

2026年9月14日

トプコン 健康保険組合

『ウォーキングキャンペーン』実施のお知らせ

生活習慣病の予防と健康的な生活習慣の実践を目的として、1日10,000歩を目標とした

「ウォーキングキャンペーン」を実施いたします。

通勤時や休憩時間、休日の散歩など、日々の生活の中で楽しみながら健康づくりに取り組んでみませんか？

今年も参加者の皆さまを対象に、達成状況に応じて「完歩賞」・「努力賞」として **QUOカード** をご用意しております。

さらに、完歩賞・努力賞の対象者の中から抽選で、**特定保健用食品（トクホ）飲料**が当たる「特別賞」もご用意しています。

健康づくりの第一歩として、ぜひご参加ください。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

ウォーキングキャンペーン実施要領

1. 実施期間 : 2026 年 10 月 1 日～11 月 30 日（2 ヶ月間）
2. 対象者 : トプコン健康保険組合の被保険者及び20 歳以上の被扶養者
3. 参加費 : 無 料 ※歩数計等は、各自でご準備ください。
4. 各賞と賞品 :
 - 1)『完歩賞』: 一日平均 10,000 歩達成 QUOカード 2,000 円分
 - 2)『努力賞』: 一日平均 7,000 歩達成 QUOカード 1,000 円分
 - 3)『特別賞』: 『完歩賞』『努力賞』の対象者の中から抽選で20名の方に
①～③のいずれかを進呈
 - ① サントリー伊右衛門特茶 24 本
 - ② サントリー黒烏龍茶 24本
 - ③ サントリー胡麻麦茶 24 本

5. スケジュール :

9月30日（火）	: 13：00申込締切
10月 1日（水）	: 『ウォーキングキャンペーン』開始
11月 30日（日）	: 『ウォーキングキャンペーン』終了
12月 4日（金）	: 記録表提出締切
12月下旬予定	: 各賞を送付

6.申し込み方法

こちらから各自入力して下さい。=> [2026年度 ウォーキングキャンペーン参加申込](#)
申込締切 9月30日（水）13時まで

記録表について

トプコン健康保険組合ホームページの健保ニュース第 571号に添付（Excel）されてい
ますので、ご利用下さい。（[健保ニュース 第571号『ウォーキングキャンペーン』実施の
お知らせ | トプコン健康保険組合](#)）

7.注意事項

「ウォーキングキャンペーン」への参加にあたり、現在治療中の方や、高血圧、糖尿病、心臓病等で健
康面に不安のある方は、事前に専門医またはかかりつけの医師にご相談下さい。

※ご不明な点などがありましたら、トプコン健康保険組合にお問合せ下さい。

電話 03-3966-1244