

第3回

イベント開催期間:2025年2月1日(土)~2025年2月28日(金)

エントリー期間: 2025年1月16日(木)~2025年1月31日(金) チーム作成期間: 2025年1月16日(木)~2025年1月31日(金)

個人向け健康ポータルサイト「MY HEALTH WEB」で参加できます。まだ登録されていない 方は、今すぐ「MY HEALTH WEB」を登録してください。

実施概要

- ●参加対象者は、グンゼ健康保険組合の被保険者・任意継続被保険者となります。
- ●参加方法は、個人戦およびチーム戦です(エントリーを行うと個人戦に、その後はチーム戦にも併せて参加ができます)。
 ●チーム戦では、1つのチーム(5~10人)にのみ参加することができます。
- ●歩数の記録方法は、スマートフォンアプリ「MHWアプリ」の歩数連携機能、および手入力でMYバイタルに記録してください。歩数連携機能は裏面をご覧ください。
- 両方使用されている場合は、大きい値がランキングに反映されます。
- ●1日の歩数は、「15,000歩」を上限とします。
- ーエントリー前の歩数は、集計対象外です。

〉〉〉賞品

参加賞:1,000円分のQUOカードPayがもらえる (個人戦にエントリーし、20日以上歩数を記録した方が対象)

◆個人賞:イベント開催期間中、総歩数160,000歩(目安として20日×8,000歩)以上の方に追加で「QUOカードPay」 ◆チーム賞:イベント開催期間中、1日あたりの平均歩数上位5チームの参加者にさらに追加で「QUOカードPay」

>>> MY HEALTH WEB の登録はこちらから

https://gunze-kenpo.mhweb.jp



①以前、送付しました通知書に記載されている「ログインID」「初期パスワード」を入力してください。 「ログインID」「初期パスワード」が不明な場合は、再発行できます。

https://gunze-kenpo-oauth.mhweb.jp/oauth/pw_remind/reissue



 ②入力後、本登録画面に遷移しますので、「新しいパスワード」と「メールアドレス」を入力してください。
 ※パスワードは、「半角の数字・英大文字・英小文字」をすべて使用し、「8文字以上16文字以内」で登録してください。記号は使用できません。また、 生年月日など他人に推測されやすい文字列は避けてください。
 ③入力後、再度ログイン画面に遷移しますので、「ログインID」「新しいパスワード」を入力してください。

グンゼ健康保険組合

>>>> アプリのダウンロードはこちらから





参加方法(個人戦)

App Store

- MHWにログイン後、トップページ内の「歩Fes.エントリー受付中」の バナーを選択し、エントリーページに進みます。
- エントリーページでは「ニックネーム」を入力し、「エントリーする」 を選択します。
- ③ エントリーが完了します。
 - これで、個人戦へのエントリーが完了しました。チーム戦に参加する 場合は、裏面をご覧ください。



参加方法(チーム戦)

Aテームを作成する(チーム戦:5~10人、作成期間:1月31日まで)

- ① チームを作成してチーム戦に参加するには、エントリー完了ページの 「チーム作成」 を選択します(画面のAを選択してください)。
- ② チーム名称を入力し、「チームを作成する」を選択します。
- ③ チームの作成が完了します。完了後、チームIDが付与され、チーム戦への参加が 完了します。メンバーにチームIDを伝えて、チームに招待しましょう。

B 既存のチームに参加する

(チーム戦:5~10人、1月31日までは参加や脱退が可能)

- ① 既存のチームに参加するには、エントリー完了ページの「既存のチームに参加」 を選択します(画面のBを選択してください)。
- ② 参加したいチームのメンバーから受領したチームIDを入力し、「チームに参加する」 を選択します。
- ③ 既存チームへの参加とチーム戦への参加が完了します。

C個人戦のみに参加する

① 個人戦のみに参加するには、エントリー完了ページの「イベントページへ」を 選択します(画面のCを選択します)。

バイタルデータの連携について

WY HEALTH MENN TOP MYJTY 914

エントリー内容の編集

イベントTOPへ戻る

・ ムを作成する場合は、「新たにチーム作成」ボタンか

ゲームを作成する場合は、1900年、 合作症してください。 取りのテームへ参加する場合は、「チームID」が必要にな のます。参加したいチームのメンバーから招考メールを受 信するか、チームIDを受け取り、「最存のチームに参加」 ボタンからチームに参加してください。

チーム作成期間: 0000/00/00 ~ 0000/00/00

個人で開催期間中の総歩数を競う「個人戦」の 討抗で総歩数の平均値を競う「チーム戦」へ参加するこ ANAL CMPAGEのイロ道を成う「デーム転」へ参加することができます。 自身でチームを作成するか、他の参加者が作成した既存チ ームへ参加することで「チーム戦」に参加することができ

エントリーが完了しました。

チーム戦に参加する

スマホアプリに記録された歩数や血圧などのヘルスケアデータを、過去最大30日分「MYバイタル」に記録・更新することができます。記録・ 更新は任意のタイミングで行います。

【 iPhone の場合 】

