

第7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30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	7,644歩	6,705歩
65歳以上	5,417歩	4,759歩

【歩数計受取予定】 4/27 午前 4/27 午後 4/28 午前 4/28 午後 (希望区分に○をして下さい)

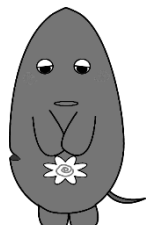
	氏名	住所※2 / 電話番号	年齢 生年月日	市使用欄
代表者	フリガナ	住所 電話番号	歳 年 月 日生	
2	フリガナ	住所 電話番号	歳 年 月 日生	
3	フリガナ	住所 電話番号	歳 年 月 日生	
4	フリガナ	住所 電話番号	歳 年 月 日生	
5	フリガナ	住所 電話番号	歳 年 月 日生	
6	フリガナ	住所 電話番号	歳 年 月 日生	
7	フリガナ	住所 電話番号	歳 年 月 日生	

※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
ヤマト



第7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て構いません。
★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上位入賞：各部門、上位3位までのチームに表彰状・メダル・食事券を贈呈
- ②10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
- ③100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
- ④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市産赤米がゆを贈呈
(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。)
- ⑤市制記念特別賞：全参加チーム中、市制施行年数と同じ順位のチームに表彰状、食事券を贈呈
※今年は61周年のため61位が対象となります。



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】4月14日(火)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1,600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】4月27日(月) 9時00分～17時00分 保健福祉センター4階 講習室

4月28日(火) 9時00分～17時00分 保健福祉センター4階 講習室

※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ようをお願いいたします。

- ② 貸与したチーム分の歩数計を6月9日(火)までに健康づくり推進課にお戻しください。



ヤマトン健康ポイント対象者は
5ポイントもらえます

