

令和6年度

ウォーキングチャレンジ

2024

チーム対抗!



【開催期間】

令和6年10月1日(火)

~10月31日(木)

WALKING CHALLENGE

概要

組合員3~5人1組でチームを作り、期間中のチーム内1日平均歩数を競います！
チーム内平均歩数が上位チームのメンバーには、ポイントを付与！

対象者

ヘルスケアポイントのアカウントを登録している組合員
※令和6年4月1日までに当組合へ加入し、継続して組合員資格を有している方が登録可能
(任意継続組合員は除く)

チーム作成・参加方法

ヘルスケアポイントのサイトより参加登録
※詳細は別紙マニュアル参照

登録締切

令和6年9月30日(月)まで

賞品



上位チームの参加者に、以下のとおり
ポイントを付与

★チーム部門★

1位：1人当たり 3,000 ポイント

2位：1人当たり 2,500 ポイント

3位：1人当たり 2,000 ポイント

4~5位：1人当たり 1,500 ポイント

6~10位：1人当たり 1,000 ポイント



期間中の参加者の歩数を共済組合にて
局区等別・個人別に集計し、以下の
とおりポイントを付与

☆局別部門/1位☆

個人集計の平均歩数/日が**トップの局**
の参加者全員に 500 ポイント

☆個人部門/皆勤賞☆

期間中**毎日**歩数記録がある方に
200 ポイント

※チーム部門受賞者は除く

健康を保つ上で、「歩くこと」の大切さはいまでもありません。歩くことは生活習慣病の予防だけでなく、心の健康にも効果があるといわれています。今回のイベントは、チームや局別対抗など、みんなと一緒に取り組む工夫がされており、コミュニケーションの活性化にも役立つものと考えます。正直に賞品狙いでも大いに結構ですし、秋晴れの下、街歩きや地域の魅力再発見という楽しみもあるでしょう。なにより、せっかくですので、1人よりみんなでワイワイやったほうが楽しいというのが最大のメリットだと思います。

事務局からは「当然、理事長もやりますよね?」と訊かれたので、「当然です!」と返しておきました。仕事ができるのも、人と楽しく交流ができるのも心身が「健康」でなければなりません。皆で楽しみながら挑戦してみましょう!



藤本章 理事長



歩数について

Q. 1日平均歩数の算出の仕方を教えてください。

A. 実施期間中の1チーム内の1人あたり平均歩数/日（実施期間中の日数平均）により算出します。

チーム作成について

Q. 個人での参加はできますか。

A. ウォーキングチャレンジでは、3～5人で1組の、「チームでの参加」が条件となるため、個人での参加はできません。

Q. チームは同じ部署の人と組まなくてはなりませんか。

A. チームの作成は、3～5人で1組という条件を満たしていれば、局部課を越えて他の所属の方と組むことができます。

Q. チームは必ず3人以上でないとはいけませんか。

A. チームの最低人数を3名と設定しており、3名未満ですとエントリーを受付することができません。必ず3名以上5名以内でのご参加をお願いいたします。

参加資格について

Q. 10月の参加期間中に共済組合員の資格を喪失したらどうなりますか。

A. ウォーキングチャレンジの期間中（～10/31まで）共済組合員の資格を有することが条件のため、参加期間中に資格喪失した場合は、失格となります。途中まで参加していてもポイント付与の対象にはなりませんので、ご了承ください。

また、期間中に参加者が組合員資格を喪失したことにより、チームメンバーが3名未満になると、チーム参加者全員が失格となりますのでご注意ください。

Q. 今年度の途中から共済組合に加入したのですが、参加はできますか。

A. 現在、ヘルスケアポイントをご登録・ご利用できるのは、令和6年4月1日までに加入した方ですので、年度途中採用の方は対象外です（令和6年4月1日までに組合員資格を有していても、今年度、年央で一旦資格を喪失後に、年度途中で再加入した方も対象外です。）。

サイト・アプリの利用について

Q. ヘルスケアポイントサイトやスマートフォン利用時の通信料はどうなりますか。

A. 通信料はご自身での負担となりますので、ご了承ください。

Q. イベントの参加にはスマートフォンが必要ですか。

A. スマートフォンがなくても、PCが利用できる環境であれば、ご参加いただけます。

Q. ベネワン健康アプリからチームのエントリーはできますか。

A. ベネワン健康アプリ画面の左上の三本線のマークから「健康ポイント TOP」を押していただくと、自動でヘルスケアポイントサイトに繋がります。

Q. ベネワン健康アプリをインストールしないと、ヘルスケアポイントサイトにアクセスできないのですか。

A. ベネワン健康アプリをインストールしなくても、ヘルスケアポイントサイトにアクセスすることが可能です。ヘルスケアポイントサイトのURLは→<https://hlpt.benefit-one.inc/>（QRコードも参照して下さい。）。

