

賞品型1か月コース 結果発表

参加人数	1,095 人
参加チーム数	71 チーム
参加者の1か月コース合計歩数	317,182,458 歩
参加者の1か月平均歩数	289,664 歩
参加者の平均1日歩数	9,344 歩

上位 チーム順位 (1人あたりの平均歩数/月)

第 1 位	古都小学校	517,504 歩
第 2 位	烏城高等学校	434,716 歩
第 3 位	山手小学校	369,698 歩

飛賞 チーム (1人あたりの平均歩数/月)

第 10 位	岡山南高等学校	315,361 歩
第 20 位	連島南小学校	296,934 歩
第 30 位	連島神亀小学校	288,148 歩
第 40 位	東備支援学校	277,030 歩
第 50 位	岡山聾学校	259,696 歩
第 60 位	米来小学校	246,852 歩
第 70 位	水島小学校	206,587 歩
第 80 位	-	- 歩
第 90 位	-	- 歩
第 100 位	-	- 歩

上位 個人順位 (合計歩数)

※個人上位には賞状・景品の発送はございません。

第 1 位	コバ	岡山東商業高等学校	1,882,852 歩
第 2 位	シノ	烏城高等学校	1,500,210 歩
第 3 位	ミヤ	岡山東商業高等学校	1,368,377 歩
第 4 位	サトウ	岡山東商業高等学校	1,305,529 歩
第 5 位	ジャビット	古都小学校	836,456 歩

参加者の声

日々の運動を記録することで、生活改善にも繋げることができ、普段よりも運動をする良いきっかけとなった。
職場で声を掛け合って、意識して階段を使用するなど運動量を増やすきっかけになった。また同僚とコミュニケーションを図ることができた。
無理なくがんばろう！の精神で1ヶ月、楽しみながら取り組みました。
歩数を意識して、仕事をするのができたので良かったです。声を掛け合いながら、楽しく参加することができました。
「むだに歩こう！」を合言葉に、みんなで歩くことを意識できた1か月です。
実施期間中はいつもより意識して歩くようになった。休みの日には、景色も見ながら歩いたので気持ちよかった。
今年で3回目の参加です。毎年ウォーキングコンテストを通して、職場の雰囲気がさらによくなり、みんなウォーキングを楽しんでいます。
期間中は、ウォーキングコンテストの話題で話がはずみ、歩くことを意識するようになりました。ありがとうございました。
4人~5人のチームを作って、声を掛け合いながら1ヶ月過ごしました。お互いの歩数を話し合う姿も見られ、コミュニケーション作りにもつながりました。
無理のない範囲で各自の目標に向かってチャレンジする良い機会になりました。