

春・秋 2回開催決定!



ウォーキングチャレンジ 参加事業所募集



職場の仲間とチームを組んで、歩数を記録する“ウォーキングチャレンジ”。

昨年度参加事業所の94%から「また参加したい!」とご好評をいただきました。

はじめての春開催。新緑のこの季節、皆さまの職場でもチャレンジしてみませんか。

春 スケジュール

チャレンジ期間: 令和3年5月10日(月)~6月30日(水)のうちの4週間

参加申込〆切り: 令和3年6月3日(木)

結果報告〆切り: 令和3年7月7日(水)

チャレンジ内容

事業所で参加者を募り、5~9人でチームを作る(何チームでもOKです)

参加者各自が測定した歩数を「歩数記録表(Excel形式)」に記録し、提出

<秋の予告>

秋のチャレンジ期間は

9/1~11/30(予定)のうちの4週間

特典1 すべての目標を達成した事業所を表彰します

目標①
平均歩数

事業所で
8000歩/日以上

目標②
参加率

従業員50人未満
の事業所
70%以上
OR
従業員50人以上
の事業所
50%以上

目標③
参加継続

2回以上
連続参加

特典2 参加すると抽選であたります

新潟市・佐渡市共通商品券(1万円分×10本)
上記目標を1つ達成で **チャンス2倍**

秋は
チームにあたる
スポンサー賞も!

詳細と参加申込は、「新潟市 ウォーキングチャレンジ」で検索

チャレンジ Challenge のステップ

参加申込×切り: 6/3(木)

1

参加申込

参加申込書を新潟市に提出

インターネット申込 新潟市ホームページで「ウォーキングチャレンジ」検索

郵送・メール申込 下記の問い合わせ先に送付

2

歩数集計表などの受け取り

新潟市ホームページから歩数集計表、ウォーキングチャレンジ通信をダウンロード
メール等での受け取りを希望される場合は、下記問い合わせ先にご連絡ください

3

参加者募集とチーム編成

ウォーキングチャレンジ通信準備号を活用して、参加者を募集し、チームを編成

4

チャレンジ期間を決定

チャレンジ期間(5/10~6/30のうち連続する4週間)を決め、参加者にお知らせ
参加者と歩数集計表を共有して、チャレンジ前の1日分の歩数を測定・記録

5

チャレンジ

事業所等で工夫したり、ウォーキングチャレンジ通信を活用して、歩数アップにチャレンジ!
参加者各自が測定した歩数を歩数集計表に記録

6

報告

実施報告書と歩数集計表(Excel形式)を7/7(水)までに、新潟市に提出

7

表彰&結発表

令和3年8月に新潟市ホームページ等で優秀賞ほか結果を発表

参加事業所等にはチーム別順位を個別にお知らせします

参加賞の抽選結果は、発送(令和3年8月予定)をもって発表にかえさせていただきます



チャレンジ Challenge の注意点

- 体調に注意して、無理をしない
- 楽しみながら、参加する
- 正しい歩数を記録する
- 新しい生活様式を守って取り組む



New Lifestyle, New Niigata

さあ、新しい日常へ。

問い合わせ先

新潟市保健衛生部 保健所健康増進課 〒950-0914 新潟市中央区紫竹山3-3-11
TEL:025-212-8166 E-mail:kenkozoshin@city.niigata.lg.jp