

家族みんなで参加しよう!

チャレンジ!  
プラス  
1000歩

一人ひとりの  
健康意識の  
向上

やまがた

# 健康長寿日本

## プロジェクト 2024

楽しむ  
見る 学ぶ

やまがた **健康フェア2024** 9/28(土)・29(日) 10:00~16:00  
(29日は15:00まで)

参加無料

会場 **イオンモール天童** 1F・2Fいろんなところで開催!

ミニステージ

みんなで健康体操  
減塩メニュー紹介など

啓発パネル展示

キッズコーナー

輪投げ & 健康お菓子の  
つかみ取り

キーワードラリー

セミナー

がん・循環器病・糖尿病  
などの医療系セミナー

企業タイアップ

実践講座

●気軽にできる健康体操  
●実践講座

健康クイズ大会

出展者コーナー

※イベント内容の詳細は、後日決定のため変更になる場合がございます。

運動

## やまがた健康長寿日本ー ウォーキングWEB大会

期間:令和6年5月11日(土)~11月末

■エリア/山形県全域

■対象者/山形県内に在住の方

※アプリのダウンロードや利用時にかかる通信料は各自負担ください。

参加無料

ウォーキングアプリ「aruku&」を利用し、県民のみなさんが日々健康づくりに取り組んでいただくことを目的として実施いたします。

参加方法

1 ウォーキングアプリ「aruku&」をダウンロード  
下記二次元コードを読み取る!

団体コード「06ykf」が入力された状態でダウンロードできるよ!



2 アプリをダウンロード  
します。起動後『はじめて  
使う方』を選択します。



3 個人情報の取り  
扱いについて確認  
後、同意します。



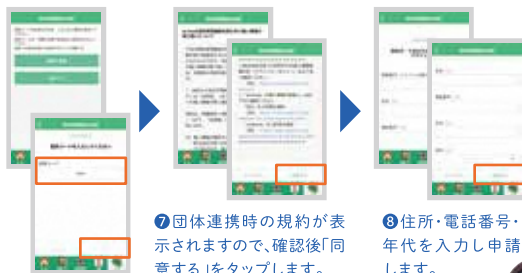
4 ニックネーム  
等、プロフィール  
を入力します。



5 V-POINTカードをお持ちの方は  
Yahoo!JAPAN ID連携を行います。  
(利用開始後も設定可能です。)



6 団体連携の画  
面が表示されま  
すので「団体に  
参加」をタップ  
します。団体コ  
ード「06ykf」が  
あらかじめ入力さ  
れていますので  
「次へ」をタップ  
します。



7 団体連携時の規約が表示  
されますので、確認後「同  
意する」をタップします。

8 住所・電話番号・  
年代を入力し申請  
します。

[アプリ利用時の注意]アプリは常時起動する必要はございませんが、データ連携が必要となります。1週間に1度程度は歩数をご確認ください。

毎月、応募条件※を  
達成された方の中から  
抽選で10名様(合計70名様)に  
「県産品カタログギフト」や  
「山形のうまいもの」を  
プレゼント!

※応募条件  
月間240,000歩(1日平均8,000歩)  
(5月は160,000歩)達成された方  
※当選者の発表は賞品の発送をもって  
代えさせていただきます。



さらに  
最終月には  
5月~11月までの  
総合順位等により  
「頑張ったで賞」を  
合計30名様に  
プレゼント!

いっぱい歩こう!

※写真・イラストはイメージです。

スタンプラリー会場をめぐって  
素敵なプレゼントを  
もらおう!

楽しむ

# ウォーキングチャレンジスタンプラリー

期間:令和6年5月18日(土)~11月下旬  
※応募期限:11月30日(土)

■エリア/山形県全域 ■対象者/山形県内に在住の方  
※各イベントに参加する際に発生する参加料や交通費は各自御負担ください。

参加無料

各地域のウォーキングイベントに楽しみながら参加していただくことを目的に実施します。  
下記スタンプラリーイベントに参加し、スタンプを2個集めた方の中から抽選で100名様に



## 「県産品カタログギフト」や「山形のうまいもの」をプレゼント!

### スタンプラリー参加方法

#### デジタル方式

アプリをダウンロードして参加してください。



①ウォーキングアプリ「aruku&」をダウンロード

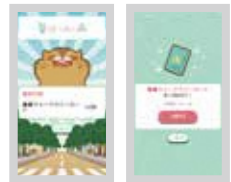


④必要枚数(2枚)がそろったら応募したい賞品を選択

②右記、対象イベント会場にて設置してある二次元コードを読み取る



⑤賞品内容を確認



③自動でアプリが起動し、カード取得



⑥住所を入力し、応募完了  
※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

#### 台紙(アナログ)方式

右記対象イベント会場でスタンプラリー専用の台紙を配布します。各会場のゴール地点でスタッフがスタンプを押印します。スタンプが2個集まったらご応募ください。

※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

### スタンプラリー対象イベント一覧(実施時期)

…歩き方教室開催。正しい歩き方を学び、ウォーキングの輪を広げよう!  
複数月開催するイベントは、スタンプが月毎に変わりますのでどうぞお楽しみに!

