第2回 ヘルスウォーキング はじまります!!

はじめての人も
2回目の人も
どんどん歩いて
『健康』と『賞品』をGetしよう

まずはスマホ、
パソコンから登録!
いつでもOK!!

スマホ登録は
こちらから

検索

近畿電子産業健康保険組合

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下さい。

さぁ登録しよう!
裏面参照!

近畿電子産業健康保険組合

第2回 ヘルスウォーキング

さぁ 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!!

※すでに登録済みの方、再登録の必要はありません。ひき続きご利用いただけます。

スマホから

スマホ登録は
こちらから

パソコンから

ホーム画面に追加すると便利

1

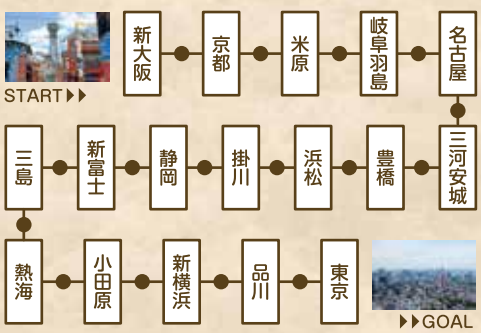
近畿電子産業健康保険組合
ホームページの**バナーをクリック**

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!