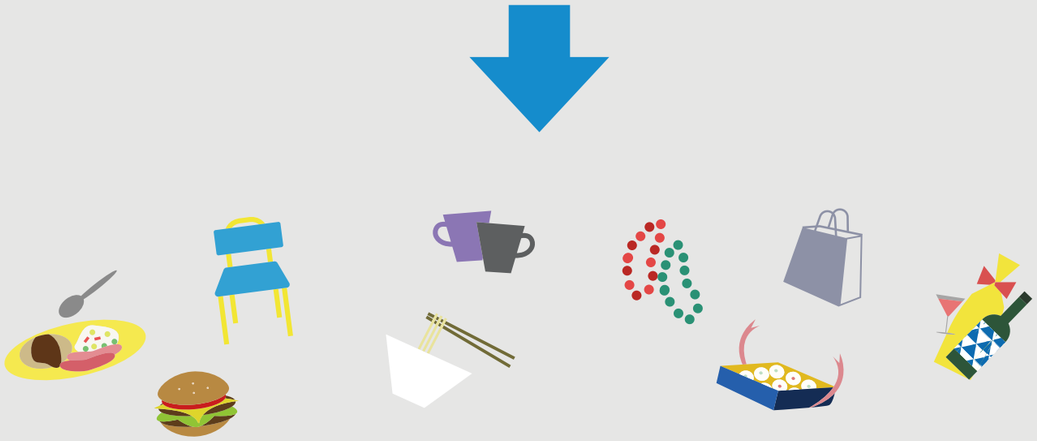
いつものおでかけがお小遣いに! のとピッとスポットにあるQRコードや行政等主催のイベントで貼り出されるQRコードをスマホで「ピッ」と読み込むだけでポイントが貯まります。





ウォーキングで貯まる!

毎日のウォーキングが自動でポイントになります! 健康を意識した一歩一歩が、お財布にも嬉しいご褒美になって返ってくるため、無理なく楽しく健康習慣を続けられます。まさに一石二鳥です。



頑張ったご褒美、貯めたポイントでお買い物!

「のとピッと」で貯めたポイントは、PayPay商品券・いしかわトチポに交換し、地域でのお買い物にご利用いただけます。

のとピッとで備える!

みまもり通知【居場所サポート】

外出先で施設のQRコードを読み取ると、ご家族等へすぐに通知が届くサービスです。難しい操作は一切なく、いつも通りに過ごすだけで大丈夫。離れていても、あなたの様子を見守ってくれるので、毎日を安心してお過ごしいただけます。

