

令和4年度 養老町清流の国ぎふ健康・スポーツポイント事業 チャレンジ月間のお知らせ

町では、皆さまの健康づくりを応援するため、県と協働で「養老町清流の国ぎふ健康・スポーツポイント事業」を実施しています。

11月は“チャレンジ月間”とし、「ウォーキングチャレンジ」に取り組んでみましょう。毎日の取り組みを記録して、規定歩数(1日平均4,000歩(1カ月12万歩))をクリアすると素敵な商品が当たる抽選に申し込みができます。

【期 間】 11月1日(火)～30日(水)

【対 象】 20歳以上の町民

【実施の流れ】

① チャレンジシートの取得・アプリでの参加申し込み

紙 版：町保健センターにて配布、広報記載のチャレンジシートの利用、県のホームページから取得する。

アプリ版：健康・スポーツポイントアプリをダウンロードし、参加申し込みをする。

スマホアプリ
「SPORTS TOWN WALKER」をダウンロード

iPhone用



Android用



② ウォーキングに取り組む

チャレンジ内容は「歩数カウント」。規定歩数(12万歩)以上を歩いたらチャレンジ達成。

紙 版：1カ月間の歩数をチャレンジシートへ記載する。

アプリ版：期間中、歩数が自動記録される。



③ 取り組み後の対応(景品の応募方法)

紙 版：規定歩数を達成した場合は、チャレンジシートに付属する専用ハガキにて応募する。

アプリ版：規定歩数を達成した場合は、アプリで応募申し込みをする。

※抽選による景品贈呈(ランク(3段階の達成度合い)に応じて応募可能な景品の範囲を分ける)

ランクA 平均8,000歩/日(24万歩/月)以上

ランクB 平均6,000歩/日(18万歩/月)以上

ランクC 平均4,000歩/日(12万歩/月)以上

歩数を記録する

チャレンジシート(11月分)

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	合計歩数		ランク	

※チャレンジ記録シートは、このページをコピーするか町ホームページからダウンロードして使用ください。

※「養老町清流の国ぎふ健康・スポーツポイント事業」については、広報養老8月号または町ホームページをご覧ください。

問 町保健センター ☎32-9025