

よこはまウォーキングポイント事業 歩数計での参加申込のご案内

18歳以上の
横浜市民等対象

参加者には歩数計をプレゼント!(送料をご負担ください(税込650円))

市内約1,000か所に設置のリーダーやコンビニのローソン等に設置の「loppi(ロッピー)」に歩数計をのせると、歩数に応じたポイントが付与され、ポイントに応じて抽選で商品券等が当たります。

※歩数計の個数には限りがあります。また、お渡しは、お1人様1回限りです。



スマホをお持ちの方へ

アプリで参加してみませんか?
アプリならいつでもどこでも歩数送信できる!

スマホ専用アプリなら、歩数データ送信はアプリ上で簡単にでき、写真投稿、地元のお店のクーポン配信、150以上のウォーキングコースなど、便利で楽しい機能も満載! 右記の二次元コードから無料でダウンロードできます。

※歩数計との記録の連携はできません。



Androidをご利用の方 iPhoneをご利用の方

歩数計の申込方法

申込用紙に必要事項を記入し、本人確認書類のコピーとともに、下記あて先にご郵送ください。お申込み1人につき、**送料 650円(税込)***のご負担があります。

- ・お申込みから歩数計がお手元に届くまで約4週間かかります。
- ・2024年4月時点。最新の情報はホームページ又は事務局にお問い合わせください。

※送料は歩数計到着時にお支払いください。
申込書には絶対に同封しないでください。



本人確認書類

- マイナンバーカード(表面)
- 運転免許証
- 各種健康保険証(両面)^{※1}
- 介護保険証
- パスポート^{※2}
- 在留カード・特別永住者証明書
- その他()
- 自立支援医療受給者証
- 住民基本台帳カード
- 住民票の写し
- 身体障害者手帳
- 愛の手帳(療育手帳)
- 福祉医療証

※1 本人確認書類として各種健康保険証のコピーを添付する場合は、保険者番号及び被保険者等記号・番号の部分をごマスキング(黒塗り)してご提出ください。

※2 所持人記入欄で住所が確認できるもののみ

●封筒に入れていただくもの

- 1 記入済みの申込書の1枚目 **事務局用**
- 2 本人確認書類(右記参照)のコピー

※必ず氏名・住所・生年月日が確認できる部分をすべてコピーしてください。

●あて先 (切り取って封筒に貼るか下記のとおり封筒にご記入ください)

〒231-0005 横浜市中区本町6-50-10
横浜市健康福祉局健康推進課
〈よこはまウォーキングポイント申込書在中〉

《市内在勤・在学のみなさまへ》

市外在住で市内在勤・在学の方が参加するためには、所属している事業所・学校がウォーキングポイントにエントリーしている必要があります。事業所がエントリーしているかご不明な場合及び事業所単位での参加に登録変更を希望される場合は、下記事務局までご連絡ください。

よこはまウォーキングポイント事業事務局

お問合せ先

電話 0570-080-130/045-681-4655 (通話料がかかります) 受付時間/午前9時半~午後5時半
●土・日・休日、年末年始を除く
ファクス0120-580-376 (ダイヤル) メール navi-ywp@ml.city.yokohama.jp

よこはまウォーキングポイント 検索



横浜市健康福祉局
健康推進課

歩数計のお届け方法

1人分ずつ個包装した歩数計を配送業者がご自宅にお届けします。
 ご不在の場合は不在通知票を投函しますので、保管期限内にお受取りください。
 なお、お申込みから歩数計がお手元に届くまで約4週間かかります。

参加者負担額(2024年4月時点)

歩数計送料 650円(税込)

(歩数計受取時に配送業者に送料をお支払いください。
 同一世帯で複数お申込みいただいた場合でもそれぞれ個別にお支払いいただきます。)

お支払いいただいた送料の返金できません。

送料は申込書には同封しないてください。
 また、電池交換の際は、ご自身でコイン電池(CR2032)の購入・交換をお願いします。

定期的にリーダーにのせて歩数データを送信しましょう

①歩数データを確認

専用ホームページで自分の歩数推移やランキングを見ることができます。
 (PC版のwebサイトのため、パソコン又は、スマートフォンにてご確認ください。
 なお、歩数計本体では、当日と前日の歩数などが確認できます。)



②歩数ごとにポイントを獲得・抽選で景品プレゼント

1日の歩数に応じてポイントが付与されます。(1日最大10ポイントまで)
 集めたポイントで抽選に参加でき、当選した方には、商品券等をプレゼント!



