

光市記者発表資料

令和7年1月7日

件名	みんな to ウォーキング事業 チーム対抗ウォーキングラリー「仲間部門」「職場部門」表彰式の開催について
内容	<p>市では光市健康づくり推進計画「スマイルチャレンジ事業（うごく）」の一環として、いつでも、どこでも取り組むことができるウォーキングを通して、運動習慣づくりの推進を図るために「誘い合ってみんなと歩こう！」をコンセプトに「みんな to ウォーキング事業」を実施しています。</p> <p>みんな to ウォーキング事業チーム対抗ウォーキングラリー「仲間部門」「職場部門」を10月から11月の2か月間実施しました。</p> <p>つきましては、チーム平均歩数の多い各部門上位3チーム等の表彰式を行います。</p> <p>1 日時・場所</p> <p>令和7年1月23日（木）18時30分～ あいぱく光 いきいきホール</p> <p>※市長より表彰状、賞品を授与</p> <p>2 表彰対象チーム ※チーム名等は表彰式当日に公表。</p> <p>受賞者氏名は、本人の了承が得られた方のみ公表。</p> <p>各部門チーム平均歩数の多い上位3チームを表彰。職場部門に関しては、上位3位に加えて参加者割合の多い企業を1企業表彰。</p> <p>3 参加者及び結果について</p> <p>市民及び市内に通勤・通学する2～5人でチームを構成、参加申し込みをされたチームで、やまぐち健幸アプリのグループ機能に登録または光市オリジナル健康記録帳に歩数を記入・報告書を提出、各チームで2か月の1人当たりの平均歩数を競ったもの。</p> <p>申込状況：仲間部門31チーム、91人、職場部門10企業、60チーム、229人 計91チーム、320人</p> <p>報告提出状況：仲間部門31チーム、91人、職場部門9企業、54チーム、202人 計85チーム、293人</p> <p>実施期間：令和6年10月1日（火）～11月30日（土）の2か月間</p> <p>結果一覧については市のホームページ等にて掲載、紹介する。</p> <p>4 参考</p> <p>別添：みんな to ウォーキング事業チーム対抗ウォーキングラリー「仲間部門」「職場部門」チラシ</p>
問合せ	<p>担当課 光市福祉保健部健康増進課健康増進係</p> <p>担当者 兼重</p> <p>電話 0833-74-3007</p>

みんなtoウォーキング事業

「仲間部門」エントリー募集!

実施期間：令和6年10月1日（火）～11月30日（土）

申し込み期間：令和6年8月1日（木）～9月30日（月）

参加対象

光市に在住または通勤・通学している方
(1チーム：2～5人)

参加方法

①光市へ参加の申し込みをする

②注R5年度に参加された方も申し込みが必要です。
下記のいずれかの方法でお申し込みください。

ホームページから
申し込み▼



電話で申し込む▼

光市健康増進課へ電話

TEL

0833-74-3007

窓口で申し込む▼

あいぱーく⑩番窓口で
申し込み用紙を記入

②歩数の記録方法を選ぶ

「やまぐち健幸アプリ」

裏面に記載のある方法で登録
②注すでにアプリをインストール
している方もチーム名の登録に
指定があるため、チラシ裏面を
必ずご確認ください。

「光市オリジナル健康記録帳」

あいぱーく⑩番窓口
でもらう。または光市
ホームページから
書式をダウンロード▶



※チームの全員が同じ記録方法を選択してください。

上位入賞チームには景品も!!

★全員に参加賞も準備しています★

協賛企業



Marukyu

明治安田

問い合わせ先
光市健康増進課

電話：0833-74-3007

メール：kenkouzoushin@city.hikari.lg.jp

やまぐち健幸アプリ登録手順

① アプリをダウンロードする

ダウンロードは
こちらから▶



② 必要項目を入力する

最後まで入力したら、「同意して次へ進む」を押す。

初期設定

▶ ニックネーム (必須)
※ランキングで公開されます。

3文字以上20文字以下

▶ 居住地域 (必須)
※ランキングで利用されます。

③ 画面下側のランキングを押す。



④ 画面右上のなかよしを押す。



⑤ 新しくグループを作る

- ▶ 「グループの新規登録をする」を押す。
- ▶ 「グループ名を作成してください」と画面に出てくるため、光てくてく2 (チーム名) を入力。
例：けんこうチームの場合
「光てくてく2けんこう」
- ▶ 「登録する」を押す。

