

2026年事業所対抗！ ウォーキングイベント参加者募集

参加
無料

健康づくりの
取組みに！

2026年6月1日（月）～6月30日（火）

①チーム制で取り組める

社員も家族も一緒に
参加OK！
コミュニケーションの
活性化に！



②表彰のチャンスも！？

平均歩数が上位の
事業所・チームには
協会けんぽから
表彰が！



～ウォーキングアプリ～



福井県
はびウォーク2026
推奨アプリ認定！



■ご参加いただく皆さまへ■

- ・本ウォーキングイベントでは、(株)ヤクルト本社が提供するウォーキングアプリ「あるこっと」を使用します。
- ・「あるこっと」はAppStore・Google Playよりダウンロード可能です。
- ・お申込みいただいた方にはインストールマニュアルを後日ご案内いたします。
- ・「あるこっと」のダウンロードおよび利用は無料ですが、別途通信料が発生します。
- ・2026年10月にも同様のイベントを実施予定です。今回お申込みいただいた事業所様は自動的にエントリーさせていただきますが、10月の参加を希望されない場合はお知らせください。

お申込み
お問合せ

裏面の参加の流れを確認いただき、5月15日までにメールにてお申込みください。

✉ arukotto@yakult.co.jp

【主催】協会けんぽ福井支部【運営】ヤクルト本社



～「あるこっと」アプリの特長～



「あるこっと」は、歩数や歩きの質をはじめ、生活習慣とコミュニケーションを通じて、健康行動の継続を支援するアプリです。



特長1

歩数（歩きの量）だけでなく、**しっかり歩き時間（歩きの質）**を測ることができる
※中之条研究では、「少し息が弾む速さで歩いた時間（速歩き）」を中強度とし、その1日の合計時間を健康の指標としている。

特長2

生活習慣の記録機能（目覚め、排便、食事、筋トレ）を活用し、健康増進につなげることができる

特長3

チャット機能を活用し、メンバーとチャットを楽しみながらウォーキングに取り組むことができる

～「ウォーキングイベント」参加の流れ～

STEP 1

以下の必要事項を記載し、メールにて申込み



STEP 2

ヤクルト本社からインストール説明資料等が届くのでアプリインストールを開始※



STEP 3

3人1組のチームを組みSTEP 2でお送りするチーム申込表を返送



STEP 4

イベントスタート！1か月間、チームで平均歩数を伸ばして上位入賞を狙いましょう！



イベント申込の必要事項

以下5項目を記載し、メールにてお申込みをお願いします。

①事業所名
②郵便番号・住所
③電話番号
④従業員数
⑤部署名・担当者名

オンラインインストールサポート

アプリインストールがうまくいかない方向けに、各回30分のオンライン説明会を実施します（任意参加）。冒頭20分はインストールマニュアルに沿った説明を行い、後半10分は質疑応答の時間を設ける予定です。

<実施日程>

- ①5月 1日（金） 15:00～15:30
- ②5月 7日（木） 15:00～15:30
- ③5月11日（月） 15:00～15:30
- ④5月13日（水） 15:00～15:30

読み取るとZOOMの画面に切り替わります！

<ZOOM>

ミーティングID：894 5183 4246
パスコード：8960



お申込み
お問合せ

上記の必要項目を記載いただき、メールにてお申込みください。

✉ arukotto@yakult.co.jp

申込期限：5月15日（金）

