



目標 /
1日平均歩数
8,000歩

第1回歩Fes.(あるふえす) ウォーキングイベントを開催します!



- エントリー受付期間
令和5年10月16日(月)～10月31日(火)
- イベント開催期間
令和5年11月1日(水)～11月30日(木)
- 歩数連携締切日
令和5年12月7日(木)



スマホでも
MHWアプリが
使用できます

個人戦・チーム戦のランキング上位の方に素敵なプレゼント!
さらに共済組合が定めた目標を達成した方にも抽選で素敵な
プレゼント!

MY HEALTH WEB 公式アプリ(無料)のダウンロードはこちらから



二次元コードで検索する場合は下記をスキャン
手動で検索する場合は「AppStore」または「GooglePlay」内で「MHWアプリ」を検索



iOS 13 以降



Android OS 9以降



参加方法は
次頁を
ご覧ください

お問合せ先

「MY HEALTH WEB」ヘルプデスク TEL:03-5213-4467

9:00～17:00(土日祝日除く)

お問い合わせの際は、長野県市町村職員共済組合の被保険者記号番号をお伝えください。
当事業は株式会社法研に委託しています。株式会社法研は「プライバシーマーク」使用の許諾事業者として認定されています。



本文中に記載されている会社名、製品名等は、各社の登録商標または商標です。本文中ではTM、®マーク等は明記していません。
※Apple、Apple ロゴ、iPad、iPhone、Safariは、米国及び他の国々で登録された Apple Inc. の商標です。 ※iPhone商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されています。
※iOS商標は、Cisco Systems, Inc.のライセンスに基づき使用されています。 ※App Storeは、Apple Inc.のサービスマークです。
※Google、Android、Google Chrome、Google Play は、Google Inc. の商標です。 ※Google PlayおよびGoogle Playロゴは、Google LLCの商標です。



● MY HEALTH WEBへログイン後、TOPページ内バナーよりエントリーページに遷移。



● イベント概要ページの「エントリーする」ボタンをクリック。

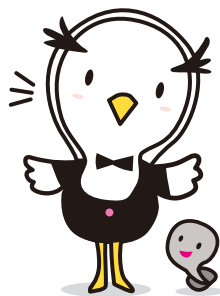


● ニックネームを入力し、「次へ」ボタンを押下し、画面の指示に従って進みます。



● エントリーが完了。チーム戦に参加したい方は、「新たにチームを作成」もしくは「既存のチームに参加」をクリックします。続きの操作は、下記【A】【B】②③をご参照ください。

イベント開催までお待ちください。



[イベントページ]



<チーム戦に参加する場合>

1チーム 4~6名

【A】チームを作成する(チーム戦)



① イベント概要ページの「チームを作成」ボタンをクリック。



② 画面の指示に従い「チーム名」「チームエンブレム」を設定。



③ チームが作成されチーム戦への参加が完了。「チームID」を仲間に伝え、チームに招待しましょう。

【B】チームに参加する(チーム戦)



① イベント概要ページの「チームに参加」ボタンをクリック。



② 参加したいチームの「チームID」を入力し、「検索」ボタンをクリック。



③ 表示されたチームに参加する場合は、「参加する」ボタンをクリックし、チーム戦参加が完了。