

# 第6回 やまとウォーキンピック参加申込書

私たちは、やまとウォーキンピックの参加に際し、下記の注意事項を順守し、決して無理せず、また、無理をさせず、また、皆と楽しくウォーキングに取り組むことを確認し申込みます。

【エントリー区分】 一般の部 70歳以上の部 職場の部 (希望区分に○をして下さい)

【職場名※1】 \_\_\_\_\_

【職場住所※1】 \_\_\_\_\_

【チーム名】 \_\_\_\_\_

【チーム目標歩数】 1人当たり \_\_\_\_\_ 歩/日

### 目標設定の参考にして下さい

《参考》

平成29年「国民健康・栄養調査」による1日の歩数の平均値

年齢	男性	女性
20～64歳	7,636歩	6,657歩
65歳以上	5,597歩	4,726歩

【歩数計受取予定】 9/25 午前 9/25 午後 9/26 午前 9/26 午後 (希望区分に○をして下さい)

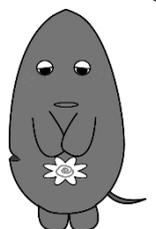
	氏名	住所※2 / 電話番号	年齢 生年月日	市使用欄
代表者	フリガナ	住所  電話番号	歳 年 月 日生	
2	フリガナ	住所  電話番号	歳 年 月 日生	
3	フリガナ	住所  電話番号	歳 年 月 日生	
4	フリガナ	住所  電話番号	歳 年 月 日生	
5	フリガナ	住所  電話番号	歳 年 月 日生	
6	フリガナ	住所  電話番号	歳 年 月 日生	
7	フリガナ	住所  電話番号	歳 年 月 日生	

※1 職場の部参加チームのみご記入ください。

※2 大和市民の方は大和市以下の地名からご記入ください。

### ★大会への参加にあたっての注意事項★

- ・みんなと楽しくウォーキングに取り組んでください。
- ・体調に合わせて取り組み、体調の悪いときには休むなど無理をしないでください。  
また、チームメイトにも無理をさせないでください。(活動については自己責任になります。)
- ・特に早朝や夜間は騒がしくしないなど、歩行マナーや交通ルールを順守してください。
- ・歩数計を他人に貸し出したり、歩行以外の方法で歩数をカウントしたりしないでください。



大和市イベントキャラクター  
やまと

# 第6回 やまとウォーキンピック

## ウォーキンピックについて

- ① 4～7名でチームを作り、1か月間、市の貸与する歩数計を身に付け、ウォーキングに取り組みます。外出時のウォーキングに限らず、自宅にいるときも含めて、日常生活で歩数計を身に付けていただいで構いません。  
★センサーで自動的に動きを感知するため、操作の必要はありません。
- ② 1か月後、全員の歩数合計を人数で割り、1日のチーム平均歩数の多さで順位を決めます。

## 表彰等

- ① 60周年記念特別賞：全参加チーム中、60位のチームに表彰状、食事券を贈呈
- ② 上位入賞：各部門、上位3位までのチームに表彰状・メダル・総社市産のお米を贈呈
- ③ 10刻み賞：各部門、10の倍数の順位となったチームに食事券を贈呈
- ④ 100刻み賞：全参加チーム中、100の倍数の順位となったチームに食事券を贈呈
- ⑤ 努力賞：各チームが定めたチーム目標歩数を達成したチームに総社カレーを贈呈  
(大和市と岡山県総社市は「健康分野における連携・協力に関する協定」を締結しています。)

今回は岡山県  
総社市も参加!!

## お申込み

【チーム人数】4～7名で構成されたチーム

【エントリー区分】一般の部：20歳以上の市内在住者で構成  
70歳以上の部：チーム全員が70歳以上の市内在住者で構成  
職場の部：同じ職場で働く市内在勤者で構成

【申込方法】9月13日(金)までに申込書を直接持参またはファクス  
(260)1156で保健福祉センター4階健康づくり推進課へ

※申込者が全部門合わせて1,500名を超えた場合は抽選となります。

参加の可否などの通知はチーム代表者へ通知します。

※FAXでお申込みの場合は、送信後にご連絡をお願いいたします。

## 代表者の方へ

- ① チーム代表者に、大会の説明や使用する歩数計をお渡しします。

【日時場所】9月25日(水) 9時00分～17時00分 保健福祉センター1階 医師控室

9月26日(木) 9時00分～17時00分 保健福祉センター1階 医師控室

※歩数の計測は歩数計交付日の翌日から31日間です。

※チーム代表者が来ることができない際は、代理の方が受け取りに来るようお願いいたします。

- ② 貸与したチーム分の歩数計を11月7日(木)までに健康づくり推進課にお戻しください。



総社市イメージキャラクター「チュッピ」



ヤマトン健康ポイント対象者は  
5ポイントもらえます



大和市イベントキャラクター「ヤマトン」