

目指せ！プラス1000歩！ 今すぐ申込を！

ウォーキングチャレンジ月間

新型コロナウイルスの影響で活動自粛が続いていますが、運動不足になっていませんか？
活動自粛で活動量が減ることによる、筋力低下が問題視されています。職場仲間や家族とウォーキングにチャレンジしましょう♪

注目!

目標達成者の中から、抽選で豪華賞品プレゼント！

特賞 選べるカタログギフト

全農グルメ or 豪華グッズ

**A賞
クオカード**



B賞

Pepポイント
1,000円相当

個人部門4名、チーム部門全12チーム
に当たる！ ※参加チーム数により変動する場合があります

全員プレゼント
ポイント
PepUp (200円相当)

運動不足かも…



農協健保の
4.0人に1人は
メタボ・メタボ予備群です

1日10分
増やせば
達成でき
るね！



PepUpに
登録すると
おトクだね

実施期間：10月1日(金)～10月28日(木)

申込方法：申込用紙を9月30日(木)迄に健保へ送付

対象者：被保険者及び被扶養者

内容：日常歩数の1000歩アップを目標に、歩数計やスマホ等を利用して、4週間毎日記録を行います。

参加部門：①個人部門 ②チーム部門：A.職場・B.家族
*A,Bの重複不可

茨城県農協健康保険組合



←詳細はこちらから