

令和元年度

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！！

近畿電子産業健康保険組合

検索

本年度  
参加される方

健康応援タオル  
プレゼント！！

1,200ポイント  
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

1,000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 令和元年10月1日(火)～令和2年3月31日(火)

- システムメンテナンスのため、10月1日(火)から10月14日(月)まではご利用できません。
- 新規登録される方は、10月15日(火)以降にお願い致します。
- 10月1日(火)から10月14日(月)までの歩数につきましては、10月15日(火)から11月30日(土)までの間にまとめて歩数登録をお願い致します。

賞品をもらう

1,200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!

本年度  
参加される方  
健康応援タオル  
プレゼント!!

【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様を応援する為に

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



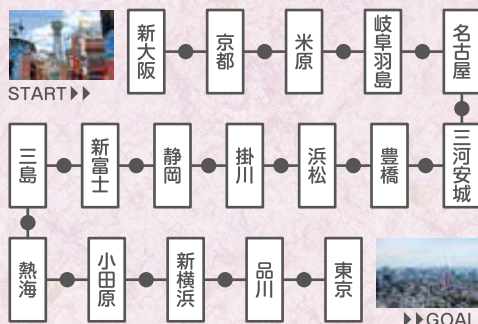
2

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。

※1,190ポイントを達成した後、  
次に歩数を入力する時は  
「体重」入力が必要となります。



6

賞品がもらえる!

