



令和4年度 10月 ウォーキングイベントを開催します！

「aruku&(あるくと)」を使用したウォーキングイベントです。
健康づくりの一環として、手軽に取り組めるウォーキングを始めてみませんか？

■参加条件

- ・18歳以上の白川町在住・在勤の方
- ・アプリ「aruku&(あるくと)」を登録し、団体「白川町」に参加
- ・アプリを登録できない場合は、歩数を計測し記録できる方



■実施内容

個人またはグループ参加（家族・友人・職場など）できる！

1か月間で1人1日5,000歩以上を15日以上達成した方の中から、抽選で個人15名様または10グループ様に賞品やお得な特典をプレゼントします。

※グループで参加すると、平均歩数が一番多かったグループに
地域振興券が当たるチャンスが！

■実施期間

令和4年10月1日～10月31日の1か月間

■グループ参加について

（1グループ2～5人まで）

- ・9月20日までに事前申請が必要です。
- ▶グループ名、グループ員のアプリ内ニックネーム、代表者氏名等
- ・申請はQRコードまたは申請書を提出してください。

誰かと一緒なら
がんばれる
かも！

■参加方法

- ①アプリ「aruku&」を登録し、団体「白川町」に参加
- ②あとはひたすら歩くだけ！

※当選者には11月中に「aruku&(あるくと)」に登録のアドレスへ当選メッセージを送信します。グループ参加の方は事前登録が必要です。当選した場合はグループの代表者にメッセージを送信します。（@town.shirakawa.lg.jp が受信できるようにしておいてください）
※「aruku&(あるくと)」登録方法等は広報しらかわ、ホームページをご覧ください。

グループ登録
申請



【アプリを登録できない方もご参加できます】

- ①携帯や歩数計などで計測した歩数を記録紙（自分で作ったものでもOK）に記入。
 - ②条件を達成した方は、記録表を保健係または各地区出張所へ提出。
提出締切：令和4年11月7日（月曜日）
- ※記録表は保健福祉課保健係、各地区出張所に設置他ホームページをご覧ください。

※当選者へ郵送で通知します。

あるくと登録
方法説明は
白川町HP



あるくと登録
団体への参加



団体「白川町」への参加ID
shirakawa1956

◎白川町「豆まめ健康チャレンジ事業」のポイント対象事業です。

【お問い合わせ先】保健福祉課保健係 TEL72-2317（内線361・362）