

チームで歩数を競おう！

ウォーキンピック に参加しませんか？



開催期間: **10月1日(水)～10月31日(金)**

申込締切: **8月29日(金)**

参加費
無料

対 象 者: “歩得”・“リン得”健康商品券“歩得”に参加中の方

ウォーキンピックって？

総社市は、神奈川県大和市と健康分野における協定を結び、一緒に健康づくりに取り組んでいます。今回はその一環として、大和市の皆さんと一緒に歩く「ウォーキンピック」を開催します！

4～7人でチームをつくる

目標歩数を目指して1か月間歩く

チーム平均歩数で順位が決定

各部門上位3チームには**記念品**を贈呈

みんなで歩いて
健康になろう

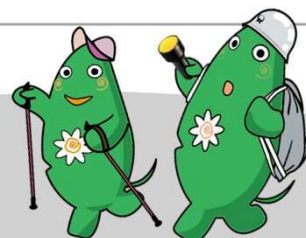


刻み賞
努力賞あり

申込方法

下記のどちらかの方法でお申し込みください。

- ① 右の二次元コードから申し込み
- ② 裏面の申込書に記載して健康増進課へ提出



大和市イマソキャラクター ヤマト



問合せ先 総社市役所健康増進課 ☎0866-92-8259

大和市ってどんなところ？

- 神奈川県ほぼ中央に位置し、人口約24万人のまちです。
- 平成31年2月に総社市と健康づくりに関する協定を結びました。
- 令和7年度から、新たなまちづくりへの想いとして「みんながつながる健幸都市やまと」の実現を目指します。



ウォーキングピックってどんなもの？

- 大和市では、毎年実施されているウォーキングイベントで、今回17回目となります。

参加するためにはどうしたらいい？

- 4～7人を1チームとして参加できます。エントリーする区分をお選びください。
- 参加できるのは、“歩得”に参加されている方のみです。
- 4人未満では参加できませんので、お友達等を誘って参加してください。

<エントリー区分>

- ・ 一般の部：20歳以上で構成されたチーム
- ・ 70歳以上の部：全員が70歳以上で構成されたチーム
- ・ 職場の部：職場単位で構成されたチーム

※ 一人の人が複数のチームに加入することはできません。

期間中はどうしたらいい？

- “歩得”で使用している歩数計を使用して、普段どおり歩数を計測します。
- 歩数測定の対象となるのは、10月1日(水)～10月31日(金)の1か月間です。
- 歩数データの送信は、11月4日(火)までに行ってください。

代表者へのお願い

- 開始前に、取り組み方法などをメールで代表者の方に送信します。
代表者の方がメールアドレスをお持ちでない場合は、チーム内の方のメールアドレスをご記入ください。

問合せ先 総社市役所健康増進課 ☎0866-92-8259



切り取って提出してください



ウォーキングピック 参加申込書 8月29日(金)締切

チーム名(10文字以内)			氏名 (カナ氏名)		生年月日(西暦)
			代 表 者	()	. .
			メンバー2	()	. .
エントリー区分 (○をしてください)	一般の部	メンバー3	()	. .	
	70歳以上の部	メンバー4	()	. .	
	職場の部	メンバー5	()	. .	
目標歩数 (5000歩以上で 設定してください)	歩	メンバー6	()	. .	
		メンバー7	()	. .	
電話番号(代表者)					
メールアドレス (代表者)			@		