

光市記者発表資料

令和4年7月25日

件名	みんな to ウォーキング事業 チーム対抗編ウォーキングラリーの開催について
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。みんな to ウォーキング事業の第2弾として、チーム対抗編ウォーキングラリー部門を開催します。</p> <p>運動習慣を身につけるため、誘い合ってチームで取り組んでみませんか。申込受付を7月31日（日）から開始します。</p> <ol style="list-style-type: none">実施期間：9月1日（木）～9月30日（金）の1か月間対象：市内在住または、通勤・通学されている人で、2～5人のチーム参加ができる人内容：2～5人でチームを構成後、1か月間の平均歩数を競います。10月19日（水）に表彰式を行います。 ※ランニングも可 ※上位8チームなどには豪華賞品あり（1位は1人5,000円相当の賞品）参加方法：「やまぐち健幸アプリ」または「光市オリジナル健康記録帳」を利用し、歩数を記録します。 (1) やまぐち健幸アプリを利用：メンバー全員がアプリをダウンロードし、グループ構成機能に登録。登録グループ名の最初に「光ウォーク」を付けてください。 （例：光ウォーク 【チーム名】） ※報告書の提出は不要です。 (2) 光市オリジナル健康記録帳を利用：健康増進課にて光市オリジナル健康記録帳を受け取りまたは市ホームページからダウンロード後、歩数を記入し、10月5日（水）までに終了報告書とともに提出してください。 <ol style="list-style-type: none">申込期間：7月31日（日）～8月31日（水）申込方法：市ホームページ（別添リーフレットのQRコード参照）または電話 ※先着1,000人に参加賞あり参考：別添「みんな to ウォーキング事業チーム対抗編ウォーキングラリー」チラシその他：みんな to ウォーキング事業では、8月を「光市ウォーキング促進キャンペーン月間」と位置付けており、8月1日（月）から、みんな to ウォーキング事業専用SNSやウォーキング愛好者の交流のためのサイトの運用も開始します。 市ウォーキング大使の坪井慶介さんによるワンポイントアドバイスなど、ウォーキングの魅力を発信します。開設するSNSは、Instagram、Twitter、Facebook、LINEオープンチャット（LINEオープンチャットは、8月1日（月）から8月31日（水）まで市ウォーキング大使も参加）です。 ※専用SNSは、12月28日（水）までです。
問合せ	<p>担当課 光市福祉保健部健康増進課健康増進係 担当者 小熊 紀美恵・富川 晴香 電話 0833-74-3007</p>



ウォーキングラリー部門



エントリー募集!

申込期間

令和4年7月31日(日)～8月31日(水)
先着1,000名様には参加賞あり

2～5人でチームを構成後、「やまぐち健幸アプリ」のグループ構成機能に登録、
または「光市オリジナル健康記録帳」に歩数を記入し、
チーム対抗で1か月間の1人あたり**平均歩数**を競います。※ランニングでも可



実施期間

令和4年9月1日(木)～
9月30日(金)の1か月間



対象

光市に在住または、
通勤・通学されている方
2～5人のチームで参加



申込方法

- ①申込フォーム
- ②電話 (0833-74-3007) 平日9～17時

上位チームには豪華賞品あり!

1～8位は光市より豪華賞品(1位は5千円相当/人)を用意しています。
※上位以外にも、とび賞として協賛企業より副賞として素敵なプレゼントがある予定です。



Instagram投稿部門
10月～11月実施

10月1日から11月30日の期間中、Instagram投稿部門を開催予定です。
詳細は9月25日頃に光市ホームページにてお知らせします。

主催

光市

協賛



Marukyu

明治安田生命

やまぐち健幸アプリを利用してウォーキングラリーに参加する方へ

1.アプリを各ストア（App Store/Google Play）でインストールします。

※iOS はヘルスケア、Android は GoogleFit が必要となります。一部機種は対応しておりません。



ダウンロードはこちら

2.初期登録をします。

●iOS (iPhone)

ヘルスケアとのアクセス確認にてウォーキング+ランニングの距離、歩数を ON にして「許可」を押してください。

●Android

GoogleFit との連携確認と、Fit と同じアカウントを選択してください。

3.メニュー ➡ アカウント設定で「光市」を選びます。

ニックネームや目標歩数はご自分で決めてかまいません。

4.グループを登録します。



①ランキングを選び、②なかよしを選びます。

グループ構成機能ができるので、
新規に作成する場合

- ▶ 「**グループの新規登録をする**」をタップ
- ▶ 「グループ名を作成してください」とあるので

光ウォーク (チーム名) と入れてください

既にあるグループへ参加する場合

- ▶ 「**グループに参加する**」をタップ
- ▶ グループメンバーから聞いているコードを入力してください

5.登録完了！

ウォーキングへお出かけの際は、必ずスマートフォン（もしくは歩数計が連動していればスマートウォッチ等）を携帯してください。

※ウォーキングラリー部門開催中の歩数は自動でカウントされるため、グループ登録以外の特別な設定はいりません。