

目標達成で
賞品獲得の
チャンス！
(抽選)

歩数

UP!! チャレンジ

2023

みんなで楽しく歩こうあと15分！

チャレンジ期間

2023年

10/1~11/30

申込期間

8/31(木)まで

詳しい情報・参加
申込等はこちらから！

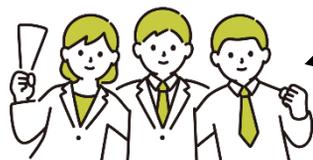


<https://www.pref.miyagi.jp/soshiki/kensui/hosuuappu2023yop.html>

3人一組のチームを組んで楽しく歩いてみませんか
歩くことは健康への第一歩！職場・仲間同士のコミュニケーションの促進にも！

職場での健康づくりに！

事業所部門



事業所対抗
歩数ランキング
も開催します！

対象：職場の仲間同士での参加

- ①チームごとコースを選んで
- ②事業所単位で申し込み！

目標は

9000歩を
めざすコース

または

6000歩を
めざすコース

日々の運動量の増加に！

一般部門



対象：ご家族・ご友人等どなたでも

- 3人一組でチームを組み、
コースを選んで申し込み！

目標は

9000歩を
めざすコース

または

6000歩を
めざすコース

目標達成すると、抽選で賞品が当たります！（各賞・賞品はウェブサイトにて順次公開予定）

※部門はどちらか一方のみ参加可能です。一人が複数のチームに所属することはできません。

※歩き過ぎ防止のため、報告時の個人の歩数が2万歩を超える場合には、その方の歩数を20,000歩として扱います。

※チームランキングによる上位チームへの賞品贈呈はございませんので御了承ください。

お問い合わせ先：歩数アップチャレンジ2023事務局

TEL 022-342-0775 MAIL miyagi-kenkou@sv-c.jp

10:00~18:00(土日祝及び8/11~8/15を除く)

主催：宮城県保健福祉部健康推進課 共催：宮城労働局 公益社団法人宮城労働基準協会

協力：県内35市町村、全国健康保険協会宮城支部、宮城県保険者協議会 協賛：スマートみやぎ健民会議応援企業