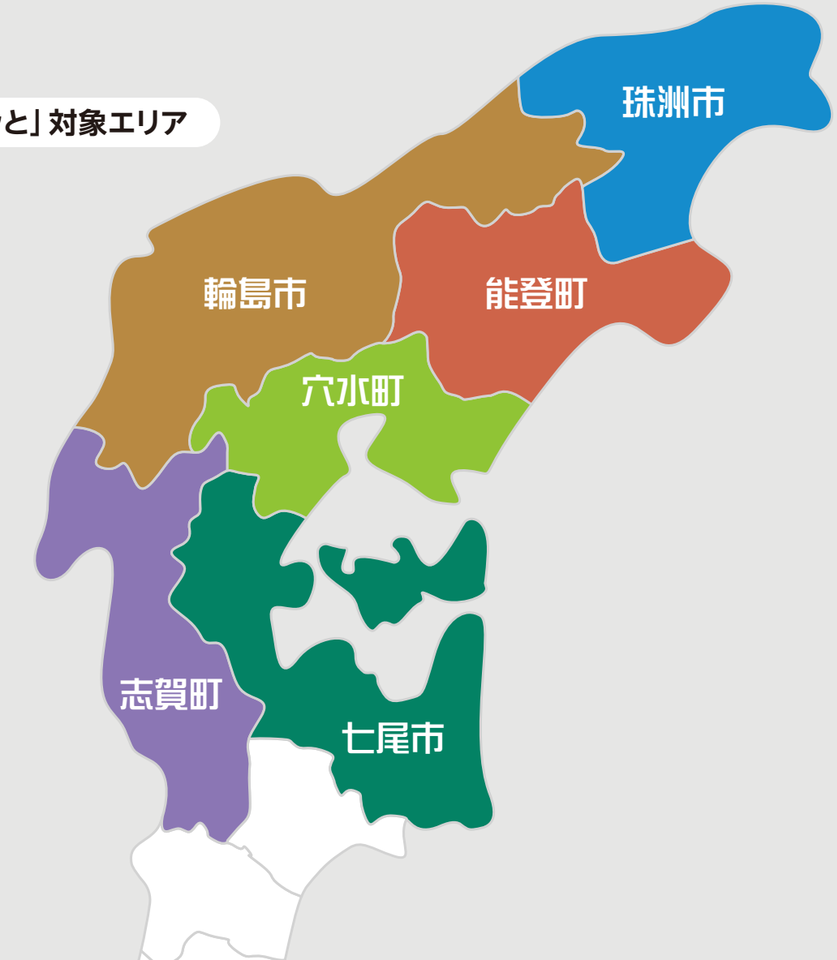




未来の安全【地域防災力の強化】

普段からサービスを使ってもらうことが、災害時に住民のみなさまの安否を確認するための土台になります。日常のちょっとした行動が、能登地域を災害に負けない、より強い地域へと変えていきます。

「のとピッと」対象エリア



のとピッと かんたんスタートガイド

対象者　以下の条件をすべて満たした方

- **能登6市町の住民**※1
- **マイナンバーカードを所持している方**（原則15歳以上※2）
- **スマートフォンをお持ちの方**※3※4

※1 マイナンバーカードに登録している住所が能登6市町の方
※2 署名用電子証明書をお持ちの方
※3 NFC（近距離無線通信）に対応した機種をお持ちの方
※4 スマートフォンのロック（PINコード等）の設定が必要です

本サービスをご利用いただくには、
「いしかわポータル」に、
本人認証サービスの「SHIKI」アプリで
ログインする必要があります。

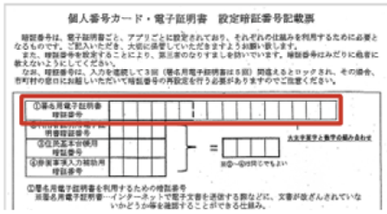
準備するもの

- **マイナンバーカード**
- **スマホ**



- **署名用電子証明書暗証番号**

マイナンバーカード受取時に設定した、
英大文字と数字を含む、6～16桁の暗証番号



1 「のとピッと」を開く

右のQRコードまたは、各市町の公式LINEから「のとピッと」を開いてください。

公式LINE表示例



「のとピッと」登録はこちらから

スマホ本体の操作

1. スマートフォンの標準の「カメラアプリ」をタッチ
2. 右記QRコードを画面内に収める
3. 表示されたリンクや情報をタッチ

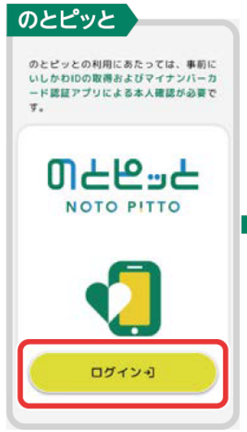


※QRコードが読み取れない場合はQ&A（23ページ）をご覧ください。

2 アカウント登録と認証

案内に従って「いしかわポータル」でアカウント登録と「SHIKI」アプリで認証を行い、「のとピッと」にログインしてください。

※シークレットモードやプライベートモードでは、本サービスは利用できないため、それらモードの設定は解除してからご利用ください。
※今後「のとピッと」の機能を利用する際にも、同様の手順を実施いただきます。ログインの方法（SHIKIでログイン）をメモしておくと便利です。



STEP 01 のとピッとのログイン画面が開く。「ログイン」をタッチ。

いしかわポータルは、石川県が提供するデジタルサービスの共通プラットフォームです。「SHIKI」は、そのポータル内でマイナンバーカードを用いて信頼性の高い本人確認（認証）を行うための専用アプリ（ツール）です。



