

第2回とくしま ウォークビズ選手権 (職場対抗戦)

徳島県では、働き盛り世代の健康づくりを推進するため、歩きやすい靴や服装で出勤するウォークビズを推奨しています。

そこで、健康ポイントアプリ「テクとく」を活用したウォークビズ選手権を開催します。職場の仲間とグループを作って、楽しみながら歩数を競い合ってみませんか？まずは「テクとく」をダウンロード！



「テクとく」ダウンロード
はこちら



第1回ウォークビズ選手権優勝チーム
婆一爺ンチーム(阪田ファニチャー)

ワンチームを掛声に自分の出来る
範囲で挑戦、歩きました。

首位に立つと欲が出てきて歩数が自然に増えて、
1位確保にこだわりました。

大会終了後は1日1万歩目標に全員がウォーキン
グとジョギングをし、健康を大事に楽しみながら
過ごしています。

参加者 からの声

- ・ 職場内で声を掛け合って歩数を高める努力をしたり、各自が毎日歩くことを意識することができた。
- ・ 職場内のコミュニケーションも増え、良い機会になった。

- 参加資格 所属する事業所の所在地が徳島県内であり、
県内在住又は県内に勤務していること
- 参加方法 5～20人のグループをつくり、代表者がアプリから申し込む※詳細は裏面へ
- 申込期間 11月16日(月)～11月29日(日)まで
- 実施期間 12月1日(火)～12月21日(月)まで
- 競技方法 期間中のグループの歩数で競います(総歩数/グループ人数)

申込忘れに
ご注意！

問合せ先 徳島県保健福祉部健康づくり課 健康プロジェクト担当

電話：088-621-2208 ファクシミリ：088-621-2841

E-mail：kenkoudukurika@pref.tokushima.jp

グループ登録方法及び選手権(対抗戦) 申込方法

グループに登録

③ ランキングを確認

グループ設定

グループ 1
健康第1グループ 123456
(最大10文字) (数字6桁)

グループ 2
すだち会 000000
(最大10文字) (数字6桁)

グループ 3
グループ名 暗証番号
(最大10文字) (数字6桁)

【グループの設定方法】

- 最大3つのグループに参加できます。
- 参加したいグループのグループ名、暗証番号を入力すると参加できます。(各自で登録)

①で登録したグループを選択し、代表者1名が申し込む。

うちのチームが一番だ

対抗戦申し込み
【申し込み方法】

- ① 申し込むグループのグループ名をタップしてください。
- ② グループメンバー確認画面で参加メンバーの確認し、「グループ情報登録」ボタンをタップしてください。
- ③ グループ情報登録画面でグループの情報を入力し「対抗戦に申し込む」ボタンをタップしてください。

① グループ選択

グループ 1 チームすだち
グループ 2 健康づくり推進課
グループ 3 歩こう会

※画像はイメージです

参加特典

- ★ 1位 「テクとく」オリジナルQUOカード 1000円分×人数分
- ★ 2位 「テクとく」オリジナルQUOカード 500円分×人数分
- ★ 3位 「テクとく」オリジナルグッズ 人数分
- ※ 1位～3位のグループはホームページに掲載！
- 参加者全員に健康ポイント500ptをプレゼント
- その他、飛び賞もあり！

