



めざせ！毎日1万歩運動



ご案内・申込書(新規参加者用)

こんな人におすすめ！！

気軽に健康づくりに取り組みたい！

生活習慣を見直したい

グループで体力づくりに取り組みたい♪



【事業内容】

- 活動量計又はスマートフォンを身に付けて生活ウォーキングを各自で実施
- 歩数等のデータ送信
(市役所、各公民館、駅、体育センター、自然学習センターに設置)
併設されている体組成計で体組成測定・保存ポイント付与
- 過去のデータ閲覧

貯まったポイントで
商工会が発行する
商品券が当たる！？



ポイント付与



過去の
データ閲覧



活動量計の
データ送信



この案内は、市が指定する活動量計又はアプリをダウンロードしたスマートフォンを身に着けてウォーキングを実施する参加者を新たに募集するものです。
令和6年度までの継続参加者はこの申込みは不要です。

【参加条件】

- ・北本市在住または在勤・在学で、**18歳以上**の人。(令和7年度中に18歳になる人を含む)
- ・健康上、歩くことに支障がない人(運動制限がない人)
- ・市が指定する活動量計をシステム会社から購入する人
- ・定期的に歩数データ送信や体組成測定ができる人
- ・本事業の「同意書兼参加申込書」の内容に同意いただける人

【参加費用】(活動量計の購入費用を実費負担していただきます)

3,410 円(税込) 活動量計をお渡しする際にお支払いください。

※スマートフォンアプリの場合は無料



【申込方法】

右ページの申込書を記入し、健康づくり課に直接持参または郵送してください。

申込期間:令和8年3月31日(火)まで

*上記期間内、月～金曜日(祝日除く)
8:30～17:15

こちらからも
申込みできます



◎お申込み後、活動量計をお渡しする際に、使用方法などの説明を行います。日程については、お申込みの際にご相談いたします。

【問い合わせ】

北本市役所健康づくり課健康推進担当(〒364-8633 北本市本町1丁目111番地)
電話:048-511-7704(直通) 8:30～17:15(土日祝日を除く)

参加者の皆様から、メッセージを募集しています！！

かざすくんのお知らせ画面を利用して、『今の思い、伝えたいこと』など共有して、皆様が笑顔で過ごせるようにと考えています。
たくさんのメッセージをお待ちしております！



同意書 兼 参加申込書

- 1 本事業に自己の責任として参加し、日々のウォーキング時に、万一事故が発生した場合においても、主催者である市に対して責任を問いません。
- 2 事業効果の検証を目的とした下記測定データの利用について同意します。
 - (1) 歩数データ
 - (2) 体組成測定データ
 - (3) 医療費データ(国保加入者のみ)※測定データや医療費の個人情報は、「北本市個人情報保護条例」に基づき厳重に管理し、事業効果の検証以外には一切使用いたしません。また、データの分析・公表に当たっては統計的に分析処理を行い、個人が特定される情報を使用することはありません。
- 3 本事業の利用期間内に、サービスを中断またはサービスの全部または一部の提供を終了する場合においても、主催者である市に対して責任を問いません。
- 4 本事業について、実施期間中は継続的に参加し、日々の健康づくりに積極的に取り組みます。

私は、本事業への参加にあたり、上記の事項について同意の上申込みいたします。

北本市長 あて

年 月 日

ふりがな			
氏名			
自宅住所	〒		
電話番号			
生年月日	年 月 日	年齢	歳
性別	男 ・ 女 ・ その他	身長	. cm
参加方法	☐ 活動量計 ☐ スマートフォンアプリ		
メールアドレス※1			
勤務先等※2			
勤務先等住所※2	北本市		

※1 スマートフォンアプリで参加する人は記入してください。

※2 北本市外に住所があり、北本市内に在勤・在学の人は記入してください。