

# 令和5年度ウォーキンググランプリ実施要領

公立学校共済組合千葉支部

## 1 目的

メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群) 予防を推進し、運動不足の解消や運動習慣のきっかけづくり、職場のコミュニケーションの促進及び健康の保持増進を目的に実施する。

## 2 対象者

公立学校共済組合千葉支部組合員

※ 組合員資格取得後間もない等の理由で、健康ポイントサイトにログインできない状態の組合員は参加できない。

※ 任意継続組合員は対象外。

## 3 募集人数

申込みのあったチームすべて

## 4 実施期間 (※申込期間は6に記載)

令和5年10月2日(月) ～ 令和5年10月22日(日)

## 5 実施内容

**3人1チーム**を編成する。株式会社ベネフィット・ワンの提供する健康ポイントサイト内のエントリー制ウォーキング機能を使用する。実施期間中の歩数を記録し、チーム合計歩数を競う。上位50チームを表彰し、健康ポイントを該当チームの参加者1人ずつに付与する。

### ※ チーム編成について

1つの所属所内で2つ以上のチームを編成することができる。

所属をまたいだチームを編成することができる。

同一の1人が複数のチームに参加することはできない。

### ※ 歩数計について

参加者自身で用意する。

スマートフォンを通じて自動計測が可能。

iPhoneの場合：App Store から「ベネワン健康アプリ」をインストールし、iPhone 搭載のアプリ「ヘルスケア」と連携する。

Androidの場合：Google Play から「ベネワン健康アプリ」と「Google Fit」をインストールし、連携する。

### ※ 付与ポイントについて

歩数確定後、次表のとおり健康ポイントを付与する。

順位	付与ポイント数 (参加者一人)	付与ポイント (参加チーム総計)
1位～10位	600ポイント	1,800ポイント
11位～30位	500ポイント	1,500ポイント
31位～50位	400ポイント	1,200ポイント

※実施期間中毎日欠かさず歩数登録をした者に、参加ポイント(300ポイント)を付与する。

6 申込期間

令和5年9月8日（金） ～ 令和5年9月22日（金）

7 申込方法

参加を希望するチーム代表者は、健康ポイントサイトにログインし、エントリーを行う。  
チーム代表者はチームを作成し、チームコードを他の2人に伝えることで、3人チームを作成する。

なお、申込期間を過ぎてからの申込については、いかなる場合も認めない。

8 参加の決定

有効な申込のあった全てのチームを参加決定チームとする。参加の可否は通知しない。

9 結果通知

当支部ホームページに結果を掲載する。

10 その他

現在、通院中の組合員は主治医の意見等に従って参加する。

ウォーキング中の事故等については、当組合は一切責任を負わない。