



日本の魅力を再発見！ チャレンジ・ウォーキング

対象期間中の総歩数に応じて、MY HEALTH WEBで使えるポイントがもらえます。
ポイントを貯めて、好きなアイテムと交換しよう！

100日間で100万歩をめざそう！

【達成賞】

100万歩
達成

1,000ポイント

- 70万歩達成→500ポイント
- 50万歩達成→300ポイント

W
チャンス！

50万歩以上歩いた方の中から、抽選で**200**名様に
お出かけで使える **JTB旅行券 10,000円分** が当たります。

賞品発送時期：2020年2月下旬（予定）

- ※当選者には、賞品の発送をもって発表にかえさせていただきます。
- ※賞品は日立健保登録済み住所へ発送いたします（但し、日本国内のみ）。
- ※50万歩以上達成した方全員（ご家族の方にも）にチャンスがあります。
- ※賞品の仕様は予告なく変更となる場合があります。

【参加賞】

期間中、1日でも歩数登録した場合、もれなく**100ポイント**プレゼント

【対象期間】

2019年10月11日（金）～2020年1月18日（土）全100日間

【対象者】

全加入者（被保険者および被扶養者）

【エントリー方法】

期間中、1日でもマイヘルスウォーキングに歩数登録すれば自動的にエントリー
（初めにP06のデバイス登録が完了しているか、ご確認ください）

【歩数登録期間】

2020年1月25日（土）まで

【ポイント付与】

2020年2月末時点で日立健保へ加入している方にポイント付与

※達成賞・参加賞ともに、被扶養者の方のポイントは、MY HEALTH WEB登録済みの被保険者に付与いたします。



マイヘルスウォーキング

スマートフォンまたは歩数計を使用した、WEB上でウォークラリーを楽しめるプログラムです。複数あるウォーキングマップから1つ選択して、家族や仲間と一緒に楽しく歩きながらゴールをめざします！

皆さまの声を反映し2つのマップを追加します。日本の城や富士山に関する情報が盛りだくさん！新しいマップを歩いて、日本の魅力を再発見しませんか？

新MAP



「日本の城・城跡」は
70万歩、
「富士登山」は
50万歩となります。



（画面は開発中のものであり、変更となる場合があります）

※2019年10月上旬公開予定

春のキャンペーンアンケートに多数のご回答いただき、ありがとうございました。

体を動かそう！

健康状態改善のために ③

普段の生活では運動不足になりがちですが、病気の予防や、健康的な生活をおくるのに運動は不可欠です。ここでは、マイヘルスウォーキングコンテンツから、簡単にできる「マイヘルスウォーキング」と「ウォーキング・キャンペーン」をご紹介します。まず、運動不足解消にお役立てください。