

個人対抗ウォーキングイベント結果について 健康づくりの良いキッカケとなったと喜びの声がありました

コロナ禍で多くの人が運動不足に見舞われており、竜王社会保険委員会においても健康づくり事業ができない状況の中で、何か健康増進策はないかと考えたのが、今回の個人対抗ウォーキングイベントであります。2022年11月1日から11月30日の1カ月間の合計歩数を競うもので、賞品も用意しました。

登録者数68名、実入力者数57名うち、上位30名位の方がほぼ毎日入力をしていただきました。週3日以上の入力をしていただいた方を有効人数として計算すると平均24万歩強で、1日あたり8,189歩。平均的な日本人の1日あたりの歩数は男性で6,793歩、女性で5,832歩（厚生労働省調査）と平均よりも多い結果となりました。

ところで、1位の方は、1日あたりの平均歩数が17,690歩という結果です。

参加者からは、健康づくりの良いキッカケとなったと喜びの声もありました。

なお、歩数結果30位までで（賞品贈呈対象者で公表了解）については次のとおりです。

来年度も、実施を予定していますので、多くの方のご参加をお願いします。

2022年11月1日～11月30日の合計歩数

順位	登録番号	歩数合計	名前
1	R0027	530687	詩人のふくいえき
2	R0013	506953	K T
3	R0025	474103	七人
5	R0008	365108	ダンゴ
10	R0044	306585	むつき課
15	R0055	214552	ふえりしあ
20	R0014	182589	N Y
25	R0001	112035	む～たんウオーク
30	R0011	85498	けまりり