③社会貢献活動への寄付を行います

参加者全員で目標歩数を達成すると、途上国の子どもたちの給食支援を行っている「国連WFP」や、市内で活動する市民活動団体を応援する「よこはま夢ファンド」へ寄付を行います。

1日あたりの「歩数」「中強度活動(速歩き)時間」と「予防(改善)できる可能性のある病気・病態」

| 1日平均歩数 | 速歩き時間 | 予防できる可能性のある病気・病態 |
|---------|-------|---|
| 2,000歩 | 0分 | ●寝たきり |
| 5,000歩 | 7.5分 | ●要介護 ●認知症 ●心疾患 ●脳卒中 |
| 8,000歩 | 20分 | ●高血圧症 ●糖尿病 ●メタボリックシンドローム (75歳以上の場合) |
| 10,000歩 | 30分 | ●メタボリックシンドローム (75歳未満の場合) |

*中之条研究(東京都健康長寿医療センター研究所青柳幸利氏)による

歩数ごとのポイントについて

| 1日の歩数 | 付与ポイント |
|--------------|--------|
| ~999歩 | 0ポイント |
| 1,000~1,999歩 | 1ポイント |
| ⋮ | ⋮ |
| 9,000~9,999歩 | 9ポイント |
| 10,000歩~ | 10ポイント |

1,000歩ごとに1ポイント獲得できます。(1日最大10ポイントまで)
 ご自身の獲得ポイントは専用ホームページから確認できます。

申込書ご記入上の注意

- お1人様1枚ずつお申込書にご記入ください。1枚のお申込書に複数名様のご記入がある場合、また内容に不備がある場合は歩数計をお届けできません。
- 黒のボールペンではっきりと正確にご記入ください。不鮮明ですと、正しくお申込み情報を登録できない場合があります。
 ※消せるタイプのペンや鉛筆は使用できません。
- 本人確認書類は、ご記入いただく「参加者ご住所」と同じ記載内容のものをお願いします。
- ひとつのメールアドレスを複数人のアドレスとして登録することはできません。また、表面に記載の歩数計アプリに登録したメールアドレスは登録できません。
- 「身長」、「体重」のご記入がない場合は、初期設定の数値となります。(身長160cm、体重50kg)
- ニックネームは、カタカナ、ひらがな、常用漢字、英数字で登録できます。(ご記入のない場合は「未記入」と表示されます。)
 個人が特定されにくいニックネームの使用をおすすめします。公序良俗に反する表記等、横浜市が不適切と判断した場合は使用をお断りする場合がありますのでご了承ください。

よこはまウォーキングポイント事業参加要領(歩数計) ※必ずお読みください

参加者は、よこはまウォーキングポイント事業(以下「本事業」という。)の趣旨に賛同し、本事業に参加するものとします。
また、本事業はよこはまウォーキングポイント事業実施要綱(以下「実施要綱」という。)に基づき実施されます。

1 個人情報の取り扱い

本事業でご提供いただいた個人情報は、すべて横浜市に帰属し、横浜市の指導・監督のもと、共同事業者(株式会社NTTドコモ、TOPPAN株式会社及びオムロンヘルスケア株式会社)及び横浜市が委託した事業者が管理します。

「個人情報」とは個人に関する情報であって、当該情報に含まれる氏名、生年月日その他の記述等により特定の個人を識別することができるもの(他の情報と照合することができ、それにより特定の個人を識別することができることとなるものを含む。)をいい、特定の個人を識別できない情報については、当該「個人情報」から除かれます。

個人情報の利用については、「横浜市個人情報の保護に関する条例」を遵守するとともに個人情報の保護に十分配慮します。また、事前に本人の同意がある場合を除き、個人を特定したデータの公表は一切行いません。

2 対象者

下記のいずれかに該当する人で、ウォーキングによる健康づくりに参加したい方

- (1) 18歳以上の横浜市民
- (2) 横浜市内に所在する法人組織の事業所のうち、本事業に参加意思のある事業所に所属する原則18歳以上の横浜市在勤者及び在学者等

3 参加者情報の収集・利用・提供

- (1) 参加者には、本事業に必要な個人情報を提供していただきます。また、歩数等の情報を収集させていただきます。前記2つを総称して「参加者情報」とします。
- (2) 横浜市及び横浜市が委託した事業者は、本事業で得た参加者情報を本事業に関する通知、連絡、アンケート調査に利用させていただく場合があります。
- (3) 横浜市、共同事業者及び横浜市又は共同事業者が委託した者は、横浜市の監督のもと、本事業から得た参加者情報を、本事業の目的の範囲内で個人が特定できない形で統計・分析等に利用することがあります。
- (4) 横浜市及び共同事業者は、本事業で収集した参加者情報を本事業の目的以外に使用することはありません。ただし、横浜市、横浜市と協定・覚書を締結した者及び横浜市が委託した者は、本事業から得た参加者情報を他の個人情報と結び付け、本事業及び保健医療福祉施策の評価及び企画のための分析・研究を実施し、結果を個人が特定できない形で公表することがあります。その際、横浜市は、横浜市と協定・覚書を締結した者及び横浜市が委託した者に、参加者情報及び参加者情報と他の個人情報を結び付けた情報を提供することがありますが、その場合は、当該情報を個人を直ちに識別できないよう加工したうえで提供します。

