

ご参加ください！

## けんぽれん東海地区 健康ウォークWeb版



健康づくりへの取り組みとしてウォーキング  
キャンペーン（けんぽれん企画）を5月に実施  
します。いつでもどこでも参加可能です。

ふるってエントリ下さい。

開催概要、エントリ方法は次頁をご覧ください

### 参加資格

日本トランスシティ健康保険組合に加入されている皆様  
（被保険者及び被扶養者）

### 賞品

- ・参加賞 2日以上歩数登録 QUOカードPAY 300円
- ・達成賞 総歩数24万歩以上 QUOカードPAY 500円

\* 参加賞/達成賞何れかの受賞となります

\* 参加者多数の場合には抽選とさせていただきますので  
予めご了承願います

・ウォーキングに際しての事故、怪我等につきましては、責任を負いかねます。  
また参加料は無料ですが、諸費用につきましては自己負担となります。



# けんぽれん東海地区 健康ウォークWeb版



歩いて健康になろう！

当健康保険組合も加入している健保連東海地区がWebコンテンツを利用した「けんぽれん東海地区 健康ウォークWeb版」を開催します。  
当健康保険組合加入のみならずもご参加いただけますので、ぜひとも毎日の健康づくりにお役立てください。

【スポーツ庁】歩くことでプラスされる幸せ～歩く効能～



さまざまなコンテンツが  
毎日の歩数登録を楽しくしてくれます！

**バーチャルマップ**  
日本の城・城跡コース  
どこまで行ける  
でしょうか？



1日あたり  
5千歩・8千歩・1万歩  
3通りで**目標設定**！

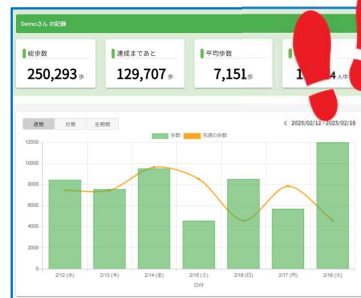
総歩数ランキング (個人)

全期間 過去7日 過去30日

集計範囲: 09/18 ~ 02/18

| 順位 | ニックネーム | 総歩数        | 平均歩数   |
|----|--------|------------|--------|
| 1位 | さん     | 1,191,463歩 | 8,760歩 |
| 2位 | さん     | 1,191,463歩 | 8,760歩 |
| 3位 | さん     | 1,182,741歩 | 8,156歩 |
| 4位 | さん     | 250,293歩   | 7,151歩 |

やっぱり少しでも  
**上位**に行きたい！  
参加者の中で、  
ランキングも  
確認できます。



歩数は**グラフ**で  
確認できます！



参加者同士で**チーム**を結成し、  
**チーム対抗戦**も開催！

チームで参加すると、  
歩数登録率が  
高くなります！

スマホ・PCで  
利用可能。  
自動と手入力の  
2通りが可能です。

チーム内での**チャット**で、  
お互い励まし合いながら  
取り組みます！

公開した日記に  
**「グッドボタン」**は  
いくつももらえる？



けんぽれん東海地区 健康ウォークWeb版 ぜひご参加ください！

**参加エントリー期間** 2026年 4月15日～ 4月30日

**実施期間** 2026年 5月1日～ 5月31日



ご参加ください！

# けんぽれん東海地区 健康ウォークWeb版



『けんぽれん東海地区 健康ウォークWeb版』は、チームを組めば仲間とともに、1か月間、「日本の城・城跡コース」をバーチャルに歩き、日記を書いたり、ランキングを競ったり、今までとは一味違う“ウォーキング”を楽しめます。参加は無料！ みなさんお誘いあわせのうえ、ぜひ参加登録をお願いします!!

**参加エントリー期間** 2026年**4月15日**～**4月30日**

**実施期間** 2026年**5月1日**～**5月31日**

**感想歩数入力期間** 2026年**6月1日**～**6月14日**

(実施期間中の歩数をさかのぼって入力できます。)

## 健康ウォークWeb版 参加するにはこのようにお願いします

### STEP 1

資格情報のお知らせ、マイナポータル等で、保険者番号、被保険者証番号を確認の上、登録ください

下記「けんぽれん東海地区 健康ウォーク」サイトにアクセスしてください。

### STEP 2

ログインの下の「今すぐ参加登録!」またはページ中段の「登録はこちら」を選択してください。

スマホの方は  
こちらから  
どうぞ!



### STEP 3

[①利用資格の確認]の「参加パスワード」にはご所属健康保険組合の「保険者番号」を入力してください。

### STEP 4

[②メールアドレスの確認]で、メールアドレスを送信し、「参加登録のご案内」メールを受け取ります。

※参加者1人ひとりに個別のメールアドレスが必要です。  
※「kenpo-net.jp」からのメールを受信できるように設定してください。

### STEP 5

メールから[③参加登録]ページにアクセスし、登録情報を入力し、登録を完了させてください。

※ログアウト後、再ログインするには、登録したメールアドレスとパスワードの入力が必要となります。



### STEP 6

実施期間中、日々の歩数や体重、日記を記録したり、バーチャルマップを楽しんだりし、ウォーキングに取り組みます。スマートフォン向けアプリ「RenoBody」とアカウント連携すると、歩数を自動更新することができます。

※1日の歩数の入力上限は50,000歩、チーム人数の上限はありません。

RenoBody  
登録手順動画は  
こちら

