

ヘルスウォーキング はじめました!!

どんどん歩いて
『健康』と『賞品』も
Getしよう

まずはスマホ、パソコンから登録!
いつでもOK!!

近畿電子産業健康保険組合



検索

達成された方に
「図書カード」
または
「クオカード」
1,000円分
プレゼント!

参加できる方

被保険者 及び 被扶養者の認定を受けている方

ポイントを ためる



1000歩で1ポイント。1日最大10ポイント。(10,000歩)

【ポイント累積期間】

第1回 平成30年 4月1日～平成30年9月30日

第2回 平成30年10月1日～平成31年3月31日

賞品をもらう

1200ポイント達成 ➡ 図書カード 1,000円
または
クオカード 1,000円

『賞品』は会社を通じ送付します。

参加の方法など、詳しくはサイトをご覧ください。

近畿電子産業健康保険組合

さあ登録しよう!
裏面参照!

ヘルスウォーキング

さあ 登録しよう!

【ヘルスウォーキング】とは、日々健康づくりを積極的に取り組む皆さんを応援する為に生まれた**健康プログラムサイト**です。
皆様のウォーキングライフを強力にサポートします。
ポイントが貯まり、**素敵な賞品**がもらえますよ。
もちろん**登録・管理もすべて無料**ですので、
今すぐ登録しよう!!

スマホから

パソコンから



ホーム画面に追加すると便利

1

近畿電子産業健康保険組合
ホームページの**バナーをクリック**



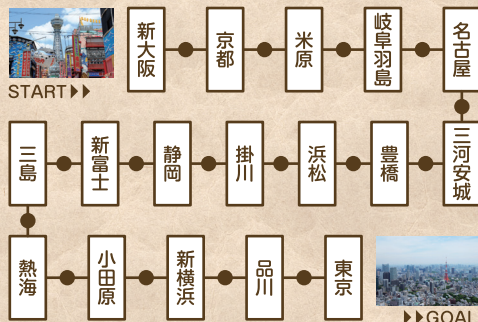
2

新規会員登録
ボタンをクリックして
登録画面で
必要事項
を入力。



3

マイページのコース一覧から
自分の**好きなコースを選択**します。



4

ウォーキング

スマホに「歩数計(万歩計)」アプリ等をダウンロードすると便利です。
スマホをお持ちでない方は、
目安を参考にしてください。

目安
●8,000歩／1時間

※歩数計等はご自身で
ご用意してください

体調が悪い時は無理をしないでください



5

マイページから自分で**歩数を入力**
歩数に応じてポイントが貯まる!
1,000歩で1ポイント貯まります。

●データ登録機能

ご自身で登録した日々の記録が
歩数・体重・血圧
グラフで表示されます
のでモチベーションが
維持できます。



6

賞品がもらえる!