4 禁止事項

本事業の参加にあたり、下記いずれかに該当する行為を禁止します。また、下記いずれかの行為を誘引、助長する行為も同様とします。参加者が下記に違反したことによる損害は、参加者のご負担となります。

- (1) 歩数計の貸与、譲渡、販売、質入れその他の担保利用
- (2) 本要領に違反する行為
- (3) 法令又は公序良俗に反する行為
- (4) 本事業に関する情報を改ざん又は消去する行為
- (5) その他第三者に不当に不利益を与える行為

5 歩数計の紛失・故障・再交付等

- (1) 歩数計の紛失・故障が発生した場合、すみやかに横浜市が委託した事業事務局(以下「本事業事務局」という。)にご連絡ください。
- (2) 歩数計の再交付は行いません。本事業への参加継続を希望される場合、まずは、本事業事務局にご連絡ください。本事業への参加継続にあたっては、本事業で使用している歩数計と同じ型番の歩数計を自己負担で購入していただく必要があります。

6 登録事項の変更・退会等

- (1) 住所、氏名、電話番号等の登録事項に変更があった場合は、よこはまウォーキングポイント事業公式ホームページのログイン画面内にあるユーザー情報画面から直接必要項目を入力して変更していただくか、本事業事務局へお問い合わせください。
- (2) 本事業の退会を希望する場合、又は市外転居、市外転勤、退職、事業所が本事業への参加を辞退するなどの理由により、参加資格を喪失される場合、本事業事務局へお問い合わせください。
- (3) 登録事項の変更や退会の手続きがなされず、本事業事務局がやむを得ない事情があると判断した場合は、本事業のサービス利用の停止や登録事項の変更、退会手続きを行う場合があります。

7 事業の終了・変更・追加

- (1) 横浜市及び共同事業者は、1か月以上前の通知により本事業の全部又は一部を終了することができます。また、横浜市及び共同事業者は、都合により、特段の通知・承諾なく、本事業の全部又は一部の内容若しくは仕様の変更又は追加を行うことができます。
- (2) 横浜市及び共同事業者は、前項の終了、変更及び追加に関し一切責任を負いません。

8 本事業の中断

横浜市及び共同事業者は、以下のような中断事由が生じたときは、参加者に事前通知することなく本事業を中断又は制限することがあります。

- (1) 過度のアクセスの集中、不正アクセス、ウィルスの侵入、コンピューターネットワーク障害等により、横浜市が事業を継続することにより第三者に不利益が生じる恐れがあると判断した場合
- (2) その他横浜市が本事業の中断を必要と判断した場合

9 免責事項

本事業へ参加される方は、参加者自身の責任においてご参加いただけます。また、以下の各号に掲げる事項をあらかじめご了承ください。ものとします。

- (1) 横浜市及び共同事業者は、本事業からリンクされた第三者が運営するサイトに関して、いかなる保証もいたしません。
- (2) 横浜市及び共同事業者は、参加者が本事業を利用できなかったことにより生じた損害について、いかなる場合においても、何等の責任を負いません。また、本事業が、いかなる参加者の使用環境のもとでも正確に動作しうる旨の保証はいたしません。
- (3) 横浜市及び共同事業者は、参加者が本事業の参加中に生じた事故、怪我、疾病、障害等について、何等の責任を負いません。
- (4) 本事業は、血圧、体重、睡眠時間等のバイタルデータに関する情報を保管します。これは、医療行為を行うことを目的とするものではなく、参加者がウォーキング等による健康づくりを行うにあたり、自身のデータを記録できるようにしたものです。そのため、特定の疾患等の治療、症状の改善等の効果を何ら保証するものではありません。

