

陽気に 軽やかに ウォーキング

健康保険組合連合会愛知連合会主催

新 けんぽれんあいち 健康ウォーク

全国どこからでも参加できるWEB版 & 愛知県内のテーマパークをウォーキングするリアル版
 今年のウォーキングイベントは2つのコースで開催。
 どちらも参加は**無料**！ 足取り軽く、陽気な気分でウォーキングを

リアル版

東山動植物園で
ご家族・同僚とご一緒に
楽しく歩いて8,000歩以上



お好きな日・時間に参加OK
散策コースも自由！

東山動植物園
入園料（大人）
プレゼント！

WEB版

「東海道五十三次」1カ月で
どの宿場へたどり着けますか？



全国どこからでも参加OK
PC・タブレットからでも参加可
チーム結成など面白いコンテンツも

目標 沼津宿以西
達成者に抽選で
QUOPay
プレゼント！

どちらか選んで参加してください

イベント期間 令和5年5月1日（月）～5月31日（水）

参加資格 当健康保険組合の被保険者とその家族

参加料金 **無料**

申込方法 D's ぽーたる アンケート「**新けんぽれんあいち健康ウォーク参加申込書**」で申込

申込締切 令和5年4月26日（水）

D's ぽーたる
健康ウォーク申込書



〇お問い合わせ先

健康ウォーク：デンソー健康保険組合 健康支援室 中山 電話0566-25-3123 kenpo_jigyoku@jp.denso.com

D's ぽーたる：デンソー健康保険組合 広報 電話0566-25-3126 kenpo_kouhou@jp.denso.com

5月のご都合のよい日程で、1日かけて、東山動植物園内を散策しながら、8,000歩以上を目指して歩いていただきます。

リアル版



- 参加方法：①参加申込時に目標歩数を設定していただきます。
②設定された目標歩数に到達できるよう、好きな動物・植物を楽しみながらウォーキングしてください。
③参加後、アンケートを回答ください。

入園料：中学生以下・・・無料

高校生以上・・・**デンソー健保からプレゼント**

申込被保険者（従業員）の勤務先へ、入園整理券を送付いたします。



同僚のみなさんで参加される場合は、代表の方がお申込みください。

けんぽれんあいち健康ウォーク専用サイトにエントリーし、1カ月間、各自ウォーキングし、専用サイトに歩数を記録していただきます。

WEB版



- 参加方法：①参加申込後に、けんぽれんあいち健康ウォーク専用サイトのURLをメールでご連絡します。
②4月30日までに、参加者各自が専用サイトに、お名前等を登録してください。
③5月1日から31日まで、各自ウォーキングし、随時サイトに歩数を登録してください。
④参加後、アンケートを回答ください。

目標設定：1カ月間で、健康ウォークサイト内マップ「東海道五十三次」沼津宿以西の宿場へ到達

さまざまなコンテンツが
毎日の歩数登録を
楽しくしてくれます！

**目標到達者の中から、宿場町ごとに抽選し
QuoPayをプレゼント**

300円分 10名

500円分 1名



参加者同士で**チーム**を結成し、
チーム対抗戦も開催！



チーム内での**チャット**で、
お互い励まし合いながら
取り組みます！

公開した**日記**に
「**グッドボタン**」は
いくつもらえる？

