

2026年度

けんぽれん東海地区

健康ウォーク WALK
けんこう

Web版のご案内

W a l k I n g c a m p a I g n



健康ウォークWeb版の概要

『けんぽれんあいち 健康ウォークWeb版』は、
2026年度より、『けんぽれん東海地区 健康ウォークWeb版』として開催。

※加入する健康保険組合により、「4月開催」と「5月開催」に分かれます。
「参加組合一覧」またはご加入の健康保険組合にご確認ください。

【参加実績】

- ・ 2023年度 36組合 5,272名
- ・ 2024年度 36組合 7,357名
- ・ 2025年度 37組合 8,291名





健康ウォークの目的

- [1] ウォーキングによる**
健康づくりの啓発及び機会の提供

- [2] 参加者同士の交流の場**
職場の仲間・家族・友人との参加

Web版の対応する機能

- **ウォーキングマップ** ... [コンテンツ①]
- **ランキング** ... [コンテンツ④]
- **健康コラム** ... [コンテンツ⑤]

- **日記・投稿写真公開** ... [コンテンツ②]
- **チーム/チーム内チャット** ... [コンテンツ③]



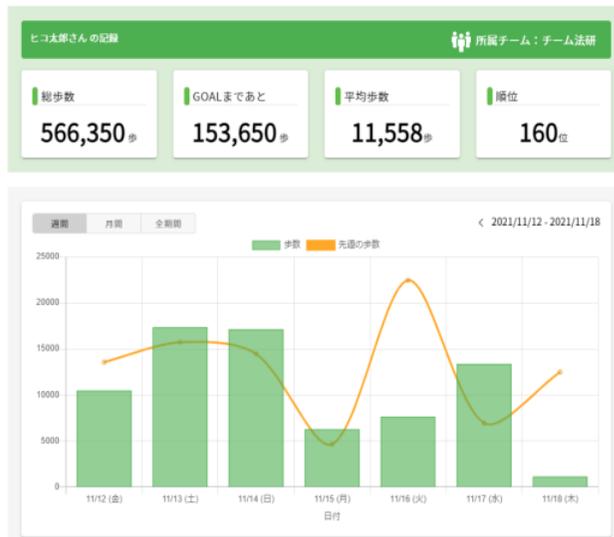


【コンテンツ②】 グッドボタンでモチベーション向上

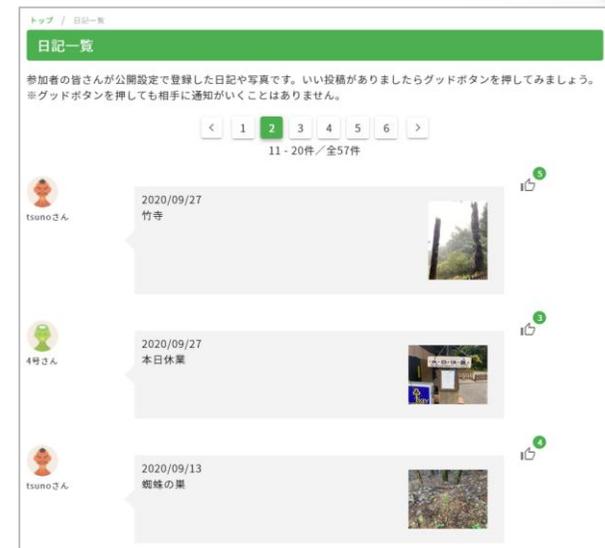
2 記録（閲覧）

- 歩数はマイページにて**棒グラフ・折れ線グラフ**で確認できます。
- 歩数・体重にあわせ、**日記の入力・写真の投稿**をすることもできます。
- 日記と投稿した写真は「公開」にチェックを入れると、他参加者に公開され、**グッドボタン**をもらうことができます。

グラフ表示イメージ



日記公開イメージ





【コンテンツ③】 仲間と一緒に続けられる

3 チーム

- 参加者同士でチームを結成し、チーム対抗（平均歩数）で競っていただく機能です。
- メンバー同士はお互いのマップ上の現在位置を確認することができます。
- メンバー内でチャットすることができますので、ウォーキング習慣の継続化、定着化を目指すことができます。



