

ある
「歩 F e s . スマホウォーキング」実施要綱

期 日	令和5年11月1日（水）～令和5年11月30日（木） 30日間
参加資格	被保険者及び35歳以上の被扶養者
参加費	無料
参加形態	個人戦
参加賞	参加された方全員に「マイヘルスウェブ（以下「MHW」）各種イベントへの参加」として「MHW」ポイント50ポイント進呈します。
達成賞	【個人戦】 1日あたりの平均歩数が9,000歩を達成された方の中から抽選で、1,000名にQUOカードPay 2,000円分を進呈します。
進呈方法	スマートフォンアプリ「MHWアプリ」内の個別通知機能「MYメール」より進呈します。
使用媒体 及び	スマートフォンアプリ「MHWアプリ」のウォーキングイベント機能の「歩 F e s .」を使用し、 <u>※歩数連携</u> により登録が行われます。
歩数登録方法	※各OSのヘルスケアアプリ（i o sヘルスケア・Android Google Fit）に記録された歩数をスマートフォンアプリ「MHWアプリ」メニューの「MYバイタル」の歩数項目へ登録します。
「MHW」	スマートフォンアプリ「MHWアプリ」のダウンロード及び初回登録を行って下さい。
登録方法	（詳細については、機関誌「すこやか」10月号及びホームページにてご案内しております）



「歩」

参加方法

①スマートフォンアプリ「MHWアプリ」専用バナーよりエントリーを行います。

(エントリー期間：令和5年10月10日～令和5年10月31日)

※歩数連携が出来ていることをご確認ください。

②ウォーキング開始（令和5年11月1日～令和5年11月30日）

※大会最終日にスマートフォンアプリ「MHWアプリ」にログインし、歩数連携が出来ていることをご確認ください。

(詳細については、機関誌「すこやか」10月号及びホームページにてご案内しております。)

その他

歩数記録について誤りが疑われる場合は、必要に応じて事業管理部より本人あてに連絡をさせていただきます場合があります。

問い合わせ

スマートフォンアプリ「MHWアプリ」のダウンロード方法、初回登録、歩数連携について
ヘルプデスク 03-5213-4467（平日9:00～17:00）

「^{ある}歩 F e s . スマホウォーキング」イベント内容について

出版健康保険組合 事業管理部 03-3292-5009