

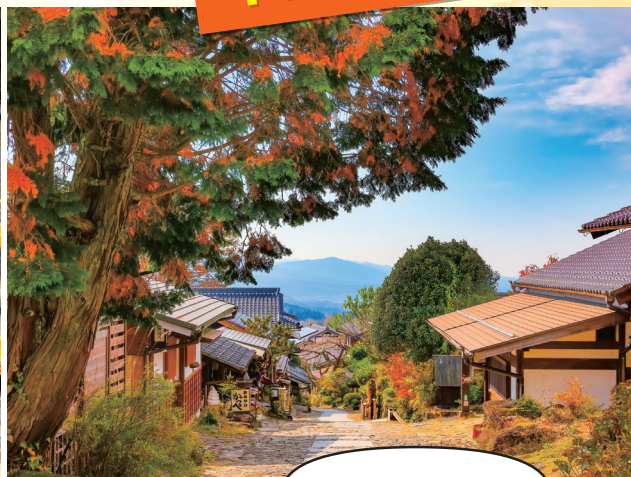
岐阜繊維健康保険組合

ウォーキングキャンペーン

2026 秋

歩数の分だけバーチャルで旧街道巡り!

中山道コース



スマホで簡単!

対象者

被保険者・被扶養者

参加エントリー期間

2026年 9月15日～ 9月30日

ウォーク実施期間

2026年 10月1日～10月31日

感想・歩数入力期間

2026年 11月1日～11月14日

※実施期間中の歩数をさかのぼって入力可能



歴史好きさんも、そうでない人も **思わず歩きたくなる工夫**がいっぱい

歩数ランキング

歩数ランキング (個人)			
過去7日	過去30日	全期間	
累計歩数の合計(0~11)			
順位	ニックネーム	歩数	平均歩数
1	ですと太郎さん	699,993歩	99,999歩
2	ほうげんさん	23,617歩	5,904歩
3	つつのさん	10,345歩	10,345歩

少しでも**上位**にいきたい!
参加者の中でのランキングも
チェックできます。

チーム対抗戦



参加者同士で**チーム**を結成し、
チーム対抗戦も開催します。

チャット機能



チーム内での**チャット**で、お互いを
励まし合いながら取り組みます。

日記



日記を公開して「**グッドボタン**」
をたくさんもらいましょう。

さらに! 当健保組合加入者のみなさんへの**特典**をご用意しています♪

エントリーは
こちらから



岐阜繊維健康保険組合 健康ウォーク

どちらでもOK!



特典は何?エントリー方法の詳細も…

次ページをご覧ください

ウォーキングキャンペーン 2026 秋

特典

最大
1,500円分を
ゲット!

参加した方全員に

QUOカードPay 500円分
+

さらに、以下の条件クリアで追加贈呈!



- ① 総歩数24万歩※を達成した方 500円分 ② ゴールできた方 500円分
※平均歩数8,000歩/日 (総歩数30万歩を達成した方)

無理なく
たくさん歩く
コツ

- エレベーターやエスカレーターは使わず、階段を積極的に利用
- 駐車場では、あえて入口から遠い場所に車を停める
- 通勤がバスや電車の場合、1つ手前のバス停や駅で降りて歩く
- 昼休みに会社の敷地内をぐるぐる散歩してみる

参加方法

STEP
1

「岐阜繊維健康保険組合ウォーキングキャンペーン」サイトにアクセスしてください。

<https://mhwalk.healthlog.jp/gifuseni/>



STEP
2

ログイン表示の下にある **今すぐ参加登録!**

スマホの方はこちらからどうぞ▶

またはページ中段の **登録はこちら!** を選択してください。

STEP
3

「**利用資格の確認**」の「参加パスワード」に
保険者番号「****03**」と入力してください。

※マイナ保険証をお持ちの方は「マイナポータル」または「資格情報のお知らせ」、
マイナ保険証をお持ちでない方は「資格確認書」で番号をご確認ください。



STEP
4

「**メールアドレスの確認**」にご自身のメールアドレスを
入力し送信、「参加登録のご案内」メールを受け取ります。

※参加者一人ひとりに個別のメールアドレスが必要です。
※「kenpo-net.jp」からのメールが受信できるように設定してください。



STEP
5

届いたメールに記載の「**参加登録**」ページにアクセスし、
指示に従って登録情報を入力し、登録を完了させます。

★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
パスワードが必要になりますので、**パスワードは忘れないようにしましょう。**

ブラウザ上で保存することをおすすめします。



STEP
6

実施期間中は日々の歩数や体重、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。

みなさんのご参加
お待ちしております

どちらでもOK!



参加エントリー期間

2026年 9月15日～ 9月30日

ウォーク実施期間

2026年 10月1日～10月31日