

令和元年8月13日

健康福祉部健康推進課
課長 相川
tel 076-225-1435 (内線4130)

企業対抗「ワクワク健康カップ2019」を開催します！

働く世代の健康づくりのため、企業単位で取り組む「ワクワク健康カップ2019～笑顔あふれる職場づくり～」を開催します。ウェアラブル活動量計を活用し、ウォーキングやバランスのよい食事、良質な睡眠・休養、健康クイズ等に取り組み、チーム対抗でポイント数を競い合います。ぜひ、職場の仲間と一緒に参加しませんか。

<対象>

石川県内に事業所を有する企業・団体等 40社（5～15名のチーム）

※「いしかわ健康経営宣言企業」の認定を受けていること（申込中でも可）

<イベント内容>

- ・令和元年9月30日（月）から12月22日（日）の約3ヶ月間、開催します。
- ・「運動」「食生活」「睡眠」「健康クイズ」の4つの分野の獲得ポイントをチーム平均で競い合います。
- ・運動は毎日、食生活や睡眠、総合ポイントは月1回、ランキングを発表しますので職場内で声をかけあいながら、ランキング上位を目指して取り組みましょう。
- ・最終ランキングの上位5チームには、賞状と豪華賞品をプレゼントします。
 - ◆優勝・・・ウェアラブル活動量計（Fitbit社 flex2）チーム全員分
 - ◆準優勝・・・自動血圧計2台と睡眠計チーム全員分
 - ◆3位・・・自動血圧計1台
 - ◆4位と5位・・・あらためて発表しますので、お楽しみに！

※参加費は無料、ウェアラブル活動量計は貸与します。

アプリの動作可能なスマートフォンをご準備ください。

<参加申し込み・お問い合わせ>

申込期限：令和元年8月23日（金）

申込・問合せ先：一般財団法人 石川県予防医学協会 ワクワク健康カップ事務局

(TEL) 076-249-7222

(FAX) 076-269-4663

(E-mail) wakuwaku@yobouigaku.jp

主催：石川県健康福祉部健康推進課 事業受託者：（一財）石川県予防医学協会

石川県「企業対抗型健康づくり事業」

ワクワク健康カップ2019

～笑顔あふれる職場づくり～



参加企業
大募集!

健康経営を通じていきいきとした職場づくりを応援します!

チーム対抗で**運動・食・睡眠**での健康づくりを

実施しましょう!



募集対象・参加要件

- ①石川県内の企業・団体
(1チーム5～15名)
(昨年未参加の企業・団体に
限ります)
- ②参加者が、アプリの
動作可能なスマート
フォンを所持してい
る方

実施期間

令和元年9月30 (月)
～12月22日 (日)

※開始前に説明会・試用期間
を設けます



参加費

無料!

申込み

申込締切：8月23日 (金)

申込方法：裏面の申込書
に必要事項を記入し、
メール・FAXにてお申
込みください
(応募多数の場合抽選になります)

ランキング上位5チームは豪華商品がもらえる!

※(写真はイメージです)

優勝

ウェアラブル
活動量計



Fitbit社 flex2
参加者全員分!

準優勝



自動血圧計 2台
+
睡眠計参加者
全員分

第3位



自動血圧計 1台

4位・5位
の商品は
あらためて
発表します

主催：石川県健康福祉部健康推進課 事業受託者：(一財)石川県予防医学協会

お問合せ：ワクワク健康カップ事務局 (一財)石川県予防医学協会内

TEL 076-249-7222 / FAX 076-269-4663 / E-mail wakuwaku@yobouigaku.jp

ホームページ <https://www.yobouigaku.jp/>



募集要項

実施内容

「運動・食生活・健康クイズ・睡眠」4つの実績をポイント化
チーム内の平均のポイント数の合計が高い企業・団体が勝利！

① 運動(歩数)

ウェアラブル活動量計と
スマートフォンアプリを
連動

※活動量計は参加者全員に貸出いたします

② 食生活

バランスよい食事を
1日3食摂取しよう

③ 健康クイズ(選択)

週1回メール配信
当協会ホームページ
にて正解&お得な健康
情報掲載

④ 睡眠

良質な睡眠をとろう

事業の流れ

- 1 参加申込み(8/23締切)
- 2 説明会実施
※金沢地区・能登地区・加賀地区で実施予定
- 3 ワクワク健康カップ 2019 開幕
- 4 上位チーム表彰(副賞あり)

中間報告

POINT GET!



申込用紙

ワクワク健康カップ 2019～笑顔あふれる職場づくり～

令和 年 月 日

ふりがな	
企業・団体の名称	
ふりがな	
担当者氏名	
電話番号/FAX 番号	/
E-mail アドレス	
チーム名	
参加人数	

FAX 076-269-4663

※申込締切 8/23 (金)

参加条件



ひやくまんさん

- ・参加メンバーが、アプリの動作対応可能なスマートフォンを所持していること
- ・同一企業、同一団体でのチームエントリーであること(5~15名1チーム)
- ・企業名、団体名、チーム名の公表が可能であること
- ・アプリ内において参加者個人の名前(ニックネーム)の公表が可能であること
- ・個人の活動に伴うデータが、事業報告書等に活用される可能性があることをご了承いただくこと(その際に個人が特定されないように加工いたします)
- ・石川県の「いしかわ健康経営宣言企業」の認定を受けること
- ・昨年未参加の企業・団体であること