Kencom" みんなで歩活"イベント情報

千一厶対抗 ウォーキングイベント 開催!

健康ポータルサイト "kencom (ケンコム)"では、様々なイベントやキャンペーンに無料で参加できます。 《みんなで歩活(あるかつ)》は、職場やご家族で参加できるチーム戦のウォーキングイベントですので、ぜひご参加くだざい!

*** 開催概要 ***

歩活とは?

歩活(あるかつ)は、日常の生活に「歩く」をプラスする運動のことです。

ウォーキングはメタボや生活習慣病の予防だけでなく、骨太効果、リラックス効果など 様々な効能があるといわれています。

ジョギングはなかなか続かない…、ひとりで歩くのはつまらない…という方、チームを作って競うので仲間

と楽しく続けられます。この機会にぜひウォーキングへの関心を高めてみてください。

1/1から 歩数を競いあいます!

開催期間

・エントリー : 2019/10/1 (火) 14:00~10/31 (木) 23:59 ・イベント本戦:2019/11/1(金)00:00~11/30(土)23:59

:2019/11/1(金)00:00~12/3(火)23:59 • 歩数入力

• 結果発表 : 2019/12/5 (木) 12:00~12/27 (金) 11:59

1. kencom登録方法 ※登録済みの方は「2. 歩活エントリー方法」へ



アプリをダウ ンロード









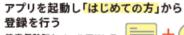




QRコードからアプリを<mark>ダウンロード</mark>

QRコードを読み込むかアプリストアで「ケンコム」と 検索してください。パソコンからも登録可能です。





健康保険証とメールアドレス をご準備ください。



メールアドレスを認証

入力したメールアドレス宛に届いたメール内の URLを3時間以内にクリックしてください

チームスコアランキングで

競いあいます!



参加方法

2. 歩活エントリー方法







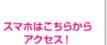
ケンコム



みんなで歩活に参加するにはkencomに 登録・ログインをしている必要があります













歩活にエントリーしたらチームを作るか、 好きなチームに入りましょう

- チーム単位での対戦形式です。
- ・1チームあたり2~10名で参加できます。 ※1名での参加はできません。自分でチームを作る、誰かのチームに入る、誰でも入れるフリーチームへご加入ください。 ※エントリー期間終了後は、加入及びチーム変更・脱退はできません。

ランキング

発表&表彰

- JSR健保内のチームでランキングを競いあいます。
- イベントページ内でチームランキング・個人ランキングに名前が表示されます。
- 今回はチームスコアランキングによる、チームの通算スコアで順位を競いあいます。 1歩=1スコアに換算され、1人あたり1日最大8,000スコアまで獲得可能です。 ※同じスコアとなった場合は、「①チームの平均歩数」「②チームの作成日は早い」方を上位とします。
- ・上位入賞者はJSR健保の機関紙、社内イントラ、JSR労組のねっとわーくで発表します。

*** 賞品一覧 ***

5人以上の チームスコブ ランキング

JCBギフトカード 組合内で上位5位に入貸した チームに贈呈

¥1,000.

1 : 20,000円分 图:10,000円分

図: 7,000円分 (4): 5,000円分

6 : 3,000円分

(1チームあたり)

個人 ランキング賞

JCBギフトカード

組合内で上位3位に 入貸した個人に贈呈 1000円分

2 : 3,000円分

3 : 2,000円分

女性 ランキング賞 JCBギフトカード

組合内の女性の中で上位 3位に入貸した個人に贈呈

15 : 3,000円分 2,000円分

骤: 1,000円分

初参加者 ランキング JCBギフトカード

歩活に初参加した方の中で上位 3位に入貸した個人に贈呈

15 : 3,000円分

2,000円分 骤: 1,000円分

平均5.000歩以 歩いたで賞

個人の平均歩数が5,000歩以上の方へ 500円を給与支給

(ご家族の方は社員に支給)

ハッピー スコア賞 チームスコアランキングの順位1桁が「7」のチーム全員に kencomポイント1,000pt

みんなの 応援団長賞 チーム内でコメントが一番多かった人の10人に1人に kencomポイント1,000pt

エントリー賞

5人以上のチームで参加をすると 抽選で10チームに1チームのメンバー全員に kencomポイント1.000pt