

## ウォーキングキャンペーン参加方法

## 1 市町村おススメ観光スポットウォーキング

- ① 神奈川県「マイME-BYOカルテ」に登録  
(登録済の方は②へ)



[新規登録はこちら](#)

(または「まいみびょうかるて」で検索してください)

- ② ウォーキングアプリをスマートフォンにダウンロード  
(どちらのアプリにも同じウォーキングコースが掲載されていますが、  
特産品の抽選は「aruku&」のみです)



「aruku& (あるくと)」(株式会社マピオン)



「Linkx aruku (リンククロス アルク)」  
(損保ジャパン日本興亜ひまわり生命保険株式会社)

- ③ 「マイME-BYOカルテ」とウォーキングアプリを利用して、  
県内の観光スポットを楽しくウォーキング！
- ④ マイME-BYOカルテに体重・血圧、健康診断の結果などを  
記録して、ウォーキングの効果を確認してください



詳細は <http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f532715/p1156872.html> を  
御覧ください。

## 2 企業対抗ウォーキング

- ① 次の神奈川県ホームページからエントリー

<http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f532715/p1167703.html>



- ② 参加者（従業員やその御家族）は「マイME-BYOカルテ」のスマートフォンアプリをダウンロード



- ③ 参加者は「マイME-BYOカルテ」に登録し、県からお知らせする4桁の「所属コード」を入力

- ④ 参加者はスマートフォンを持ってウォーキング

- ⑤ 県が参加者の歩数を企業ごとに集計して、ランキングにします

(イメージ)

【平成29年9月30日～10月6日】

順位	企業名	平均歩数 (歩/日)	参加者数
1	A社	8,214 歩	120 人
2	B団体	8,012 歩	31 人
3	C社	7,519 歩	295 人
4	D団体	7,208 歩	89 人
5	E社	6,123 歩	54 人