

令和7年度 岐阜県 健康・スポーツポイント事業 チャレンジ月間のお知らせ

町民の皆さまの健康づくりを応援するため、岐阜県と協働で「岐阜県 健康・スポーツポイント事業」を実施しています。10月は“チャレンジ月間”とし、「**オクトーバーラン&ウォーク 岐阜県大会 ～1カ月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))を達成すると素敵な景品が当たる抽選に申し込みができます。

【期 間】 10月1日(水)～31日(金)

【対 象】 町民(20歳以上)

【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を利用、県のホームページから「健康づくりチャレンジ月間取組シート」を取得

アプリ版：健康・スポーツポイントアプリ(スポーツタウンウォーカー)をダウンロード
取り組み期間中にアプリを起動することで自動的にチャレンジ月間に参加

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」。最低基準歩数(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) ※景品は歩数のランクに応じて自動的に決定される

紙 版：規定歩数を達成した場合は、町保健センターにて景品応募できる専用ハガキを受け取り、ハガキを投函する。

アプリ版：規定歩数を達成した時点で自動的に抽選対象になる。最終的に歩いた歩数によりランクが決定する。

○ブロンズランク(平均4,000歩/日以上、計12万歩/月以上) バロー商品券(500円分)

○シルバーランク(平均6,000歩/日以上、計18万歩/月以上) ぎふのいいもの詰め合わせ約2,000円分

○ゴールドランク(平均8,000歩/日以上、計24万歩/月以上) ぎふのいいもの詰め合わせ約4,000円分

チャレンジシート(10月分)

歩数を記録する

1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日
29日	30日	31日	合計歩数		ランク	

※チャレンジ記録シートは、コピーまたは町ホームページからダウンロードして使用ください。

※「岐阜県 健康・スポーツポイント事業」については、広報「養老」9月号または町ホームページをご覧ください。



詳細はこちら
(町ホームページ)

問 町保健センター ☎32-9025