“交流の場”として
ご活用いただけます





【コンテンツ④】 上を目指すことが継続の力に

4 ランキング

- 選択した期間・年代別で、**個人の総歩数ランキング**が確認できます。
- 選択した期間で、**チームの平均歩数ランキング**も確認できます。

総歩数ランキング (個人)

過去7日 過去30日 全期間 年代別

集計範囲:01/04~01/11

順位	ニックネーム	総歩数	平均歩数
1位	てすと太郎さん	699,993歩	99,999歩
2位	ほうけんさん	23,617歩	5,904歩
3位	つのつのさん	10,345歩	10,345歩
4位	テスタタロウさん	200歩	200歩

< 1 >

平均歩数ランキング (チーム)

過去7日 過去30日 全期間

集計範囲:10/01~01/31

順位	チーム名	平均歩数	メンバー数
1位	いっぱいあるき隊	35,243歩	8人
2位	QQQ	10,317歩	2人
3位	鬼殺隊	9,959歩	5人
4位	No walking, no life	555歩	3人

< 1 >

全体参加者と
所属健保組合様ごとの
ランキングを表示





【コンテンツ⑤】 健康教育・啓発にもしっかり対応

5 健康コラム

- ウォーキングに関連した**健康記事**や**動画**を表示します。
- 単なる記録サイトではなく、**正しい知識も身に着ける**ことができます。

ウォーキングのペースを知ろう

『効果的なウォーキング』動画

Health & Beauty 健康コラム

効果的なウォーキング動画をチェック >

監修：青山 剛
 あおやまたけし：パーソナルコーチングシステム・TeamAOYAMA代表、トレーニングコーチ、元トヨタアスロン日本代表。コーチに転身後、石川代表選手を輩出。現在はプロコーチとしてさまざまな分野でトレーニング指導を行っている。【体幹実証トレ】（大洋図書）ほか著書多数。
<https://www.coach-aoyama.com/>

COPYRIGHT © ウォーキングキャンペーン ALL RIGHTS RESERVED.





【登録】とっても簡単なユーザー登録

- メールアドレスを必須（ログインIDとして使用）としており、有効なメールアドレスをご登録いただいた方のみ参加が可能となります。





【記録】自動と手入力の2通りで記録

- 歩数・体重は、**自動記録**と**手入力**による記録が可能です。

自動記録

「RenoBody」とアカウント連携し、
「RenoBody」で計測された歩数を自動アップロード



手入力

サイトのマイページにアクセスし、
記録入力画面で直接入力



PC



スマートフォン

さまざまな利用環境に対応し、誰でも参加可能





【記録】自動記録：アプリ連携方法 1

1

アプリ「RenoBody」を
インストール・ユーザー登録



App Store
からダウンロード

Google Play
で手に入れよう



2

サイトのマイページにアクセスし、
連携ボタンを選択

健康ウォークWeb版サイト



※ログイン後の
画面の連携ボタンを押下

※RenoBodyに登録することで、
RenoBodyから案内やお知らせが配信されることがあります。
◎ **すでに単独または他のサイトでご活用いただいている場合でも、
連携することができ、併用することができます。**





【記録】自動記録：アプリ連携方法 2

3 「RenoBody」にログインし、
「データ連携を許可」ボタンを選択

4 健康ウォークTOP画面に戻り、
連携完了

RenoBody Webサイト

健康ウォークWeb版サイト



「RenoBody」との連携の解説動画もご用意！

登録手順動画
はこちら➡





【利用機器】さまざまな機器でご利用可能

- 画面サイズに応じて自動調節しますので、パソコンはもちろん、スマートフォンやタブレットからも最適化した画面でお使いいただけます。



【推奨利用環境】

パソコン : Edge・FireFox・chrome 最新バージョン

スマートフォン : iPhone、iPad、iPod touch 端末 iOS 11以上 Android 端末 Android 7.0以上

