

令和7年7月

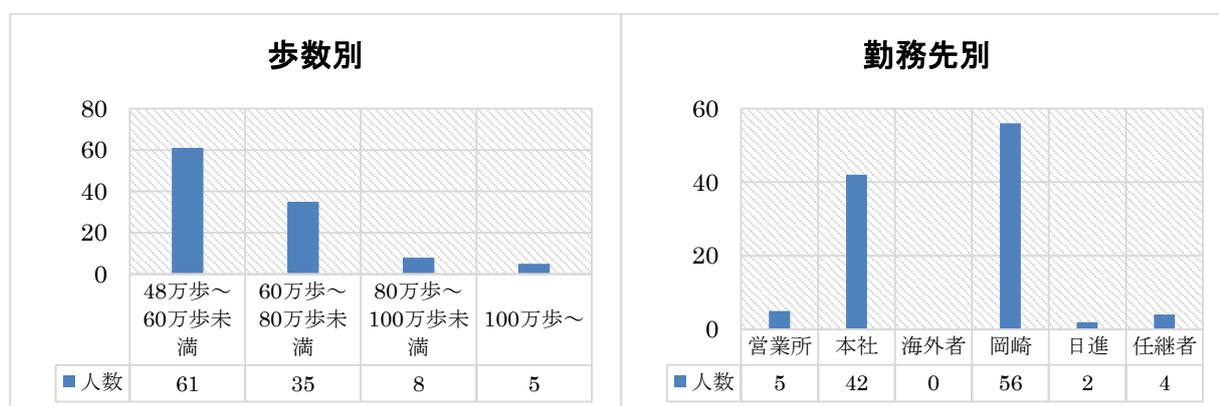
マキタ健保組合加入者の皆様へ

マキタ健康保険組合

令和7年度第1回ウォーキングキャンペーン結果のお知らせ

平素は、健康保険組合の事業運営にご理解ご協力をいただき、誠に有難うございます。

令和7年5月1日から6月29日まで実施しました「令和7年度第1回60日間で48万歩ウォーキングキャンペーン」にご協力いただき有難うございます。参加された皆様お疲れ様でした。48万歩以上を達成され記録表を提出された皆様には、完歩記念品を準備が整い次第、職場へ発送いたします。



「100万歩以上達成者」

氏名	職場名	歩数
蒲野 充 様	資材課	1,272,750
井川 英彦 様	第22工作課	1,259,278
市川 博明 様	量産設計1課	1,039,920
匿名	試作1課	1,028,866
匿名	資材課	1,025,604

「平均歩数」

令和6年度第2回	平均 665,436 歩 (参加者 106 名の合計歩数 70,536,254 歩) (初参加 17 名)
令和7年度第1回	平均 621,661 歩 (参加者 109 名の合計歩数 67,761,079 歩) (初参加 19 名)

「お知らせ」

マキタ健保主催	第1回ウォーキングキャンペーン 10月1日(水)から11月29日(土)までの60日間で48万歩の予定です。
---------	--

「お寄せください」

より多くの皆様に楽しく参加していただくため、お勧めのウォーキングコース・ウォーキング方法をお寄せください。皆様へ紹介させていただきます。 マキタ健保 大竹まで (直通 TEL0566-97-1715 内線 2731)

「意見感想」

最終週末にイベントで目標の 48 万歩を達成することが出来ました。毎日の積み重ねの大切さを痛感しました。

ウォーキングキャンペーンに参加して土曜日曜も意識して歩くようになりました。

健康意識が高まりました。

最近このウォーキングキャンペーンに参加する事がルーティンになってきました。春先は花粉症の影響で外出が出来ず運動不足が顕著になり体重も MAX になっていましたが、ウォーキングを始めて徐々に減りはじめてきました。これからも自分自身の健康管理のためウォーキングを続けたいと思います。

意識で歩数が大きく変わります。キャンペーンを活用して運動に取り組みました。

普段 8000 歩も歩いていなかったのに、8000 歩を超えるように意識しました。

初参加ですごく楽しかったです。毎日子供たちと歩く習慣になり、土日もしっかり歩く事を心がけ、おかげで家族ともゆっくり話せる時間が作れて良かったです。今から暑くなりますが時間帯を変更して継続していきたいです。

健康維持のため、奮ってご参加くださいますようお願い申し上げます。