いしかわポータル

「SHIKI」アプリがはじめての方

順番に進めてください（全ステップ）

「SHIKI」アプリ登録済みの方

- **ログアウトしている場合**

STEP01・02 完了後（STEP 03～18 を飛ばして）STEP19 へ

- **ログインしている場合**

STEP01 完了後（STEP02～18を飛ばして）STEP19 へ

いしかわポータル



STEP 02 「SHIKIでログイン」をタッチ。

※いしかわポータルにログイン済みの方は、こちらの画面は表示されません。



STEP 03 「アプリをインストール」をタッチ。



STEP 04 「App Storeで開きますか?」または「Google Playを開きますか?」で、「開く」をタッチ。

※お使いの機種によって、文言が異なります。

スマホ本体の操作



STEP 05 SHIKIアプリを「入手」をタッチ。

※お使いの機種によって、文言が異なります。



STEP 06 「開く」をタッチ。

※お使いの機種によって、文言が異なります。

SHIKIアプリ



STEP 07 手順に沿って進みます。「利用を開始する」をタッチ。



STEP 08 マイナンバーカードによる本人認証方法を確認して「次へ」をタッチ。



STEP 09 利用規約を確認して、「同意して次へ」をタッチ。



STEP 10 プライバシーポリシーを確認して、「同意して本人認証へ進む」をタッチ。



STEP 17 「本人認証する」をタッチ。



STEP 18 情報連携の要求を確認し、「連携する」をタッチ。



STEP 19 いしかわポータルに自動遷移する。利用規約にチェックし、「完了」をタッチ。



STEP 11 マイナンバーカードの暗証番号を入力し「次へ」をタッチ。



STEP 12 マイナンバーカードをスキャン。



STEP 13 スキャンが完了するまで待つ。



STEP 20 興味関心を選択し、「決定」をタッチ。



STEP 21 情報提供の同意書を読み、「同意する」をタッチ。



STEP 22 のとピッと利用規約を確認後チェックを入れ、「同意する」をタッチ。



STEP 14 「マイナンバーカードのスキャンに成功しました」が表示されたらSHIKIアプリの登録は完了。



STEP 15 6ページの①（「のとピッと」を開く）と同様の手順で、ログイン画面を開き、「ログイン」をタッチ。



STEP 16 「SHIKIでログイン」をタッチ。

※いしかわポータルにログイン済みの方は、こちらの画面は表示されません。



STEP 23 のとピッとに自動遷移する。以上で、ログインは完了。

解説動画はこちら

- 事前準備篇
- 利用篇
- 便利機能篇

のとピッと 画面のみかた



ご自身の登録情報や
設定画面(マイページ)を
確認できます。

最新のサービス情報や
地域からの重要なお知らせ、
ポイントキャンペーン情報などを
表示します。

獲得した現在のポイントが
表示されます。

通知したいご家族等の
メールアドレスを登録できます。

利用履歴が
ご覧になれます。

本サービスから
ログアウトできます。

歩数計測サービスと連携させて
ポイントを獲得できます。

PayPay商品券・
いしかわトチポに交換できます。

外出でポイント獲得のはじめかた

1 専用QRコードを読み取り

のとピッとスポット(公共施設や商業施設など)でQRコードを見つけ、スマートフォンの標準の「カメラアプリ」で読み取ります。





のとピッとスポットでの ポイント獲得ルール

❶ QRコードを読み取ることで、2ポイント獲得できます(2026年8月時点)。
❷ 同じQRコード(同じ場所)でポイント獲得できるのは1日1回までです。
❸ 1日最大、異なる3スポットでポイントを獲得できます。

スポットのほかに、
行政等主催のイベントでも
QRコードを発行することが
あります。

のとピッとスポット
一覧はこちら

2 ポイントを獲得する

QRコードを読み取ると、サービス画面に「次へ(ポイント取得)」が表示されます。「次へ」をタッチし、「のとピッと完了」の画面が出たら、ポイント獲得です!



※一定期間経過している場合、
セキュリティ確保のため「SHIKI」認証が求められます。

ウォーキングでポイント獲得のはじめかた

毎日のウォーキングが、
そのままおトクなポイントに変わります。
健康を意識して歩く一歩一歩が、
お財布にも嬉しいご褒美として返ってくるので、
これまで運動がなかなか続かなかった方でも、
無理なく楽しく継続できるのが大きな魅力です。
体を動かしてリフレッシュしながら、ポイントも貯まる。
そんな一石二鳥の習慣を取り入れて、
心も体も健やかな毎日を目指してみませんか。

ポイント獲得条件

3000歩以上達成で合計2ポイント
5000歩以上達成で合計3ポイント
8000歩以上達成で合計4ポイント
が**「けんこうマイレージ」**アプリに
付与されます（2026年8月時点）。
翌朝以降に、前日の歩数に応じて獲得した
ポイントが**「のとピッと」**に振り替えされます。
そのため、**「けんこうマイレージ」アプリ上、
前日分のポイントは毎日リセット**されます。