山形市	健康ウォークラリー大会 ● 6月9日(日) みんなで歩こうさわやかウォーキング(予定) ● 10月13日(日)
寒河江市	寒河江さくらんぼウォーク2024 ● 6月23日(日)
天童市	天童市 健康ウォーキング「クアの道」● 5月~11月まで月1~3回開催(※) いきいき健康ウォーキング教室 ● 6月19日(水)、10月16日(水) *60歳以上対象 地域めぐりウォーク ● 6月30日(日)、11月10日(日) 明治安田Jリーグウォーキング in YAMAGATA ● 10月6日(日) 天童市民スポレクフェスタ2024 天童もみじスイーツウォーキング ● 10月14日(月・祝)
尾花沢市	おぼね満喫ウォーキング ● 5月28日(火)、6月27日(木)、9月24日(火)、10月5日(土)
中山町	第3回中山すももウォーキング ● 9月16日(月・祝)
朝日町	朝日町エコミュージアムサテライト散歩 ● 6月~11月まで月1回開催予定
大江町	第42回舟唄健康マラソン大会 [ウォーキングの部] ● 6月23日(日)
新庄市	いものこ健康ウォーキングin新庄 ● 9月21日(土)
金山町	金山町町制施行100周年記念ウォーキングイベント「かねやまを歩こう」● 6月9日(日)
長井市	ながい白つづじマラソン2024 [ウォーキングの部] ● 5月18日(土)
南陽市	第25回南陽さわやかワインマラソン大会 [ウォーキングの部] ● 10月14日(月・祝)
川西町	ひめさゆりウォーク ● 6月8日(土)
小国町	おぐにいきいきウォーキング教室 ● 9月~10月まで週2回、計10回開催予定(※) スバルノルディックウォーキング ● 5月~6月まで 4回開催(※) 正しい歩き方教室 ● 6月19日(水)午前、6月21日(金)夜間(※)
鶴岡市	みんなで歩こう!里山あるき2024 ● 9月14日(土)~15日(日) 第26回国際ノルディックウォークin鶴岡 ● 9月16日(月・祝) 水中ボールウォーキング教室 ● 11月開催予定
酒田市	2024眺海の森 新緑ウォーキング ● 5月25日(土) あじさい健康ウォーキングin酒田 ● 6月29日(土) 2024眺海の森 紅葉ウォーキング ● 10月~11月(予定) ひらたジョグ・ウォークフェスタ ● 10月14日(月・祝)
遊佐町	西遊佐「漁業文化」探訪コース ● 6月16日(日) 吹浦「小山崎遺跡」探訪コース ● 7月14日(日) 町外ウォーク 中島台・獅子ヶ鼻湿原 探訪コース ● 8月4日(日) 第30回奥の細道鳥海ソーデーマーチ ● 9月7日(土)~8日(日)両日参加でもスタンプの押印は1個となります。 遊佐地区探訪コース ● 10月13日(日) 高瀬八景紅葉を楽しむコース ● 11月3日(日)

※スタンプは月1回の押印となります。

各イベントの詳細・お申込については、各イベントの主催者まで直接お問い合わせください。

### 県内のウォーキングイベントをHPで紹介しております

スタンプラリーイベントの詳細は、右記の二次元コードから御確認ください。  
各イベントのHPやチラシにアクセスされます。(各イベントのHPやチラシがある場合に限りです)



カレンダーで見やすい



アプリのインストール及びスタンプラリーの参加方法に関する  
問い合わせ先 山形ADビューロ

TEL.023-641-2160

〈受付時間〉平日9:00~17:00

詳細はWEBへ



※イベントは予告なく変更となる場合があります。詳しくはホームページをご覧ください。

主催/やまがた健康フェア2024実行委員会

《お問い合わせ先》やまがた健康フェア2024 実行委員会事務局

山形県健康福祉部がん対策・健康長寿日本一推進課内

〈受付時間〉平日9:00~17:15

TEL.023-630-2313