



目標/  
1日平均歩数  
8,000歩

# 第2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6年5月15日(水)~5月31日(金)
- イベント開催期間  
令和6年6月1日(土)~6月30日(日)
- 歩数連携締切日  
令和6年7月7日(日)



スマホでも  
MHWアプリが  
使用できます

共済組合が定めた目標を達成したら  
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



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、Google Playロゴは、Google LLCの商標です。 ※QRコードは株式会社デンソーウェブの登録商標です。





● 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。

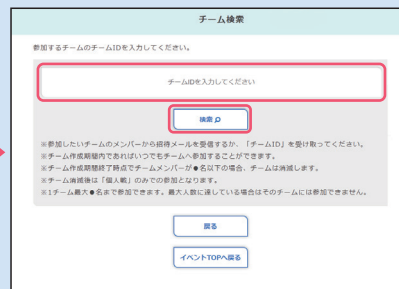


③ チームが作成されチーム戦への参加が完了。「チームID」を仲間に伝え、チームに招待しましょう。

### 【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。