※「のとピッと」は「けんこうマイレージ」アプリを利用します。アプリインストールとデータ連携の設定が必要になります。

1 けんこうマイレージ画面を開く

ホーム画面にある「けんこうマイレージ」をタッチしてください。

2 けんこうマイレージのインストール

画面の案内に従って、本サービスとけんこうマイレージとの
データ連携を許可し、初期設定を行ってください。

ご注意

歩数が連携されない方は、以下の設定状況をご確認ください。

石川県HP	Android	iPhone

【iPhoneの場合】
けんこうマイレージにヘルスケアアプリからの情報の読み出しを許可する

【Androidの場合】
GoogleFit、ヘルスコネクトをインストールの上、それらをけんこうマイレージと連携させる

詳しい設定方法は、左のQRコードもしくはアプリ内のバナーからご確認いただけます。





STEP 01 「App Store」または「Google Play」をタッチ。



STEP 02 「入手」をタッチ。
※お使いの機種によって文言が異なります。



STEP 03 「開く」をタッチ。
※お使いの機種によって文言が異なります。



STEP 04 けんこうマイレージのアプリが起動。



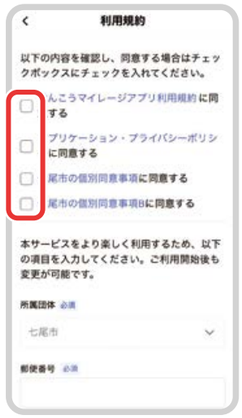
STEP 05 「SHIKIでログイン」をタッチ。



STEP 06 情報提供の同意書を読み、「同意する」をタッチ。



STEP 07 「次に進む」をタッチ。





STEP 08 利用規約、プライバシーポリシーを確認して、チェックを入れる。
いしかわポータルの登録情報が表示されるので、
郵便番号を入力して「同意する」をタッチ。



STEP 09 この画面で「はい」をタッチした後に位置情報の許可設定画面が出た場合は、「正確な位置情報：オン」、「アプリの使用中は許可」をタッチ。
※お使いの機種によって文言が異なります。



STEP 10 「すべてオンにする」をタッチした後、「許可」をタッチ。
※お使いの機種によって表示される画面や文言が異なります。
（画面はiPhoneの場合）



STEP 11 登録完了。
※長期間ご利用されない場合は、再認証が求められます。

貯めたポイントを交換する前に…

のとピッとポイントは、PayPay商品券・いしかわトチポに交換できます。
ポイント交換前にそれぞれのサービスの登録が必要です。
いずれか一方の登録でもご利用いただけます。

PayPay登録の手順（既にお持ちの方は手続き不要）

iPhoneご利用の方

Androidご利用の方

上記のQRコードを読み取り、アプリをダウンロードしてください。



STEP 01 登録方法をタッチ。

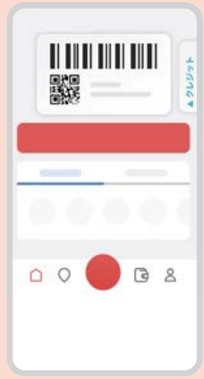


STEP 02 「はじめる」をタッチして電話番号の認証を行う。





STEP 03 AppleやGoogleのアカウントで認証またはパスワードを設定。



STEP 04 登録完了。

交換できる商品券（交換レート）

PayPay商品券		いしかわトチポ	
100ポイント	84円	100ポイント	95円
500ポイント	420円	500ポイント	475円
1000ポイント	840円	1000ポイント	950円

