

## 新規保健事業「ヘルスウォーキング」について

平成30年度から健康づくり事業として「ヘルスウォーキング」を開始しますのでお知らせします。

「ヘルスウォーキング」は日々の健康づくりを応援するためのウェブサイトで、登録費用等すべて無料で、ポイントを貯めると商品がもらえます。

被保険者・被扶養者の皆様の体力づくり、健康増進にぜひご活用くださいますようお願いいたします。

### 記

#### 1 概要

- ・参加費は無料です。
- ・被保険者、被扶養者の方を対象とします。
- ・「ヘルスウォーキング」Webサイト上に日々の歩数を記録することで歩数に応じたポイントが付与されます。
- ・ポイント累積期間
  - 第1回 4月1日～9月30日
  - 第2回 10月1日～3月31日
- ・ポイント累積期間にポイントが1,200ポイントを超えれば賞品（図書カードまたはクオカード）を贈呈します。

#### 2 Webサイト利用開始日

平成30年4月1日（日）

#### 3 利用方法

- ①当健康保険組合のホームページから「ヘルスウォーキング」のバナーをクリック。
- ②新規会員登録のメニューで必要事項を入力。ID・PWは忘れないようにしてください。
- ③マイページから日々の歩数を入力してください。
- ④1,200ポイントを達成した方にはメールにてお知らせしますので賞品を選択してください。

#### 4 その他

詳細については、別添リーフレットをご確認ください。