

通年の Webウォークラリーを実施いたします！

MY HEALTH WEBに登録し

歩数を入力すれば自動参加できます。

まずは、MY HEALTH WEBのご登録を！



Webウォークラリーの
登録方法が変わったよ。



実施概要

申込方法	MY HEALTH WEBに登録後、サイト内のMYバイタルに歩数を入力すれば、自動的に参加となります。		
歩数登録方法	手入力または、歩数アプリと連携することもできます。 ※歩数アプリとの連携については「 MY HEALTH WEBの登録方法 」をご覧ください。		
対象者	被保険者・被扶養者		
実施期間	令和5年4月～令和6年3月		
達成賞 贈呈基準 (どちらか一方)	1日平均 5,000歩	QUOカードPay	2,000円分
	1日平均 10,000歩	QUOカードPay	2,000円分

※秋季(令和5年9月～11月)にも、期間限定でのWebウォークラリー「歩Fes.」を実施いたします。

※通年・秋季Webウォークラリーとも川柳写真投稿等のイベントはありませんのでご了承ください。



お問合せ先 ウォークラリーについて 本部：健康管理部 TEL 03 (3866) 2869