健康保険組合主催

kencom

気軽に参加できる
大人気ウォーキングイベント!!

みんなで歩活

— minnade arukatsu —

エントリー期間
4.1-4.30
2024年4月1日（月）14:00～4月30日（火）23:59

イベント期間
5.1-5.31
2024年5月1日（水）0:00～5月31日（金）23:59

チームで

- **チーム通算スコアランキング賞**
  チームメンバーにAmazonギフトカード
  1位2,000円、2位1,000円、3位500円
  4位400円、5位200円
- **チームラッキー5賞**
  ランキング下1桁が「5」のチームメンバーに
  Amazonギフトカード100円
- **少人数チーム賞**
  チームメンバーが5人以内のチームの中で
  ランキング上位10チームのチームメンバーに
  Amazonギフトカード200円

お一人でも

- **新人賞**
  前回歩活エントリー後に初めて
  kencom登録した人の中で上位20人に
  Amazonギフトカード200円
- **個人ラッキー7賞**
  ランキングの下1桁が「7」の人に
  Amazonギフトカード100円
- **フルスコア賞**
  毎日8,000スコアを達成した人に
  Amazonギフトカード300円

参加賞もあります。詳しくはダスキン健康保険組合ホームページへ

みんなで歩活の参加はこちらから

まだkencomに登録してない方
アプリをダウンロード！
kencomに登録！

すでにkencomに登録している方
「みんなで歩活」に
エントリーしましょう！

新企画！
スタンプラリー開催！

❶kencomミッション
アイテムプレゼント！

❷Amazonギフトカード
総額50,000円分を
抽選でプレゼント！

※アプリ画面は開発中のものです

DeSCヘルスケア株式会社主催キャンペーンです。Amazon、Amazon.co.jpおよびそれらのロゴはAmazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

みんなで歩活（あるかつ）“歩活”はじめよう！

みんなで歩活とは

歩活（あるかつ）は、日常の生活に「歩く」をプラスする活動のことです。
歩くことは、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。
エレベーターをやめて階段にしてみたり、1駅手前で電車を降りてみたり。
日々のちょっとした心がけでできる「歩活」。
これを機に、始めてみませんか？

みんなで歩活の参加方法

01 kencomにログイン

kencom

ケンコム　検索

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

02 歩活ページにアクセス

スマホはこちらからアクセス！

03 歩活にエントリー チーム作成・加入

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

みんなで歩活の楽しみ方

01 チームに参加！

誰でも歓迎（公開チーム）　知り合いに限定（非公開チーム）

エントリー期間中にチームに参加しましょう！

02 コメント機能でコミュニケーション！

同じチームのメンバーとコメントで励ましあおう！1人では続かないウォーキングも、仲間となら続くかも！？

03 ランキングで競争！

スコアランキング　チームの合計スコアで競争！

平均歩数ランキング　チームの平均歩数で競争！

チーム一丸となって上位を目指そう！
ランキングは2種類楽しめます！

参加資格

・当健康保険組合の加入者様

申込方法

・エントリーには、kencomへのご登録が必要です。
・ご登録後、kencomにログインの上、歩活イベントページよりエントリーをしてください。
・エントリー期間中にチームを組んでください。

ルール

・kencomアプリ、もしくはPCから毎日の歩数を登録してください。
・イベント期間中のチームまたは個人の平均歩数でランキングを表示します。
・さらに、イベント期間中の歩数を1歩＝1スコアと換算した【チーム通算スコア】のランキングも表示します。※チーム参加者のみ

記念品

・参加いただいた皆様には、賞品をご用意しております。※詳細はkencom内でお知らせします。

さっそく歩活にエントリー！

アプリでkencomに簡単登録！
自動歩数記録で歩活をもっと楽しく！

iOS版　App Store からダウンロード

Android版　Google Play で手に入れよう

DeSC Healthcare

kencomは健康保険組合から業務委託を受けた
DeSCヘルスケア株式会社が運営しております。