

高知家 ワーク・オア・キック チャレンジ

職場対抗

キャンペーン
特設サイト



同僚3人1組で
改善しよう！

肥満・運動不足を

共闘

11.15 START

優勝賞品
商品券10万円分



詳しいルール説明、エントリー方法は裏面をチェック!! →

予告

2025年
2月
中旬頃

Let's **レコ活!** チャレンジ 開催!!

詳細は特設サイトにて!!

イベント概要

職場内で3人1組のグループを組み、期間内にどれだけ多くのポイントを稼げるかを競う健康増進イベント!スマートフォンアプリ「高知家健康パスポート」を使用して歩数・血圧・体重を記録するとポイントゲット!ポイント数に応じて順位を付け、上位300チームには豪華賞品をプレゼント!!

※同じ職場(企業)以外の方とはグループを作成することはできません。

【エントリー期間】
10月22日～11月15日

【チャレンジ期間】
11月15日～12月16日

ルール

歩数

1日の歩数に応じてポイントを付与。

6,000～7,999歩=1P

8,000～9,999歩=2P

10,000歩～=3P

血圧・体重記録

期間中毎日血圧と体重を記録すると

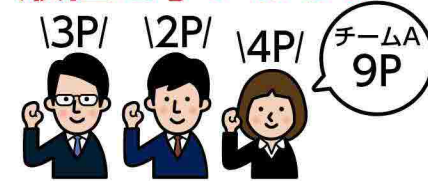
最大64P

例) 5日間体重記録⇒5P

5日間体重・血圧記録⇒10P

※血圧はお近くの健康づくり支援薬局でも測定できます。

ポイントの合計で
順位を争います!



12月16日集計終了時点の合計ポイントでランキングを決定します! ポイント数で並んだ場合は歩数に応じて順位付け。

- ・ランキングは毎週火、金に特設サイトで発表します(上位300グループ)!
- ・各グループのポイント数は特設サイトにて発表され、順位を全員で共有できます!

上位入賞で豪華賞品GET!!

1位 / 10万円分の商品券

2位 / 5万円分の商品券

3位 / 3万円分の商品券

4～10位 / 高知県の特産品1万円分

●11～100位 / QUOカードPay9,000円分 ●101～300位 / QUOカードPay1,500円分



高知県内の量販店またはスポーツ用品店の中から好きな商品券をお選びいただけます!!



※イラスト画像はイメージです

エントリー方法

Step1

高知家健康パスポートアプリをダウンロード
(機種によって使用できない場合があります)
ダウンロード時に通信料が発生する場合がありますので、ご注意ください。



Step2

高知家健康パスポートアプリ
ホーム画面から
「アプリ内イベント開催!」をタップ!!



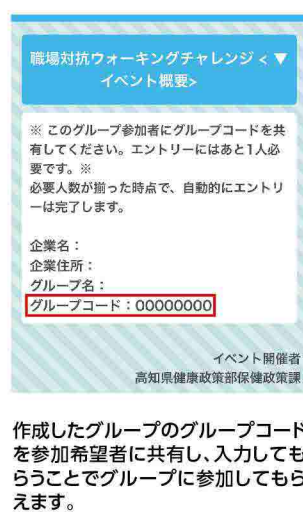
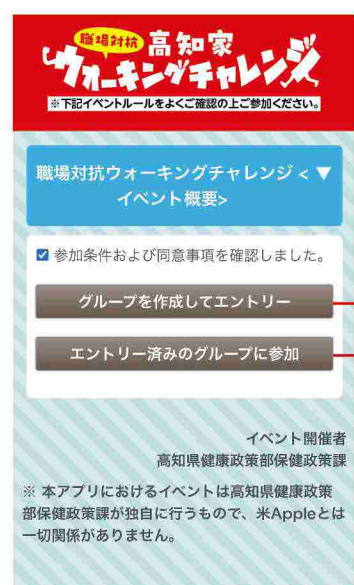
Tap!

Step3

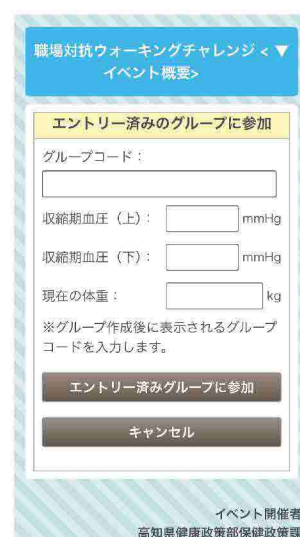
新たにグループを作成するか、
エントリー済みのグループに参加するかをお選びください。

Step4

必要情報を入力してグループを作成してください。
作成したグループのグループコードを参加希望者に入力してもらい、3人揃えばエントリーできます!!



作成したグループのグループコードを参加希望者に共有し、入力してもらうことでグループに参加してもらえます。



作成済みのグループに参加する場合は作成者にグループコードを共有してもらい、入力することでエントリー。

グループに3人揃えば
エントリー完了!

