

歩こう歩けばコンペ2024開催要項

公立学校共済組合青森支部

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

組合員（人数制限なし）

3 主 催

公立学校共済組合青森支部

4 内 容

期間中の起床から就寝までの歩数合計を健康ポイントサイト内の記録フォームに入力し、期間中の歩数合計に応じた成果を表彰する。

※歩数入力の方法については別紙を参照のこと

5 開催予定期間

令和6年 9月1日 ～ 令和6年11月30日

6 参加者へのインセンティブ

（1）がんばり賞

合計歩数に応じた賞品を参加者に進呈する。

ただし、上限を超える対象者があった場合には、上位者から進呈する。

区分	合計歩数	内 容	上限目安
松	910,000 歩以上	QUO カード3,000円	上位 1,380 名 ～ 1,890 名
竹	819,000 歩～909,999 歩	QUO カード2,000円	
梅	728,000 歩～818,999 歩	QUO カード1,000円	

（2）飛賞

順位の下一桁が「1」の参加者に、健康ポイント500ポイントを付与する。

（3）1日の歩数が6,000歩以上で健康ポイント5ポイント付与

7 参加方法

参加を希望する組合員は、開催期間中各自で健康ポイントサイト内にて歩数を入力するものとする

8 経過及び結果報告

- (1) 9月末時点での参加者に対し参加者番号、1か月の歩数合計及び順位を通知する。(10月中旬)
- (2) 支部ホームページにて随時公表することとし、参加者番号で公表する。

【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、健康ポイント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、まだ登録していない方は早めに登録してください。

サイトの利用にあたっては、ベネアカウントの登録が必要となります。

登録の仕方等詳細については別紙を御参照ください。

【健康ポイントサイト】

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

