

第19回

神電けんぽ

# ヘルシーウォーキング大会

埼玉県深谷～徳島県阿波  
90万歩(630km)

カモメンと巡る

渋沢栄一・津田梅子・  
北里柴三郎ゆかりの地

実施期間 2024年9月1日(日)～11月30日(土)91日間

## 【対象者】

被保険者および20歳以上の被扶養者  
※20歳未満の方も参加可能ですが、表彰は完歩賞までです。

## 【参加方法】

事前に紙またはウェブからエントリーしていただき、日常的にウォーキングを楽しみ、歩数を紙の記録表またはウェブにて記録します。

1日平均1万歩、3カ月間で90万歩(完歩)を目標に歩き、大会終了後に歩数と感想を報告していただきます。

## 【表彰】

90万歩を完歩した方には完歩賞を、そのうち上位10名には優秀賞を差し上げます。※結果は機関紙とホームページに掲載します。

## 【エントリー方法】

紙またはウェブ

- ① 紙 : エントリー用紙を記入のうえ、事業所の担当者に提出してください。
- ② ウェブ: 大会サイトにアクセスし、エントリー登録してください。

## 【エントリー締切日】

- ① 紙 : 2024年8月16日(金) 組合必着
- ② ウェブ: 2024年8月31日(土)

【ウォーキング記録表 提出およびウェブ入力締切】  
2024年12月10日(火)

## 【大会サイト】

<https://mhwalk.healthlog.jp/sinden/>  
当組合ホームページからもアクセスできます。

スマホでも見やすい  
大会ウェブサイト  
オープン!



お問い合わせ

神奈川県電子電気機器健康保険組合

☎ 045-320-1188 <https://www.sindenkenpo.or.jp/>