



この秋、歩いてみませんか？

～ここのえまちチャレンジミッション2023～

<1日の目標歩数>

65歳未満:8,000歩
65歳以上:6,000歩

※参考:厚生労働省 健康日本21(第3次)



1か月間の1人あたりの1日平均歩数を競うイベントです。

参加されたグループと個人それぞれの中から、以下の対象の方に賞品を贈呈します。

グループの部

平均歩数上位10グループまで
賞品を贈呈(1位は2万円相当)



個人の部

目標歩数を達成した方の中から抽選で

5名に賞品を贈呈(2,000円相当)

※過去に入賞経験のある方は除外させていただきます

●参加資格

- ・九重町に住民票のある満15歳以上の方 (R5.3.31現在の年齢)
 - ・グループ(事業所)の部については3人以上10人以下であること
(ただし、グループメンバーに九重町に住民票のある方を半数以上含むこととする)
- ※個人の部またはグループの部どちらかにしか申込みません。

ミッションポイント
400pt 対象事業

●準備するもの ※以下のいずれか

- ・大分県のスマホ用の健康アプリ「**おおいた歩得**」
- ・歩数計や携帯電話等の歩数がカウントできる機器



ダウンロードは
←こちらから

*機種変更などでアプリIDがわからなくなった方は、
下記までお問い合わせください。

～チャレンジミッションの流れ～

①まずは申込み (9月26日～10月24日)

- ・下記の二次元コードからお申し込みいただけます！
- ・申請用紙でのお申し込みも可能です(保健福祉センターや各地区公民館に用紙を設置、ホームページからもダウンロード可)

申請用紙の場合は、郵送、FAX、メールまたは窓口まで、10月24日(火)必着



②必要書類が届く

申込みのあった方に必要書類をお送りします。

グループで参加の場合はリーダー宛に、必要な記録表をまとめてお届けします。

一緒にならず
一緒に取り組もう♪

③ウォーキング実施 (11月1日～11月30日)

参加者各々で、歩数がカウントできる機器を持ってウォーキング等に取り組む。
毎日の歩数を歩数記録表に記録する。

※「**おおいた歩得**」利用者はログインすることで自動的に歩数が記録されます



④報告書提出 (12月1日～12月12日)

1か月に歩いた歩数を報告書に記入し、保健福祉センターへ提出する。
「**おおいた歩得**」利用者以外は、歩数記録表も合わせて提出する。

⑤審査 1日の平均歩数を審査

⑥結果発表、表彰、賞品贈呈 (令和6年2月頃)

【申込み・問い合わせ先】

九重町保健福祉センター
TEL 0973-76-3838
FAX 0973-76-3836

このえまちチャレンジミッション 2023 参加申込書

●参加方法 どちらかに○をしてください (個人の部 ・ グループの部)

☆個人の部

フリガナ		年齢
氏名		歳
住所	〒	
電話番号	※申込書類や歩数記録について確認事項がある場合に電話連絡させていただく場合があります。	
*歩得 ID		

スマホアプリ『おおいた歩得』を利用して参加される方は、アプリ ID をご記入ください。

★メニュー→アプリ ID 確認から確認できます。
※機種変更等で ID 不明の方はお問い合わせください。



☆グループの部

グループ名

メンバー	フリガナ		*歩得 ID		
①	氏名			年齢 歳	
(リーダー)	住所	〒			
	電話番号	※申込書類や歩数記録について確認事項がある場合に電話連絡させていただく場合があります。			
②	氏名(フリガナ)	③	氏名(フリガナ)	④	氏名(フリガナ)
年齢	*歩得 ID	年齢	*歩得 ID	年齢	*歩得 ID
⑤	氏名(フリガナ)	⑥	氏名(フリガナ)	⑦	氏名(フリガナ)
年齢	*歩得 ID	年齢	*歩得 ID	年齢	*歩得 ID
⑧	氏名(フリガナ)	⑨	氏名(フリガナ)	⑩	氏名(フリガナ)
年齢	*歩得 ID	年齢	*歩得 ID	年齢	*歩得 ID

留意事項

- ・参加申込書や歩数記録表の提出にかかる費用は、参加者の負担となります。
- ・取組結果に偽装などが発覚した場合、該当者・グループの取組結果は無効となります。
- ・申込者の個人情報、九重町保健福祉センターが適切に管理し、事業目的以外では使用しません。
- ・実施期間中に起きた事故やケガについては自己責任になりますので、安全には十分注意して無理のないように実施してください。

【申込み・問い合わせ先】

九重町保健福祉センター 〒879-4803 九重町大字後野上 17-1

TEL: 0973-76-3838

FAX: 0973-76-3836

E-mail: hoken@town.kokonoe.lg.jp