「第2回事業所対抗ウォーキングラリー」開催
メイプルケア有限会社が優勝！

健康アプリ「ほやほやウォーク」を利用した「第2回事業所対抗ウォーキングラリー」を、令和4年　5月1日から6月30日にかけて開催いたしました。

第1回目より多い 61事業所288チーム からエントリーがあり、見事 **メイプルケア有限会社**様が 優勝されました。

参加された皆さんに、ウォーキングラリー中の 取り組みなどをインタビューしましたのでご紹介します。

メイプルケア有限会社の皆さん：左上から　みっちさん、まさしさん、すみさん、左下から　makikoさん、みほさん、りつこさん

参加のきっかけを教えてください。

今年に入ってから、会社で仲間を募って休日に文殊山などでハイキングを楽しんでいました。その頃に協会けんぽの「ウォーキングラリー」を知り、みんなで参加することにしました。

ウォーキングラリー期間中の取り組みを教えてください。

出勤前や昼休み、勤務後に歩いていました。特に勤務後は、近くの下市山でハイキング、会社近くの公園でウォーキング、夜に家族と一緒に歩くなど個々で競うように歩数を増やしていました。また、毎週日曜日には、全員で文殊山を登ることが習慣になっていました。6月に入ってからは暑い日が続き大変でしたが、ランキングでお互いや他社の歩数を確認しながら、負けたくない一心でがんばりました。

参加されて運動に対する意識の変化はありましたか？

少しでも歩く時間を作るために、時間を大切にするようになりました。また、今回は歩くことが好きな者が集まったこともあり、みんなで楽しく頑張れました。その結果、参加者全員がイベント開始時より体重を減らすことができました。

今後に向けた意気込みをお聞かせください。

県内には様々なウォーキングやランニングのイベントがあるため、これからもみんなで楽しむことを第一に参加したいと思います。

【第2回事業所対抗ウォーキングラリー最終結果】
（成績上位事業所）

第1位　メイプルケア　有限会社
平均歩数　1,568,781歩
第2位　株式会社　オナガメガネ
平均歩数　1,034,143歩
第3位　だるまや商事　株式会社
平均歩数　981,590歩
第4位　株式会社　ミヤゲン
平均歩数　909,838歩
第5位　吉岡幸　株式会社
平均歩数　860,247歩
（敬称略）