

スマイルウォークのご案内



今年もスマイルウォークの季節がやってきました！！

病気の予防、健康な身体づくりの一環として、ぜひご参加ください。前年度の内容と変わった点がありますので、必ず下記をお読みください。たくさんのご参加をお待ちしております！

- 申込期間** 2023年10月2日(月)～2023年10月31日(火)
ウォーキング実施期間 2023年11月1日(水)～2023年12月31日(日)
スコアカード提出期間 2024年1月1日(月)～2024年1月31日(水)
対象者 ナブテスコグループ健康保険組合の被保険者および20歳以上の扶養家族
※19歳以下の扶養家族および当組合に加入されていない方はご参加いただけません。

下記のURLまたはコードより申込み（Webで申込みの方は、Wordの申込書が不要となります◎）

※Webフォームで申込が難しい方は、健康保険組合のホームページの「申込書」を使い、メール・郵便・FAXで申してください。

<https://zfrmz.jp/xGjcDa83kP5YK81Z6Lpw>



スコアカードを取得（健康保険組合ホームページ『お知らせ』に掲載しております）



11月1日より、歩いた歩数をスコアカードに記録

※Excelのスコアカードに直接入力すると、自動で達成日数をカウントしてくれる便利機能とコメントも出てきたり…!!



実施期間終了後、Webフォームから提出

- ・スコアカードの添付を必ずお願いいたします。添付がない場合、失格となります。
- ・提出用URL・コードは、健康保険組合のホームページまたはスコアカード2ページ目に記載しております。



実施方法

達成賞 8,000歩以上を45日以上歩いた方【QUOカード¥1,000】

参加賞 申込みをして、スコアカードに記載し提出された方【QUOカード¥500】

ラッキー賞 達成賞の中から抽選で、プラス【QUOカード¥500】

受取方法 : QUOカードPAYでも受取可能に★

QUOカードPAY ➡ スコアカード提出用Webフォームに登録メールアドレスへ送信！

QUOカード ➡ 健康保険組合に登録住所へ郵送！

※2024年2～3月に発送いたします。

★
賞典
★

諸注意

- ・参加および実施は、個人の意思と責任においてお願いいたします。
- ・ウォーキング実施期間のケガや事故に関しまして、健康保険組合は一切責任を負いません。
- ・高血圧、糖尿病、心疾患、腰痛症などの持病がある場合、主治医とご相談のうえ指示に従って行ってください。
- ・期間中のウォーキングは、個人のペースで自由に行ってください。リタイアは自由、連絡は不要です。



今年度から、スマイルウォークに関するお問い合わせなどは、こちらにお送りください！

申込み・お問合せ

ナブテスコグループ健康保険組合 担当：藤本

スマイルウォーク専用メールアドレス：kenpo-sw@nabtesco.com

TEL：078-996-3700 FAX：078-996-3701

郵便送付先：〒651-2271 神戸市西区高塚台7丁目3-3 ナブテスコグループ健康保険組合

社内便宛先：ナブテスコ神戸工場内 ナブテスコグループ健康保険組合