10 その他注意事項

- (1) 本事業に係る体調管理、歩数計及びID・パスワード等の管理は、参加者に自己責任で行っていただき、本事業による参加者の行為とその結果について、横浜市及び共同事業者は自らに過失がある場合を除き、責任を負うことはありません。
- (2) 本事業において、横浜市及び共同事業者から歩数計送料以外の料金を別途参加申込者に請求することはありません。
- (3) 歩数データは歩数計に42日間保存されます。42日を経過したデータは順次消去されますので、月に1回以上は歩数計をリーダーにのせてデータ送信を行ってください。
- (4) 本事業には、本要領及び本事業の実施要綱が適用され、必要に応じて、横浜市はこれらを随時変更することができます。この場合、変更する1か月以上前からその変更内容を本事業のホームページで公開し、その変更内容は、参加者が実際に閲覧したかにかかわらず、ホームページの公開から1か月経過した時点で参加者に通知され、また承諾したものとみなします。ただし、①当該変更が、参加者の一般の利益に適合するとき、又は、②当該変更が、本要領及び本事業の実施要綱に基づく本契約の目的に反せず、かつ、変更の必要性、変更後の内容の相当性、変更の内容その他の変更に係る事情に照らして合理的なものであるときに限られます。
- (5) 横浜市は、参加者が参加申込書に虚偽、誤記又は記入漏れがあった場合や本要領及び本事業の実施要綱に違反した場合等において、本事業への参加を禁止したり、本事業の全部又は一部の利用を停止することがあります。
- (6) 本事業の実施要綱は本事業のホームページをご覧ください。
- (7) 本事業に関するお問い合わせは、本事業事務局までご連絡ください。

※参加要領は変更になる場合がありますので、最新の参加要領については、ホームページをご確認ください。

よこはまウォーキングポイント事業 参加申込書

横浜市長 よこはまウォーキングポイント事業に申し込みます。

以下、太枠線内の事項は必ずご記入ください。記載不備の場合、申込を受け付けられません。
在勤・在学枠でご参加の方は、「在勤・在学枠参加者記入欄」もご記入ください。

| | | | | |
|---|---|------------|--|--|
| （フリガナ） お名前 | セイ | メイ | 歩数計の色 ご希望に添えないこともあります。色の選択がない場合は、事務局で選定します。 | <input type="radio"/> 1. 赤 <input type="radio"/> 2. 黒 |
| | 姓 | 名 | | |
| 性別 | <input type="radio"/> 1. 男 <input type="radio"/> 2. 女 | 生年月日 年齢 | <input type="radio"/> 1. 明治 <input type="radio"/> 2. 大正 <input type="radio"/> 3. 昭和 <input type="radio"/> 4. 平成 | 年 月 日 歳 <small>※お申込み時点の年齢をご記入ください。</small> |
| | 住所 | | | |
| 〒 _____ _____ 都道府県 _____ 市 _____ 区 <small>（番地、建物名（アパート・マンション名）、部屋番号等は正確にご記入ください。）</small> | | | | |
| 電話番号 <small>（自宅もしくは携帯電話）</small> | _____ | | | |
| メールアドレス <small>（パソコンもしくは携帯電話）</small> | _____ @ _____ <small>メールアドレスの記載に不備がある場合、横浜市からのお知らせをお届けできない可能性がありますので、よくご確認の上ご記入ください。 ※重要なお知らせについては、ご希望の有無に関わらず配信いたします。</small> | | | |
| 横浜市からのお知らせ <input type="radio"/> 1. 受け取る <input type="radio"/> 2. 受け取らない | | | | |
| 私は、よこはまウォーキングポイント事業参加要領に同意します。（参加要領は2枚目参加者控の裏面に記載） _____ 年 月 日 （自署または記名押印） | | | | |

| | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-----------|-------|-------|-------|
| 身長 | _____ | _____ | _____ | _____ | cm | 体重 | _____ | _____ | _____ | _____ | kg |
| ニックネーム <small>（ホームページの表示名）</small> | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ |
| （フリガナ） 代理申込者お名前 <small>（参加者と申込者が異なる場合のみ記入）</small> | セイ | メイ | 続柄 | | | 姓 | 名 | （ _____ ） | | | |

本事業でご提供いただいた個人情報は、すべて横浜市に帰属し、横浜市の監督のもと、共同事業者及び横浜市が委託した事業者が管理します。

【在勤・在学枠参加者記入欄】 在勤・在学枠で参加される方は下記もご記入ください。コード等が分からない場合は、事業所担当者様にご確認ください。また、新規エントリーの場合は、コードは不要です。

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 事業所コード | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | 事業所名称 | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ |
| 所属先 <small>（課名等）</small> | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____ |

【事務処理使用欄】

該当する本人確認書類をチェック

- マイナンバーカード（表面）
- 運転免許証
- 各種健康保険証（両面）
- 介護保険証
- パスポート
- 在留カード・特別永住者証明書
- その他（ _____ ）
- 自立支援医療受給者証
- 住民基本台帳カード
- 住民票の写し
- 身体障害者手帳
- 愛の手帳（療育手帳）
- 福祉医療証

確認欄 ※は本人確認書類で確認

- 氏名※
- 生年月日※
- 住所※
- 電話番号
- 同意署名

受付印