トチツーカアプリ登録の手順（既にお持ちの方は手続き不要）

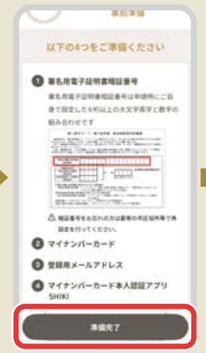
iPhoneご利用の方

Androidご利用の方

上記のQRコードを読み取り、アプリをダウンロードしてください。



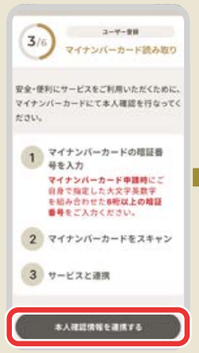
STEP 01 トチツーカアプリを起動し「新規登録」をタッチ。



STEP 02 必要なものを確認し、「準備完了」をタッチ。



STEP 03 各種規約を確認し、同意して「本人認証へ進む」をタッチ。



STEP 04 マイナンバーカードによる本人確認方法を確認し、「本人確認情報を連携する」をタッチ。



STEP 05 マイナンバーカードの暗証番号を入力し「次へ」をタッチ。



STEP 06 マイナンバーカードのICチップに端末の読み取り部分をかざして読み取る。



STEP 07 マイナンバーカード情報のスキャンが完了するまで待つ。



STEP 08 メールアドレスを入力し、「確認メールを送信」をタッチ。



STEP 09 受信したメールに記載されているURLをタッチし登録作業を続ける。



STEP 10 ユーザー登録内容を確認し、「OK」をタッチ。



STEP 11 以上でユーザー登録は完了。

次のページに進み いしかわトチポを追加。

※本手順はアップデート等により、一部変更になる場合がございます。上記手順と異なる画面が表示されました場合は、お手数ですが、右記QRコードを読み取りにより最新の手順をご参照ください。

ご注意 メールアドレス以外の情報は「マイナンバーカード」に紐づいている情報のため、トチツーカ及び「SHIKI」からは変更ができません。変更したい場合は、マイナンバーカードの情報変更が必要です。

