

# 第4回ウォーキングチャレンジ！ 目指せ郡山！ 東北を歩こう！

今回より参加資格は被保険者のみとなります。

参加申込&記録はスマートフォン、パソコンで行なってください。

ウォーキング  
チャレンジ!

リケンテクノスけんぽ



## 申込方法

QRコードを読み取るか、下記のアドレスを直接入力し、空メールを送信してください。

rikenkenpo  
@walk.cx



9月13日(金)より申込開始！  
希望者には万歩計を配布！



実施期間: **10月1日(火)~11月30日(土)** [61日間]

**参加資格** 当健康保険組合の被保険者のみ (被扶養者や家族は今回より対象外)

**実施要項** ①毎日の歩数をパソコンやスマートフォンで入力していきます。  
(入力方法は裏面をご覧ください。)  
②目標は1日8,200歩、61日間50万歩でゴールの郡山を目指しましょう。

**記録完了** 期間終了後、**2024年12月16日(月)までに記録の入力を完了**してください。それ以降は入力できませんのでご了承ください。

**表彰** ①50万歩達成した被保険者に完歩賞「クオカード2000円」を贈呈  
②歩数記録した被保険者に参加賞「クオカード500円」を贈呈

★ 申込方法の詳細は裏面をご覧ください ★

リケンテクノス健康保険組合