

光市記者発表資料

令和8年1月6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

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。

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。

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。

1 日時・場所

令和8年1月21日（水）18時30分～ あいぱーく光 いきいきホール

※市長より表彰状、賞品を授与

2 表彰対象チーム ※チーム名等は表彰式当日に公表。

受賞者氏名は、本人の了承が得られた方のみ公表。

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。

※殿堂入り制度について

今年度より、殿堂入り制度を設けました。殿堂入りとは、みんなtoウォーキング事業「仲間部門」に参加し、同じメンバーで2回入賞（1位～3位）したチームが申出により、殿堂入りされます。

令和7年度、1チームが殿堂入りされました。

3 参加者及び結果について

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。

参加状況：仲間部門38チーム、110人、職場部門14企業、69チーム、264人
計107チーム、374人

実施期間：令和7年10月1日（水）～11月30日（日）の2か月間

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。

4 参考

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

問合せ

担当課 光市福祉保健部健康増進課健康増進係

担当者 廣森

電話 0833-74-3007

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7年10月1日（水）～11月30日（日）

申し込み期間：令和7年8月1日（金）～9月30日（火）

対象

光市に在住または通勤している方
（1チーム：2～5人）



①光市へ参加の申し込みをする

②R6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。

参加方法

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提出



詳しくは、こちらから▲

②歩数の記録方法を選ぶ

※チームの全員が同じ記録方法を選択してください。

「やまぐち健康アプリ」

裏面に記載のある方法で登録
②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▶



上位入賞チームには景品も!!

★職場内での参加人数が多ければ多いほどいいことがあるかも★

★全員に参加賞を準備しています★

協賛企業



Otsuka



Marukyu

明治安田

■問い合わせ先：光市健康増進課



0833-74-3007



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。

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、光ぷらぷら1（チーム名）を入力。
例：けんこうチームの場合
「光ぷらぷら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「光ぷらぷら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▼



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7年10月1日（水）～11月30日（日）

申し込み期間：令和7年8月1日（金）～9月30日（火）

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）

①下記いずれかの方法で光市へ参加の申し込みをする

②R6年度に参加された方も申し込みが必要です。

参加方法

ホームページから
申し込む▼



電話で申し込む▼

光市健康増進課へ電話



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

※チーム全員が同じ記録方法を選択してください。

「やまぐち健幸アプリ」

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、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▶



上位入賞チームには景品も!!

6,000歩/日 以上（2か月の平均歩数）のチームには
とび賞ゲットのチャンス!!

★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



0833-74-3007



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。

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、光ぷらぷら2 (チーム名) を入力。
例：けんこうチームの場合
「光ぷらぷら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「光ぷらぷら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ことが出来ます。

健幸チャレンジ月間についてはこちら▼