トチツーカアプリにいしかわトチポを追加する手順

トチツーカアプリ



STEP 01 「ポイント」をタッチ。「+使えるトチポを追加」をタッチ。



STEP 02 いしかわトチポの「追加する」をタッチ。



STEP 03 利用規約を確認後チェックを入れ、「次へ」をタッチ。



STEP 04 「いしかわポータルのアカウントを作成」をタッチ。

いしかわポータル



STEP 05 ブラウザ起動後、「SHIKIでログイン」をタッチ。



STEP 06 「本人認証する」をタッチ。

SHIKIアプリ



STEP 07 SHIKIアプリへ自動遷移後、「連携する」をタッチ。

いしかわポータル



STEP 08 いしかわポータルへ自動遷移後、情報提供の同意書を読み、「同意する」をタッチ。

ご注意

「SHIKIでログイン」をタッチした際、画面が白くなって次の画面に遷移しない場合は、以下操作後、STEP5から操作ください。

- プライベートブラウズ、またはシークレットモードを解除
- iOS端末（iPhone等）の場合、ブラウザのキャッシュクリア

※アカウント登録を「SHIKIでログイン」を選んでいることが前提となります。



STEP 09 「トチツーカ登録情報と連携する」にチェックを入れ、「次へ」をタッチして、「ホーム画面へ」をタッチ。



STEP 10 登録完了。

貯めたポイントの交換方法



本サービスのポイントは、PayPay商品券・いしかわトチポに交換いただけます。

※初回のみ：初めて交換するサービスの場合、自動で連携設定画面に移ります。画面の案内に従って設定を完了させてください。

1 ポイントの交換画面を開く

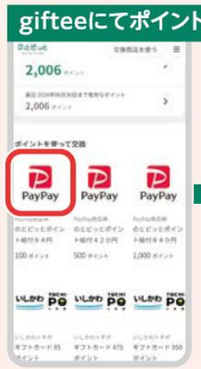
ホーム画面の「ポイント交換」をタッチします。

2 ご希望のサービスをタッチして交換

※giftee（ギフティ）はポイントを交換する際に利用する「デジタル引換券」の発行サービスです。面倒な手続きは不要で、スムーズに交換できます。

PayPay商品券との交換

gifteeにてポイント交換



STEP 01 「PayPay商品券」をタッチ。（100P、500P、1000P）



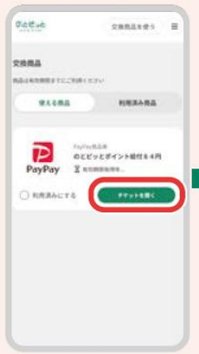
STEP 02 「交換する」をタッチ。



STEP 03 交換内容を確認し、「商品を確定する」をタッチ。



STEP 04 商品の交換が完了しました。「交換商品をみる」をタッチ。



STEP 05 「チケットを開く」をタッチ。



STEP 06 「対象サイトを開く」をタッチ。



STEP 07 チャージ内容を確認して「チャージする」をタッチし、チャージ完了。

PayPay商品券がチャージされたことを確認する方法

①PayPayアプリの画面右下の「ウォレット」をタッチ。

②「PayPay商品券」の枠にチャージ額が追加されたことを確認

いしかわトチポとの交換

gifteeにてポイント交換



STEP 01 いしかわトチポをタッチ。
（100P、500P、1000P）



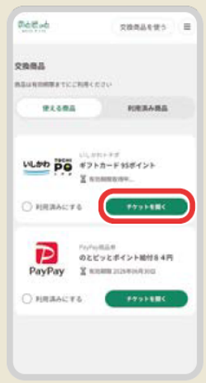
STEP 02 「交換する」をタッチ。



STEP 03 交換内容を確認し、「商品を確定する」をタッチ。



STEP 04 商品の交換が完了しました。「交換商品をみる」をタッチ。



STEP 05 「チケットを開く」をタッチ。



STEP 06 「いしかわトチポのポイントを取得する」をタッチ。

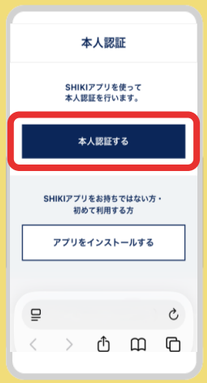


STEP 07 「認証する」をタッチ。

いしかわポータル



STEP 08 「SHIKIでログイン」をタッチ。
※利用者の環境によって画面が表示されない場合は、そのまま**STEP14**へお進みください。



STEP 09 「本人認証する」をタッチ。



STEP 10 SHIKIで本人認証する。



STEP 11 「連携する」をタッチ。



STEP 12 「利用同意へ」をタッチ。



STEP 13 情報提供の同意書を読み、「同意する」をタッチ。



STEP 14 チャージ内容を確認し、「OK」をタッチ。



STEP 15 チャージ完了。





いしかわトチポがチャージされたことを確認する方法

①トチツーカアプリの画面左上の「ポイント」をタッチ。
②「いしかわトチポ」にチャージ額が追加されたことを確認

貯めたポイントの利用方法

PayPay商品券交換後の利用方法

PayPayアプリ



STEP 01 「支払方法の優先順位」の設定を行う。

❶ PayPayアプリ右下の「アカウント」をタッチ。
❷ 「支払い方法の管理」をタッチ。
❸ 「支払い方法の優先順位」をタッチ。
❹ 「商品券を最優先の支払い方法にする」で設定を切り替える。

※初期設定は「有効」になっています。
※こちらの設定を行うことで、対象店舗でのお支払いで商品券が自動で適用されます。
※決済額に対してPayPay商品券の残高が足りない場合、残りの金額は自動で他の支払い方法(他のPayPay商品券、PayPay残高、またはPayPayクレジット)が適用されます。
※一度に使える商品券は最大6枚です。

PayPay商品券が利用できる店舗は、以下の方法でご確認ください。

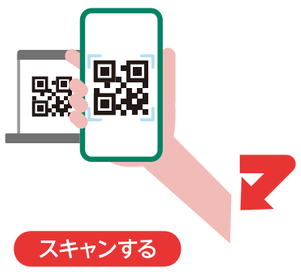
❶ ホーム画面の「近くのおトク」をタッチ。
❷ 「My商品券」をタッチ。
❸ 利用可能加盟店を確認。

