



くりやま健康
マイレージ事業

町民チーム対抗 ウォーキング月間チャレンジ



皆さんの健康づくりのため、
ウォーキング月間チャレンジを開催します。
近所の仲間とチームを組んで、
この機会にウォーキングを始めてみませんか。

エントリー受付期間

令和7年8月1日(金)～ 8月22日(金)

実施期間

令和7年9月1日(月)～ 9月30日(火)

参加
条件

- ✓ 栗山町内に住民登録があること
- ✓ チームの参加者が3名～6名であること
- ✓ 期限内のエントリー、報告があること

ルール

- ・実施期間中のチーム平均歩数で競います
 - ・個人のスマートフォンまたは万歩計（貸出可）で歩数を記録します
 - ・代表者1名がチーム員の9月の平均歩数を報告します
- ※スマートフォンで記録する場合は、事前に裏面の平均歩数が表示されるかご確認ください。
※万歩計で記録する方は、9月の間は万歩計をリセットせずに記録し続けてください。

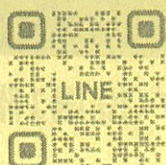
結果発表

- ・10月下旬～11月上旬に町ホームページへ上位10チームを掲載します
- ・上位5チームには「栗山町の特産品1万円分」をプレゼント！

エントリー方法（LINEまたは役場窓口）

1 LINEにて申請

①「栗山町健康推進グループ」を友達ちに追加

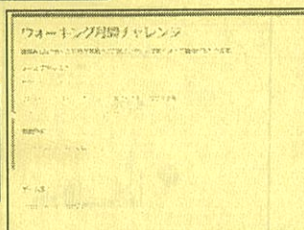


②URLから申し込み

名、チーム名等ご報告をお願いいたします
<https://forms.gle/3TsCs3voNmqXAbi9>



③チーム名をLINEへ送信



チーム名：歩き隊

2 役場窓口にて申請

役場窓口にて配布している申請用紙を記入してエントリーする。

報告方法

報告期間

令和7年10月1日(水)～10月8日(水)

1 9月の平均歩数を撮影

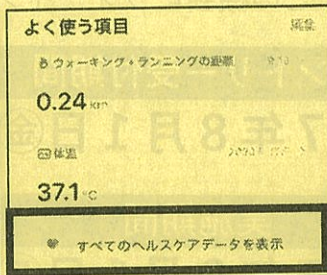
※「ヘルスケア」「Googlefit」に限りませんが、1か月間の平均歩数を画面に表示できるアプリをご利用ください。

例1：iPhoneの場合

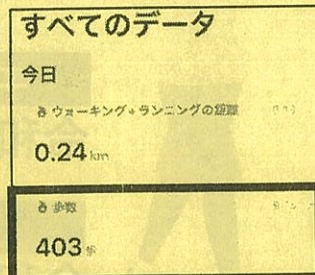
「ヘルスケア」
をタップ



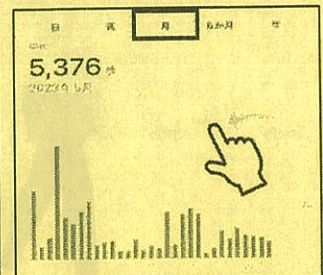
「すべてのデータ」
をタップ



「歩数」をタップ

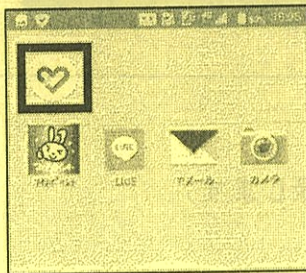


「月」をタップ。
左にスライドさせ、
9月の平均歩数を撮影

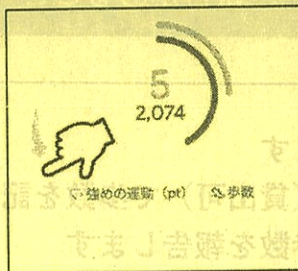


例2：Androidの場合

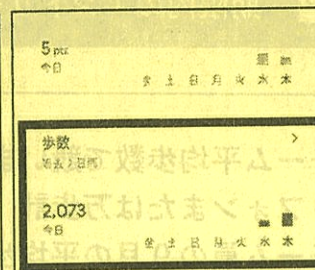
「Googlefit」をダウン
ロード後、タップ



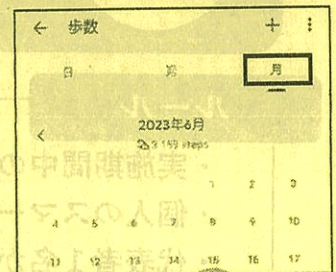
ホーム画面を下へ
スクロール



「歩数」をタップ



「月」をタップ。
左にスライドさせ、
9月の平均歩数を撮影



例3：万歩計の場合

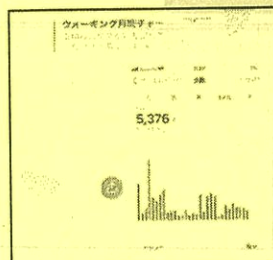
9月の間リセットせずに
計測した万歩計を撮影



役場で万歩計を借り
た方は、早めに返却
をお願いします

2 結果を送信

人数分の歩数画像
をLINEへ送信



3

町ホームページで結果を確認

(10月下旬～11月上旬に掲載予定)



下記の役場窓口でも結果報告の受付を行っています。

【問合わせ先】 栗山町役場 住民保健課 健康推進グループ(役場1階③窓口)
☎ 0123 - 73 - 2256