

## 第1回 キッコーマンウォーキングキャンペーン

皆さんコロナ禍で運動不足を感じてませんか？ウォーキングは日ごろの運動とは緑のない人でも季節の風景を楽しみながら、実践できるスポーツで様々な健康効果があふれています。是非この機会にウォーキングキャンペーンに参加ください。

配偶者が他健保でもご夫婦一緒に参加できます。

**参加申込期間が過ぎると参加できませんので急ぎお申込みください。**

## &lt;準備するもの:歩数を計測できるもの&gt;

- ①家電量販店で万歩計を購入する。
- ②スマホで「歩数計」で検索をして無料のアプリをダウンロードする など

**参加申込期限  
迫る！6/15**



## 申込期間は6/1～6/15

参加申込登録はスマホまたはパソコンで行ってください。

申込方法は配布の「チラシ」を参照ください。登録時の留意点として

- ①保険証を用意(記号・番号入力のため)
  - ②「被保険者情報」の氏名欄のフリガナにはスペースを入れない。
  - ③ユーザーID、パスワードは参加者各自がを決めてください。
- 記録入力時に使いますので忘れず控えておいてください。



登録が完了すると下記のメールが自動配信されてきます。

キッコーマン健康保険組合より「第1回ウォーキングキャンペーン」の申し込みを受け付けしました。



## 6/16から スタートです

『6月16日からキッコーマンウォーキングキャンペーンが始まります。』

ご自身のWEB上のニックネーム、目標歩数(例7000歩)、8人のアバターからご自身のアバターの設定、グループ機能の活用等を新たに登録をしてから、毎日の歩数をパソコン、スマートフォンで入力して下さい。  
歩数入力ドメイン: <http://kikkoman.walk.cx/>

【記録の入力】6/16(水)以降に ログイン「ユーザーID」「パスワード」入力→ トップ画面に「記録入力はこちらから」が表示されます。

**グループ登録するとグループ参加者全員がマップ上に表示されます。グループ内のランキングも見られます。**

- 1.グループ作成:「グループの新規作成」ボタンをクリックしてください。「グループ名」と「パスワード」を入力し「グループを作成する」ボタンをクリックしてください。パスワードを入力しないと誰でもグループに参加できます。
- 2.グループに参加する:既に作成されたグループに参加することができます。まずグループの作成者に「グループ名」と「パスワード」を聞いてください。「グループに参加する」ボタンをクリックして、グループ一覧からグループ名を選び、「参加」ボタンを押してください。パスワードを入力すると、グループに参加することができます。
- 3.グループから抜ける:「グループを抜ける」ボタンをクリックすると、グループから抜けることができます。