STEP 02 QRコードを店員に見せる または お店のQRコードをスキャンして 支払う。





❶ ホーム画面の「スキャン」をタッチ。



❷ お店に置かれたQRコードを読み取る。



❸ 支払う金額を入力して「次へ」をタッチ。



❹ 画面を店員に確認してもらい「支払う」をタッチ。



❺ 支払い完了。

いしかわトチポ交換後の利用方法

トチツーカアプリ



STEP 01 「ポイント」をタッチして「支払う」をタッチ。



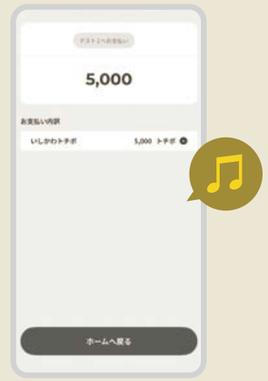
STEP 02 カメラが起動。加盟店に設置してあるQRコードを読み取る。



STEP 03 お支払額を入力し「次へ」をタッチ。



STEP 04 お支払先とお支払額を確認し「支払う」をタッチ。



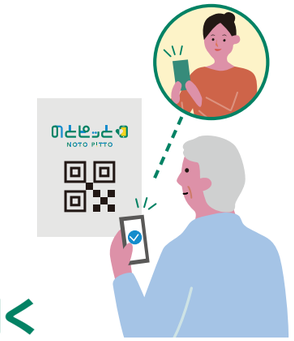
STEP 05 お支払いが完了すると完了画面が表示され、決済音がなる。

いしかわトチポが利用できる店舗は、以下の専用サイトからご確認ください。



みまもりメールの設定方法

みまもりメールとは、
事前に登録した
ご家族等のメールアドレス宛に
活動情報が届くサービスです。





1 みまもり設定画面を開く

ホーム画面「みまもりメール設定」を
タッチします。

2 みまもりメール通知先の登録

通知したい方のメールアドレスを登録する。



STEP 01 「SHIKIでログイン」をタッチ。



STEP 02 情報提供の同意書を読み、「同意する」をタッチ。

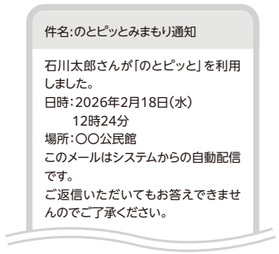


STEP 03 「みまもり通知」をONにし、「通知先メールアドレス」に、みまもりメールを送りたいメールアドレスを入力後、「保存」をタッチ。

3 みまもりの通知

ご利用者がのとピッとスポットに設置されたQRコードの読み取りなどをすることで、登録したご家族等のメールアドレスに右記イメージの活動情報が届きます。

※ご利用者がウォーキング（けんこうマイレージ）でポイントを獲得した場合、翌朝以降に上記と同様のメールが、登録したアドレスに通知されます。その際、「日時：前日の23時59分」、「場所：けんこうマイレージ（前日の利用）」と表記されるので、ご注意ください。



こんな時どうする？ Q&A

Q ログインができません。

A ログインにはいしかわポータルのアカウントと、「SHIKI」によるログインが必要です。ログイン方法を忘れた場合は、6ページのスタートガイドに従って再設定をお願いします。また長期間ログインしてない場合は、いしかわポータルの再ログインが必要です。

Q メニュー画面（ポイント確認）を開きたいです。

A 各市町の公式LINEまたは、本パンフレット6ページのQRコードから本サービスにログインしてください。

Q のとピッとポイントが増えません。

A 獲得条件を達成しているかご確認ください。ウォーキング（けんこうマイレージ）で獲得したポイントは翌日の反映となります。当日中は「けんこうマイレージ」アプリのホーム画面で獲得したポイントを確認できます。

Q QRコードが読み取れません。

A スマートフォンの標準のカメラアプリで読み取ってください（iPhoneの場合は、設定からQRコードスキャンが有効になっているか確認）。標準のカメラアプリで読み取れない場合、Googleレンズアプリでの読み取りをお試しください。

Q ポイントは現金に交換できますか？

A 現金には交換できません。PayPay商品券・いしかわトチポに交換できます。

Q いしかわトチポにポイント交換ができません。

A トチツーカアプリで「いしかわトチポ」の情報が登録されているか改めてご確認ください。
「珠洲トチポ」「小松トチポ」「能美トチポ」には交換することができません（「いしかわトチポ」の登録方法は18ページをご参照ください）。

Q みまもりメールを設定しましたが、通知が届きません。

A みまもり通知がONであること、設定されているアドレスに誤りがないこと、みまもりメールが迷惑メール（スパム）フォルダに振り分けられていないことをご確認ください。

Q みまもりメール通知をやめたいです。

A 22ページの手順を参考に、「みまもり通知」をOFFにして「保存」をタッチしてください。

Q 「のとピッと」のアクセスができなくなりました。

A 各市町の公式LINEまたは表紙・6ページのQRコードからアクセスできます。

Q のとピッとスポットはどこにあるのでしょうか？

A 「のとピッと」で検索または右記のQRコードから、ご覧いただけます。

「のとピッと」に関する詳細
（その他よくあるご質問やのとピッとスポット一覧等）は
右記QRコードからご覧になれます。