

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

② R6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
申し込み▼



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モ!!

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。

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できます。

健幸チャレンジ月間についてはこちら▼

