



第5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

2025年10月16日(木)～2025年10月31日(金)

■イベント開催期間

2025年11月1日(土)～2025年11月30日(日)

■歩数連携締切日

2025年12月7日(日)

スマホでも
MHWアプリが
使用できます

目標達成者および目標達成チームには
MYポイントを**600ポイント**進呈！

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、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ーブの登録商標です。

歩数連携方法は
こちら



MY HEALTH WEBの最新情報からもご確認いただけます。

ウォーキングイベント「歩fes.」参加方法

PC・スマートフォン・タブレット端末対応



●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 4～8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。

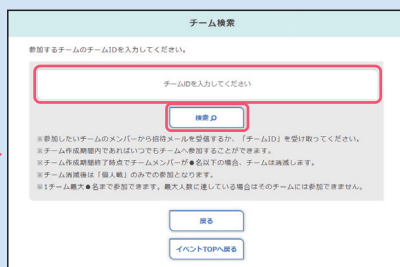


③チームが作成されチーム戦への参加が完了。「チームID」を仲間に伝え、チームに招待しましょう。

[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。

※掲載の画面はイメージです。実際とは異なる場合がございます。