⑤ すでにアプリに登録しているチームで参加する

- ▶ ③④の順に画面を押す。
- ▶ 画面中央の「グループ情報」を押す。
- ▶ 「新しいグループ名を入力してください」の部分に「光てくてく2 (チーム名)」を入力。
- ▶ 登録するを押す。

⑥ メンバーをグループに入れる。

- ▶ ⑤でグループを作った人は、「メンバーコード」を確認。

※③④の順に画面を押し、画面中央の「グループ情報」を押す。
グループコードを同じチームメンバーに伝える。

- ▶ チームに参加する人は、③④の順に画面を押し、「グループに参加する」を押す。
- ▶ グループを作成したメンバーからグループコードを聞き、入力。

※健幸アプリで参加される場合は、市に申込みすると県が実施しているやまぐち健幸チャレンジ月間 (市町部門) にも自動参加になり、県内での順位も見るができます。

健幸チャレンジ月間についてはこちら▼



みんなtoウォーキング事業

「職場部門」エントリー募集!

実施期間：令和6年10月1日（火）～11月30日（土）

申し込み期間：令和6年8月1日（木）～9月30日（月）

対象

光市に在住または通勤している方
(1チーム：2～5人)

参加方法

①光市へ参加の申し込みをする

②R5年度に参加された方も申し込みが必要です。
下記のいずれかの方法でお申し込みください。

企業・事業所内で参加チームを取りまとめ（チームごとも可）
申請書をメールまたは郵送で光市健康増進課に申請書を提出

詳しくは、こちらから▶



②歩数の記録方法を選ぶ

「やまぐち健康アプリ」

裏面に記載のある方法で登録
③すでにアプリをインストール
している方もチーム名の登録に
指定があるため、必ずご確認ください。

「光市オリジナル健康記録帳」

あいぱーく⑩番窓口
でもらう。または光市
ホームページから
書式をダウンロード▶



※チームの全員が同じ記録方法を選択してください。

上位入賞チームには景品も!!

★全員に参加賞も準備しています★

協賛企業



Otsuka



Marukyu

明治安田

問い合わせ先：光市健康増進課

電話：0833-74-3007

メール：kenkouzoushin@city.hikari.lg.jp

やまぐち健幸アプリ登録手順

① アプリをダウンロードする

ダウンロードは
こちらから▶



② 必要項目を入力する

最後まで入力したら、「同意して次へ進む」を押す。

初期設定

▶ ニックネーム (必須)
※ランキングで公開されます。

3文字以上20文字以下

▶ 居住地域 (必須)
※ランキングで利用されます。

③ 画面下側のランキングを押す。



④ 画面右上のなかよしを押す。



⑤ 新しくグループを作る

- ▶ 「グループの新規登録をする」を押す。
- ▶ 「グループ名を作成してください」と画面に出てくるため、光てくてく1 (チーム名) を入力。
例：けんこうチームの場合
「光てくてく1けんこう」
- ▶ 「登録する」を押す。

⑤ すでにアプリに登録しているチームで参加する

- ▶ ③④の順に画面を押す。
- ▶ 画面中央の「グループ情報」を押す。
- ▶ 「新しいグループ名を入力してください」の部分に「光てくてく1 (チーム名)」を入力。
- ▶ 登録するを押す。

⑥ メンバーをグループに入れる。

- ▶ ⑤でグループを作った人は、「メンバーコード」を確認。
※ ③④の順に画面を押し、画面中央の「グループ情報」を押す。
グループコードを同じチームメンバーに伝える。
- ▶ チームに参加する人は、③④の順に画面を押し、「グループに参加する」を押す。
- ▶ グループを作成したメンバーからグループコードを聞き、入力。

※健幸アプリで参加される場合は、市に申込みすると県が実施しているやまぐち健幸チャレンジ月間 (市町部門) にも自動参加になり、県内での順位も見るができます。

健幸チャレンジ月間についてはこちら▼

