

運動不足による
健康二次被害を予防

楽しく歩きながら
タメになる情報をゲット!

秋の健康

まなびウォーク!!

対象期間

2022.10.13(木)~2023.1.20(金)

歩数登録期間 2023.1.27(金)まで



参加賞

100  ポイント

達成賞

25万歩 100  ポイント

50万歩 200  ポイント

75万歩 400  ポイント

Wチャンス

50万歩達成かつアンケートで「希望する」と回答した方の中から抽選で

全国の地方新聞社厳選
カタログギフト

200  名様に!

めざせ
75万歩!!

ヘルシー
すごろく
専用マップ



食事

睡眠

飲酒

腰痛

肩こり

高血
圧症

糖尿病

目の
疲れ

運動

ストレス
解消

生活習慣、
病気、症状改善など
ためになる
情報がたくさん!

キャンペーン詳細は、MY HEALTH WEB をご確認ください

日立健保

検索

<https://www.hitachi-kenpo.or.jp>



このバナーをクリック

