

令和元年9月

令和元年度「第2回ヘルスウォーキング」の実施について

標記について、被保険者及び被扶養者の皆様の体力づくり、健康の保持・増進を図るため、下記のとおり実施します。

なお、本年度歩数登録をされた皆様に参加賞として「健康応援タオル」を贈呈しますので、積極的にご参加ください。

記

1 実施期間

令和元年10月1日（火）～令和2年3月31日（火）

2 新規登録される方の参加方法

- (1) 当健康保険組合ホームページの「ヘルスウォーキング」のバナーをクリックし、新規会員登録から登録してください。参加費は無料です。
- (2) 登録時は、保険者証の記号・番号・氏名・身長・体重等の入力、登録後はウォーキングコースの選択が必須になります。最初の歩数入力時にも体重入力が必須となります。
- (3) 詳細については、別添リーフレット裏面を参照ください。

3 すでに登録されている方の参加方法

- (1) 登録時のメールアドレスとパスワードでログインして頂き、歩数入力を行ってください。最初の歩数入力時に体重入力が必須となります。
※ パスワードをお忘れの方はヘルスウォーキングのお問い合わせフォームよりお問い合わせください。
- (2) ウォーキングコースの選択は、現在選択中のコースを踏破後に選択が可能になります。

4 歩数とポイント等について

- (1) 1,000歩で1ポイント。1日最大10ポイント。（10,000歩）
- (2) 令和元年10月1日～令和2年3月31日のポイントが1,200ポイントを達成された方に、賞品（図書カードまたはクオカード）を贈呈します。
1,190ポイントを達成した後、次の歩数入力時に体重入力が必須となります。
- (3) 本年度歩数登録をされた皆様に参加賞として「健康応援タオル」を贈呈します。
なお、「健康応援タオル」の贈呈は本年度のみで、年度内お一人様1回限りとなります。

5 賞品及び参加賞の発送方法

- (1) 賞品は事業所へ送付します。
- (2) 1, 200ポイントを達成された方への賞品の発送時期につきましては、令和2年5月下旬を予定しております。
- (3) 参加賞の「健康応援タオル」は随時送付します。

<賞品及び参加賞の発送についての注意>

会員登録情報が誤って登録されている場合は、賞品の発送ができません。
ヘルスウォーキングのマイページの会員情報から修正を行ってください。

6 システムメンテナンス

システムメンテナンスについては、別紙のとおりです。

＜システムメンテナンス期間について＞

令和元年10月1日（火）から10月14日（月）までは、システムメンテナンスのためヘルスウォーキングの利用ができません。

新規登録につきましては、10月15日（火）から可能となります。

通常歩数入力の遡りは1カ月前までですが、10月中の歩数につきましては、11月30日（土）まで入力が可能です。

＜システムメンテナンス後の変更点＞

- ①「My健康手帳」に、日々入力した歩数・体重・血圧情報を月別に表示します。
- ②「ウォーキングコース一覧」に、今まで踏破したコースの踏破回数を表示します。
- ③「ウォーキングコース一覧」に、シルクロードコースが追加されます。
- ④セキュリティ向上のため、パスワード作成時の規約を変更します。

＜変更前＞

4文字以上16文字以下の半角文字

＜変更後＞

8文字以上16文字以下の半角文字で「英字（大文字・小文字）」・「数字」・「記号」の3種類すべてを1文字以上含むこと。

（例）abcd1234@@

※ 令和10月1日より以前に登録されている方は引き続き設定されているパスワードでログインが可能です。

ただし、パスワードを変更する際は、新しい規約が適用されます。