

カワサキ 健活 チャレンジ

健チャレウォークは、歩く習慣を定着させるために開催します。
しかし、病気やケガ等で歩行が難しい方にも、ご自身の状況にあった運動や身体活動に取り組んでいただくことで、活動習慣をつけていただきたいと思います。

ご自身の状況にあった「運動・身体活動」をチャレンジ内容として設定いただき、
ぜひ健チャレにご参加ください。

参加概要

(紙の記録表「健チャレシート」による参加となります)

1. 事業所の健チャレ担当者へ、「健チャレシート」で参加する旨を申し出る
2. 2ヵ月間チャレンジする
3. 事業所が指示した期日までに、窓口の健チャレ担当者へ「健チャレシート」を提出する
(健チャレ担当者は、確認後押印し、健チャレ事務局へまとめて提出してください)
4. 達成したら、1,000Pepポイントゲット
(イベント終了までに、PepUpへの登録をお願いします)
※PepUp未登録の場合は、ポイント付与ができませんのでご了承ください。

ポイント付与基準

以下の1・2のどちらも満たしている者

1. 健チャレ期間(10月-11月)の2ヵ月間川重健保に在籍者で、かつ所属の健チャレ担当者が認定した者
2. チャレンジの達成日数が40日以上の方