

農協健保Try Walk 2024実施内容

1. 内 容 1日の歩数に目標を設定し、歩くことを意識することで運動習慣を身につけることを目的とする。また、個人での参加だけでなくチームを組むことで、モチベーションの維持を図る。期間内の1日平均歩数に応じて達成賞としてPepポイントを付与する。
2. 対 象 者 Pep Up登録者
3. 期 間 令和6年10月1日～令和6年10月31日
※遡り入力可能日数：38日
※歩数入力締切日：令和6年11月7日（木）
4. 参加申込 Pep Up「健保からのお知らせ」または当該バナーからエントリー
5. 参加申込期間 令和6年9月2日～令和6年9月30日
※チーム作成は、1チーム2名以上50名以下とする。
※チーム作成、チーム参加については、上記の参加申込期間のみ可とする。
※チーム非公開機能あり。
6. 歩数目標 個人…①5,000歩 ②7,000歩
チーム…①5,000歩 ②7,000歩
※歩数目標は、期間内の1日平均歩数。
※チーム目標は、期間内でチームでの1日平均歩数。
目安：7,000歩→約5km（所要時間約60分）※個人差あり
7. 制限事項 チーム人数：2人～50人
1日の有効上限歩数：30,000歩
※上限を超えた歩数は反映できません。
8. 歩数入力方法
 - ・手入力
 - ・Fitbit連携
 - ・Garmin連携
 - ・EpsonAPI連携
 - ・スマホアプリ連携※各連携機能は、Pep Upを起動しないと歩数は反映されません。
8. 達成賞 期間内の1日平均歩数において、達成した歩数目標（個人・チーム）に応じてそれぞれPepポイントを付与する。

※チームポイントの付与対象は、個人で5,000歩以上の歩数目標達成者に限ります。

9. ポイント内訳

歩数目標 (個人)	ポイント内訳	歩数目標 (チーム)	ポイント内訳
①5,000歩	200P	①5,000歩	300P
②7,000歩	400P	②7,000歩	600P

例Ⅰ. 個人で参加した場合

- ・ 1日平均歩数5,000歩を達成：200P
- ・ 1日平均歩数7,000歩を達成：400P

例Ⅱ. 個人およびチームを組んで参加した場合

- ・ 個人、チームともに1日平均歩数5,000歩を達成： $200P + 300P = 500P$
- ・ 個人1日平均歩数5,000歩、チーム1日平均歩数7,000歩を達成： $200P + 600P = 800P$
- ・ 個人1日平均歩数7,000歩、チーム1日平均歩数5,000歩を達成： $400P + 300P = 700P$
- ・ 個人、チームともに1日平均歩数7,000歩を達成： $400P + 600P = 1,000P$
- ・ 個人1日平均歩数5,000歩未達成、チーム1日平均歩数5,000歩を達成… $0P + 0P = 0P$

10. 付与日 令和6年11月中

※ただし、ポイント付与時に当組合の資格を有する者に限る。

11. ポイント有効期限 ポイント付与日から3年間

※資格喪失した場合は、資格喪失日から90日間

※期間限定ポイントは除く