

歩いて健康に!



# けんぽウオーキング大会 「歩Fes.2022秋」を開催します!



個人向け健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」にて、スマートフォンアプリを利用したウォーキング大会を今秋も開催します。開催期間中はランキングが確認できますので、楽しみながらウォーキングを続けることができます。ぜひご参加ください。

**実施期間**  
【エントリー期間】…… 2022年9月1日(木)～2022年9月30日(金)  
【チーム作成期間】…… 2022年9月1日(木)～2022年9月30日(金)  
【イベント開催期間】…… 2022年10月1日(土)～2022年11月30日(水)【2か月間】

## 歩Fes. ルール

1. 参加者は滋賀県農協健康保険組合に加入する被保険者\*の方です。
2. 大会期間中に記録される自身の総歩数を競う個人戦に参加することができます。
3. エントリーを行うと個人戦に、チームに参加すると個人戦とチーム戦に参加できます。
4. スマートフォンアプリ「MHWアプリ」のアプリ歩数連携機能、および手入力でMYバイタルに記録された歩数が反映されます。スマホアプリで歩数連携の設定を行っていない方は、設定方法を確認して、ご自身で設定を行ってください。  
(設定方法はサイト内の「よくある質問」をご覧ください)  
(アプリ歩数連携機能と手入力、どちらも利用されている場合は、大きい値がイベントの総歩数およびランキングへ反映されます)

\*資格取得日が最近の場合は、参加できないことがあります。  
\*被扶養者は対象外となります。

## 賞品

**ポイント** QUOカードPAYや健康グッズなど約120種類の景品に交換できます。

**参加賞** 100ポイント(歩数記録日数10日以上)

**達成賞** 1,000ポイント(2か月間の平均歩数が8,000歩/日以上)

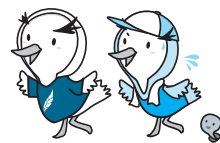
**チーム賞** 参加者それぞれに500ポイント(1人あたり平均歩数が8,000歩/日以上の上位10チーム)

**お楽しみ賞** (個人戦) 300ポイント(2か月の平均歩数が5,000歩/日以上)の個人、1位～10位と20位から20位ごとに500位まで【1位～10位、20位、40位、60位・500位】

※ポイント付与は2022年11月30日(水)時点で健康保険組合に加入している被保険者となり、それまでに資格喪失している方にはポイントは付与されません。

※歩数記録日数が9日以下の方にはポイントは付与されません。

※歩数入力に疑義がある場合は、事務局にて精査し削除する場合があります。



## ウォーキング大会「歩Fes.」参加方法

### ● ログイン～エントリー

- ① MY HEALTH WEBへログイン後、TOPページの「歩Fes.エントリー受付中」をクリックしてエントリーページに移動します。移動後、ニックネームを入力して、「エントリーする」を選択します。



- ② エントリーが完了します。



### ● 参加コースを決める

#### 【A】 チームを作成する(チーム戦) 3人以上10人以下……9月30日(金)まで

- ① チームを作成してチーム戦に参加するには、エントリー完了ページの「チーム作成」を選択します。(「ログイン～エントリー」②の【A】を選択します)
- ② チーム名称を入力し、「チームを作成する」を選択します。
- ③ チームの作成が完了します。完了後、チームIDが付与されて、チーム戦への参加が完了します。メンバーにチームIDを伝えて、チームに招待しましょう。

#### 【B】 既存のチームに参加する(チーム戦) 9月30日(金)までは参加脱退可能

- ① 既存のチームに参加するには、エントリー完了ページの「既存のチームに参加」を選択します。(「ログイン～エントリー」②の【B】を選択します)
- ② 参加したいチームのメンバーから受領したチームIDを入力し、「チームに参加する」を選択します。
- ③ 既存チームへの参加とチーム戦への参加が完了します。

#### 【C】 個人戦のみに参加する

- ① 個人戦のみに参加するには、エントリー完了ページの「イベントページへ」を選択します。(「ログイン～エントリー」②の【C】を選択します)

#### お問い合わせ先

マイヘルスウェブ ヘルプデスク  
☎03-5213-4467  
(平日 9:00～17:00)

## MY HEALTH WEB公式アプリ(無料)のダウンロードはこちらから

MY HEALTH WEBはパソコンからもアクセスできます。健康ホームページからログイン!

右記QRコード※をスキャンするか、手動で検索する場合は「App Store」または「Google Play」内で「MY HEALTH WEB」を検索



初回利用登録の際は、健康保険証を手元にご用意の上、①保険者番号 ②ログインID(健康保険証の記号・番号) ③仮パスワード【生年月日(西暦)8桁】 ④メールアドレス(必須)を入力してください

※「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

下記の他社登録商標・商標をはじめ、記載の会社名、システム名、製品名は各社の登録商標または商標です。なお、本文中では、TM、(R)マーク等は明記していません。  
※Apple、Appleロゴ、iPad、iPhone、Safariは、米国及び他の国々で登録されたApple Inc.の商標です。 ※iPhone商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。 ※iOS商標は、Cisco Systems, Inc.のライセンスに基づき使用されています。 ※App Storeは、Apple Inc.のサービスマークです。 ※Google、Android、Google Chrome、Google Playは、Google Inc.の商標です。  
※Google PlayおよびGoogle Playロゴは、Google LLCの商標です。 ※Windows、Windows Edge、Internet Explorerは、米国Microsoft Corporationの米国及びその他の国における登録商標です。  
※Windowsの正式名称は、Microsoft Windows Operating Systemです。

滋賀県農協健康保険組合