

歩こう歩けばコンペ2021開催要項

1 目 的

歩くことにより、組合員の運動不足の解消及び運動習慣のきっかけをつくり、メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）を予防し健康の保持増進に資する。

2 対象者

原則として組合員とする。

組合員以外の方が参加する場合には、歩数計及び賞品は付与されない。

3 募集人数

900組（2,700人）とする。なお、申込者が多数の場合には抽選とする。

4 主 催

公立学校共済組合青森支部

5 内 容

職場で3人1組のチームを編成し、期間中の起床から就寝までの歩数を歩数計で計測し、歩数の合計を報告する。また、チームの合計歩数及び目標達成に応じた成果を表彰する。

6 開催予定期間

令和3年 9月1日 ～ 令和3年11月30日 （3か月コースのみ）

※ 歩数計の入荷状況により期間が変更となる場合がある。

7 参加者へのインセンティブ

（1）参加者全員：健康ポイント200ポイント付与

（2）がんばり賞：合計歩数に応じた賞品をチームの参加者全員に進呈

区 分	チーム合計歩数	内 容
松	3,000,000 歩以上	図書カード5,000円 または、健康ポイント5,000ポイント付与
竹	2,700,000 ～ 2,999,999 歩	図書カード3,000円 または、健康ポイント3,000ポイント付与
梅	2,400,000 ～ 2,699,999 歩	図書カード2,000円 または、健康ポイント2,000ポイント付与

（3）目標達成賞：目標達成に応じた健康ポイントをチームの参加者全員に付与

区 分（チーム目標歩数）	内 容
3,000,000 歩以上の達成	健康ポイント400ポイント付与
2,700,000～2,999,999 歩の達成	健康ポイント300ポイント付与
2,400,000～2,699,999 歩の達成	健康ポイント200ポイント付与
2,399,999 歩以下の達成	健康ポイント100ポイント付与

（4）飛賞

チーム順位の下一桁が「1」のチームの参加者全員に、青森うまれの「できるだし」3点セットを進呈する。

8 申込方法

参加を希望する組合員は、申込書、「様式1 同じ所属所で組むチーム用」、「様式2 異なる所属所で組むチーム用」又は「様式3 個人用」を提出するものとする。

提出期限：令和3年6月30日（水）厳守

9 決定通知

8月下旬までに決定し、申込みのあった所属所に通知する。

10 経過及び結果報告

経過報告等について、報告期限までに所定の様式により報告するものとする。

また、支部ホームページにて随時公表する。

※ 報告様式及び報告期限は参加者の決定時に通知し、経過報告は概ね1か月に1回とする。

※ ホームページにはチーム名、ハンドルネーム、所属所名を掲載することとし、個人名は掲載しません。

11 その他

参加する組合員には、無料で歩数計を配付する。

ただし、令和2年度に参加した者には配付しない。



これまで配付した歩数計と
同等品を予定しております。

【健康ポイントについて】

支部の健康管理事業に参加する等、組合員の健康行動に対して、支部がポイントを付与します。健康ポイントは1ポイント1円相当の商品への交換、Amazonの商品券やスターバックスのドリンクチケットなど金券への交換などできます。

詳細は、WEBサイトをご覧ください。

また、健康ポイントは、初回登録した時点からポイントが付与されますので、また登録していない方は早めに登録してください。登録の仕方は広報誌「福利あおもり」を参照してください。

<https://point.happy1th.com/web/kourituaomori/login>

支部のホームページからもアクセスできます。

