

# 歩こう歩けばコンペ2025は、昨年度と同様に健康ポイントサイトでの歩数入力方式で実施しています。(実施期間の途中からの参加もできます!)

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ため「歩こう歩けばコンペ2025」を開催します。

今年度も、個人参加とし、各自健康ポイントサイト内の記録フォームに歩数を入力していただく方式とします。



**実施期間** 令和7年 9月1日(月) から 11月30日(日)

**賞品** 入力された歩数合計に応じて、「**がんばり賞**」として賞品を進呈します!

その他飛賞もあり  
(健康ポイント付与)

## 健康ポイントサイトトップページ

健康ポイントサイトのURLはこちら▶  
<https://hlpt.benefit-one.inc/>



1日の歩数が**6,000歩以上**で  
**健康ポイント5ポイント**が付与されます。

歩数入力

「歩こう歩けばコンペ2025」の開催期間外でも毎日歩数の入力ができ、ポイントが付与されます。ウォーキングを継続して健康ポイントを貯めましょう。

ベネフィットステーション  
からも入れます

<https://bs.benefit-one.inc/>



ベネフィット



## アプリを活用すると便利です。

『ベネワン健康アプリ』では、

- Google Fit (AndroidOS) 又はヘルスコネクト (AndroidOS)、ヘルスケア (iOS) と連携すると、**日々の歩数入力の手間が省けます。**
- チャレンジ状況をグラフで確認
- 血圧や睡眠時間も合わせて記録など、様々な機能を無料で利用できます。

- ① iPhoneをご利用の方はApp Store、Androidをご利用の方はGoogle Playで、『ベネワン健康アプリ』と検索します。もしくは下記QRコードを読み取ります。
- ② インストールを実行し、ご使用中のベネアカウントでログインしてください。



更新することで歩数が  
反映されます。

1週間以上更新しないと  
歩数が反映されない  
場合があります。

## AndroidOSをご利用の方へ

**注意**

「ベネワン健康アプリ」は2025.8.6にアップデートしています。8/6以降にアプリをインストールした方、又はアップデートした方はヘルスコネクトとの連携となります。なお、既にアプリをインストールしている方で8/6以降にアプリのアップデートをしていない方は2025.12.31までGoogle Fitと連携できます。



ベネワン健康アプリ

