

健康アプリ「あるとつく」を活用した

# 令和8年度第1回職場対抗戦 開催決定！

県では、健康寿命日本一の実現に向けて、県民のみなさんの運動習慣定着を支援するため、機能を充実させた、健康アプリ「あるとつく」を活用した職場対抗戦を開催します。

今回の職場対抗戦は、「**平均歩数**」で競います。

健康アプリ「あるとつく」を活用し、職場の仲間と励ましあいながら、ウォーキングや健康イベントに挑戦してみませんか？

皆様ぜひダウンロードして、「みんなで歩いてお得に！健康に！！」



**応募資格**：「あるとつく」に登録しており、かつ県内の職場で働いていること

**応募方法**：5～25人のグループをつくり、リーダーがアプリから申込む

**応募期間**：4月13日（月）～5月8日（金）

**実施期間**：5月18日（月）～6月30日（火）

**審査基準**：グループごとの平均歩数で順位を決定する。ただし、グループメンバー1人当たりの1日の歩数は8000歩を上限として集計する。

なお同じ平均歩数となった場合の順位は以下の優先順とし、

②でも同順の場合は事務局による抽選で決定する。

①参加人数が多いグループ

②開催期間中の獲得ポイント\*のグループ平均が多いグループ

\*歩数だけでなく、すべてのポイントプログラムが対象

**申込み忘れにご注意**

## 豪華賞金は以下のとおり！

1位 賞金5万円 2位 賞金4万円 3位 賞金3万円  
4位 賞金2万円 5位 賞金1万円 6位～10位 賞金8千円

## 参加特典100ポイント & おうえん企業賞もあり！

おうえん企業賞とは、健康寿命日本一おうえん企業に協賛いただき、20位、30位、40位、…100位、150位、200位、250位、300位までの飛び賞に賞品を贈呈します。おうえん企業賞の詳細は確定次第ホームページでお知らせします。

「あるとつく」  
ダウンロードは  
こちらから



## ～参加者の声～

- ・普段から通勤も歩くようにし、健康により気をつけるきっかけとなった
- ・お昼休みに散歩することが日課となった
- ・部署を超えたコミュニケーションにつながった
- ・体重や血圧が下がった



申込方法等は  
こちらから  
(大分県HP)



健康経営事業所

認定項目5

に該当します！事業所ぐるみで健康増進を！

【問い合わせ先】 大分県福祉保健部 県民健康増進課 健康寿命延伸班

TEL:097-506-2777 FAX:097-506-1730