

令和5年9月1日

報道関係者 各位

PRESS RELEASE



チャレンジ100万歩 with ピンクリボンキャンペーン2023

ウォーキングは日常生活の中で気軽にできる「運動」で生活習慣病や認知症予防などに効果があるとされています。身近な仲間と参加、個人での参加、どちらでも可能です。10年続いたチャレンジ100万歩ですが、今年が最終回となります。参加賞はもちろん、達成賞もご用意しております。是非、ご参加ください。

■実施日 10月1日(日)～31日(火)

- ルール
- ・チームを編成する(1チーム5人まで、掛け持ち不可。)
 - 個人での参加、5人以下のチームでの参加も可能。
 - ・31日間で、1人20万歩。チーム合計100万歩にチャレンジ。
 - ・歩数の記録(実施状況)は、自己申告とする。
 - ・歩数計は各自で用意をお願いします。

■募集期間 9月1日(金)～14日(木)

■申し込み方法

申込用紙に必要事項を記入の上、健康推進課、各支所・出張所の窓口を持参または、FAX(79-3934)かメール(健康推進課:k070700-001@city.kinokawa.lg.jp)で申し込み。

※申込用紙は、健康推進課、各支所・出張所の窓口などに設置しています。市ホームページ(<https://www.city.kinokawa.lg.jp/kenko-navi/challenge100.html>)からもダウンロード可。

■結果報告 代表者に郵送でお知らせします。

【本件に関する問い合わせ先】

和歌山県 紀の川市役所 市民部 健康推進課 担当:道端・峰野

TEL:0736-77-0829 FAX:0736-79-3934 E-MAIL:k070700-001@city.kinokawa.lg.jp

