



チームで刻む 健康のリズム♪

信州ウォーキング大賞2025

参加事業者
募集中

事業所同士で歩数を競い合い、社内の仲間同士でコミュニケーションを図りながらゲーム感覚でウォーキングを楽しみませんか？



2025年 **6/16**月 ▶ **8/25**月

実施期間 2025年 **9/1**月 ▶ **11/30**日



長野県PRキャラクター「アルクマ」
©長野県アルクマ

エントリー方法

参加者の平均歩数が多かった上位3事業所を表彰します！
(表彰式は2026年1月予定)

STEP
1

チームを結成

企業・団体・行政機関のグループにおける、従業員・職員等(派遣やパート、アルバイト含む)で**3名のチームを2つ以上**つくってください。



STEP
2

エントリー

事業所等のとりまとめ担当者が、申込フォームに必要事項を入力の上、送信してください。後日、事務局から操作マニュアル(アプリ利用のために必要なパスワード記載)を担当者へ送付します。



エントリーはコチラから▶

信州ACEプロジェクト

検索

<https://ace.nagano.jp/walking>



STEP
3

アプリをダウンロード

操作マニュアル到着後、参加者全員が「App Store」「Google Play」から『協会けんぽウォーク』をダウンロードしてください。

STEP
4

アプリでの登録

参加者全員が協会けんぽウォークに登録されている『事業所名』『チーム名』を選択し、必要事項を入力してください。



※ご登録いただいた内容は当運営事務局にて保管し、利用目的の必要な範囲を超えて利用することはありません。

ウォーキング大賞は2部門

全事業所対象

ウォーキング
大賞部門

10チーム以上参加した
事業所対象

ウォーキング大賞
オーバー
10部門

各大賞を受賞された事業所は長野県が「健康ACE企業2025」に認定し、表彰後1年間、健康づくりに取り組まれている事業所としてPRします！

さらに
特別賞

1日平均歩数が8,500歩(累計歩数773,500歩)
以上のチームから150チームに抽選で景品を進呈



主催 事業所の健康づくりプロジェクト委員会

構成団体

全国健康保険協会長野支部、健康保険組合連合会長野連合会、地方職員共済組合長野県支部、公立学校共済組合長野支部、警察職員共済組合長野県支部、(一社)長野県経営者協会、長野県中小企業団体中央会、(一社)長野県商工会議所連合会、長野県商工会連合会、(一社)サキベジ推進協議会、長野県

お問合せ：信州ウォーキング大賞2025運営事務局(株)共立プランニング内 TEL.070-4358-1157 E-mail walking@ace.nagano.jp

信州ACEプロジェクト

Action

体を動かす



運動

Check

健診を受ける



健診

Eat

健康に食べる



食生活

しあわせな暮らしの基礎となる県民一人ひとりの健康を更に増進するため、長野県の課題である脳卒中等を予防するための生活習慣の改善に取り組む健康づくり県民運動「信州ACE(エース)プロジェクト」を展開しています。

健康ACE企業2024認定企業

知事表彰 ウォーキング大賞部門 第1位



有限会社マルフジ(北安曇郡池田町)

知事表彰 ウォーキング大賞Over10部門 第1位



株式会社みすずコーポレーション(長野市)

協会けんぽウォークの特徴

- ✓ 事業所ランキングが表示され、事業所同士が互いに刺激あいながらウォーキングできます。
 - 歩数ランキング表示(事業所・チーム・個人)が競争意識を高めます!
 - 日ごと・曜日ごとの歩数履歴の確認により生活習慣を振り返ることができ、運動意識が向上します!
- ✓ 様々な仕掛けでウォーキングの楽しさを提供します。
 - 歩数に応じて長野県PRキャラクター「アルクマ」からの応援メッセージがあります!
 - 目標歩数の達成率で「アルクマ」のポーズが変わります!
 - 歩数を重ねるにつれて相撲番付の昇格や長野県内の名所巡りがあります!

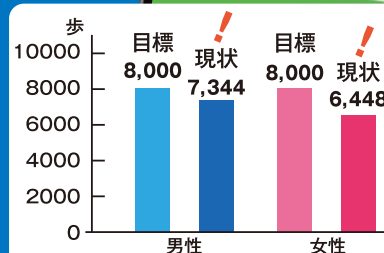
アプリのご利用は、下記のスマートフォンが対象となります。

Android

Android9.0以上

iPhone

ios11以上かつiPhone5s以降



20~64歳の1日あたり歩数
(令和4年度県民健康・栄養調査/第3期信州保健医療総合計画)

みなさんは目標歩数に届いていますか?

ウォーキング大賞は3か月間の歩数を計測!!



ランキングや観光めぐりがモチベーションアップになって普段以上にウォーキングを楽しめました。

社内でのコミュニケーションが高まりました。

楽しく歩くことができてお腹まわりがスッキリした気がします。

