

「オンラインウォーキングイベント 2024」実施要項

1 趣旨

スマートフォンアプリを活用したオンラインによるウォーキングイベントを実施し、個人やグループ、企業単位で気軽に取り組める健康づくり活動を推進する。

2 実施方法

- ①参加者は、所有するスマートフォンに専用アプリ「くるめ健康のびのびポイントアプリ」をダウンロードする。
- ②参加者は、アプリをダウンロードしたスマートフォンを所持し、ウォーキングを実践する。
- ③市（事務局）は、イベント期間中の参加者の歩数を集計し、一定の目標歩数達成者や平均歩数の上位団体等に対して、アプリ内のポイント付与や抽選等による賞品進呈を行う。

3 実施期間

令和6年11月1日（金）から令和6年11月30日（土）の1か月間

※エントリー期限：令和6年10月31日（木）23：59までにアプリ登録作業を完了すること

4 参加対象

[個人部門・グループ部門]

くるめ健康のびのびポイントアプリを利用している18歳以上の久留米市民

[企業対抗部門]

市内の事業所に勤務する18歳以上の者（市外住民可）

5 部門・エントリー方法

(1) 個人部門

- ・エントリー期限までに、くるめ健康のびのびポイントアプリをダウンロードしている者は、自動エントリーとする。

(2) グループ部門

- ・エントリー期限までに、アプリのグループ機能で3人以上のグループを作成する。
- ・グループ部門のエントリー結果について、市（事務局）からエントリー確定のお知らせ配信を行う。（エントリー確定のお知らせ：令和6年11月1日（金）予定）

(3) 企業対抗部門

- ・参加企業は、10月24日（木）までに市（事務局）にエントリーシートを提出する。
- ・その後、市（事務局）からアプリ登録方法やマニュアル等を送付。参加企業はエントリー期限までにアプリ登録作業を行うことで、エントリー完了とする。

6 個人及びグループ部門の達成条件等

本イベントは継続的なウォーキングによる参加者の健康増進を目的としており、ウォーキングの習慣のある人から、これからウォーキングを始めようとする人まですべての方々が楽しく、継

続的に取り組めるように達成条件を設定する。

(1) 個人部門達成目標 (みんなで15万歩にチャレンジ! 月間)

[目標] イベント期間中の合算歩数 15万歩以上を目標とする。

※1日の歩数 (目安) 5,000歩を30日間

[期間] 11月1日 (金) ~ 11月30日 (土) の30日間

[特典] ①目標達成者全員にアプリ内ポイントを500ポイント進呈

②目標達成者の中から抽選で500名様に500円分の電子クオカードを進呈

※追加チャレンジ実施

11月の目標達成者が、12月の月間歩数も15万歩以上達成した場合は、ボーナスポイントとして、アプリ内ポイントを500ポイント進呈

(2) グループ (3名以上) 部門達成目標 (みんなで15万歩にチャレンジ! 月間)

[目標] イベント期間中のグループの平均月間歩数 15万歩以上を目標とする。

※平均月間歩数 (グループ合計歩数÷グループ構成人数)

[期間] 11月1日 (金) ~ 11月30日 (土) の30日間

[特典] 目標達成グループには、メンバー全員にアプリ内ポイントを500ポイント進呈

※追加チャレンジ実施

11月の目標達成グループが、12月の月間歩数も15万歩以上達成した場合は、ボーナスポイントとして、アプリ内ポイントを500ポイント進呈

7 企業対抗部門の賞品等

本イベントでは、平均歩数ランキングによって、組織内での盛り上がりや共通の話題づくりなどを通じて、コミュニケーションの活性化を促し、企業の組織力の向上や今後の職域単位での健康づくり推進に繋げていくことを目的としている。企業対抗による取組の活性化を図るため、平均歩数ランキング上位3団体に対して、賞品を進呈する。

8 スケジュール

- 9月 事業チラシ配布など広報開始、事前エントリー開始 (~10月まで)
- 11月 イベント実施
- 12月 当選発表・賞品進呈など