



第9回やまとウォーキンピック



～テレワークで最近体重が増加気味...無理をしない範囲で楽しみながら歩きたい!!

そんな方にもおすすめです♪♪気軽に楽しく参加してみませんか?～

ウォーキンピックについて

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、歩くことに取り組みます。外出時に限らず、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。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。
★歩数計は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。

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・QUOカードを贈呈
- ②10刻み賞:各部門、10の倍数の順位となったチームにQUOカードを贈呈
- 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QUOカードを贈呈
- 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。)
- ⑤市制記念特別賞:全参加チーム中、市制施行年数(62周年)と同じ順位(62位)のチームに表彰状、QUOカードを贈呈
※今回、表彰式は実施しません。結果はホームページと郵送でお知らせいたします。

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(水)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。

ヤマトン
健康ポイント対象
(5ポイント)



大和市イベントキャラクター ヤマトン

代表者の方へ

①歩数計交付日に、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。今回は、「3つの密」(密閉・密集・密接)を避けるため、歩数計交付日・時間を分散し、ご案内いたします。詳しくは、裏面をご覧ください。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。

※歩数の計測は歩数計交付日の翌日から31日間です。

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

★大会への参加にあたっての注意事項★

- ・ウォーキングをする際は、「安全に運動・スポーツをするポイントは?」(スポーツ庁発行)等を参考に、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。)
- ・今後、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、状況により変更・中止となる場合がございます、ご了承ください。