

**ご参加ください！**

# けんぽれんあいち健康ウォークWEB版



当組合ではみなさんの健康づくりを支援するため、健康保険組合連合会が主催するWebコンテンツを利用した「けんぽれんあいち健康ウォークWeb版」を開催いたします。楽しみながら健康的な生活習慣を身につけましょう。

## 対象者 被保険者および被扶養配偶者

-  **実施期間** 2024年**5月1日**～**5月31日**
-  **エントリー期間** 2024年**4月15日**～**4月30日**
-  **感想入力期間** 2024年**6月1日**～**6月14日**  
(実施期間中の歩数をさかのぼって入力できます。)

**1ヶ月間で合計24万歩以上(1日平均約8,000歩)を達成した方には達成賞としてクオカードpayをプレゼントします。**  
※コース制覇には約57万歩が必要となりますが、当組合の目標達成は24万歩と設定します。

## 健康ウォークWEB版 参加の手順

### STEP 1

「けんぽれんあいち健康ウォーク」サイトにアクセスもしくは、QRコードのいずれかからエントリーをしてください。

スマホの方は  
こちらから  
どうぞ！



**<https://kenporenaichi-walk.healthlog.jp/kra2/>**

### STEP 2

ログインの下の「今すぐ参加登録！」またはページ中段の「登録はこちら」を選択してください。



### STEP 3

[①利用資格の確認]の「参加パスワード」には健康保険組合の「**保険者番号**」を入力してください。※保険証に記載されています  
「**保険者番号**」は【**06231385**】を入力してください。

### STEP 4

[②メールアドレスの確認]で、メールアドレスを送信し、「参加登録のご案内」メールを受け取ります。  
※参加者1人ひとりに個別のメールアドレスが必要です。  
※「kenpo-net.jp」からのメールを受信できるように設定してください。

### STEP 5

メールから[③参加登録]ページにアクセスし、登録情報を入力し、登録を完了させてください。  
※ログアウト後、再ログインするには、登録したメールアドレスとパスワードの入力が必要となります。

### STEP 6

実施期間中、日々の歩数や体重、日記を記録したり、バーチャルマップを楽しんだりし、ウォーキングに取り組みます。  
※スマートフォン向けアプリ「RenoBody」とアカウント連携すると、歩数を自動更新することができます。  
※1日の歩数入力上限は50,000歩となります。





# さまざまなコンテンツが 毎日の歩数登録を楽しくしてくれます!

**バーチャルマップ**  
奥の細道（深川～松島）  
どこまで行ける  
でしょうか？



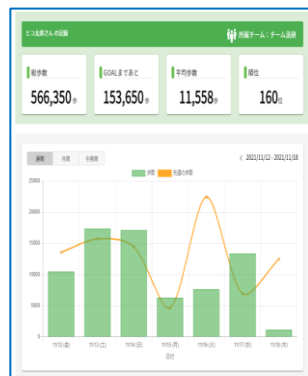
歩数ランキング (個人)

過去7日 過去30日 全期間

集計期間: 01/04~01/11

順位	ユーザー名	歩数	平均歩数
1位	でずてん部でん	699,993歩	99,999歩
2位	はなはな中心	23,617歩	5,904歩
3位	つゆゆ中心	10,345歩	10,345歩
4位	アキアキ中心	200歩	200歩

やっぱり少しでも  
**上位**に行きたい!  
参加者の中で、  
ランキングも  
確認できます。



歩数は**グラフ**で  
確認できます!



参加者同士で**チーム**を結成し、  
**チーム対抗戦**も開催!



公開した**日記**に  
**「グッドボタン」**は  
いくつももらえる?

チームで参加すると、  
歩数登録率が  
高くなります!



**スマホ・PC**で  
利用可能。  
**自動と手入力**の  
2通りが可能です。



チーム内での**チャット**で、  
お互い励まし合いながら  
取り組みます!

