

# SALKOチャレンジ!

～毎日歩いて健康と豪華景品をゲット!～

## ●SALKOチャレンジ!とは?

日常的な運動習慣のきっかけづくりや生活習慣改善に繋げることを目的として、宮崎県ウォーキングスマートフォンアプリ「SALKO(サルコー)」により歩数を記録し、実施期間内の合計歩数を計測するものです。また合計歩数に応じて、素敵な記念品を差し上げます。

※ 「SALKO(サルコー)」とは、宮崎県が公式に運用するスマートフォンを使ったウォーキングアプリで「県民総参加型のスポーツ」として、宮崎県民にウォーキングを広く普及し、日常生活の一部に定着させようと開発されたものです。

## ●参加対象者

組合員及び被扶養者

## ●実施期間

令和元年11月1日(金) から令和元年11月30日(土) まで  
※ 実施期間内の合計歩数を計測します。



## ●参加方法

参加するためにはスマートフォンアプリでの登録及び共済組合への申込みが必要です。詳細は「参加申込みの流れ」をご参照ください。

**申込締切日：令和元年11月15日(金) ※共済組合必着**

※ 既にSALKO(サルコー)アプリを利用している方は、実施期間中に申込みの場合でも、令和元年11月1日(金)にさかのぼって集計を行います。

## ●特典

期間中目標歩数を達成した方には記念品を差し上げます。

### (1) 参加賞

500円相当の記念品

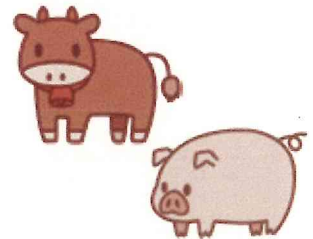
実施期間内の合計歩数135,000歩を達成した参加者。(達成目安は4,500歩/日)

### (2) 達成賞

市町村の特産品5,000円相当 抽選で50名

実施期間内の合計歩数200,000歩を達成した参加者。(達成目安は週4回9,000歩/日及び週3回4,500歩/日)

※ 達成賞に該当した方は、達成賞のみの記念品を進呈します。



宮崎県ウォーキングスマートフォンアプリ



日本の  
ひなた  
宮崎県

登録は無料!  
歩数計・ランキング機能  
などを搭載しているよ!



SALKO

## 参加申込みの流れ

### ①スマートフォンで「SALKO」をインストールし登録

【対象OS】 ios8.0以上

Android4.1以上

SALKOは、iOS または Android OS のスマートフォンでご利用いただけます。AppStoreまたはGooglePlayよりアプリ「SALKO」をインストールし、登録してください。



### ②「令和元年度SALKOチャレンジ!参加申込書」を 共済組合へFAX

「令和元年度SALKOチャレンジ!参加申込書」に必要事項を記入のうえ、共済組合へFAXしてください。

なお、参加申込書に利用者コードの記入が必要です。利用者コードの確認方法は申込書でご確認ください。

**FAX：0985-24-5715 保健福祉課厚生係**

※ 申込用紙については、所属所担当者へ送付しています。

なお、共済組合HPからも様式ダウンロード可能です。 <http://www.miyazaki-kyosai.jp/>

## 令和元年度SALKOチャレンジ！参加申込書

下記の欄に必要事項を記入のうえ、FAXにてお申し込みください。

所属所名		所属課名	
申込者名		続柄	本人・家族（ ※）
組合員氏名	※申込者が組合員本人の場合は記入不要です。	記号番号	—
SALKO 利用者コード	※利用者コードの確認方法は下記を参照	SALKO登録 ニックネーム	
電話番号			
住所	〒 -		

※ 続柄が家族の場合は、（ ）に該当する内容（配偶者、子等）を御記入ください。

※ 記号番号は組合員証（保険証）の番号を御記入ください。

※ SALKO利用者コード等で確認事項がある場合には、組合員（本人）へ御連絡しますので御了承ください。

※ 電話番号及び住所については、記念品発送の際に利用します。

 利用者コードを歩数の集計に利用することについて同意します。

 を記入してください。（収集するデータは実施期間内の歩数データのみです。）
※ 参加申込み締切日 11月15日（金）まで

宮崎県市町村職員共済組合 保健福祉課厚生係 行

TEL : 0985-24-5284

FAX : 0985-24-5715

# 令和元年度「SALKO チャレンジ！」実施要項

## 1 目的

宮崎県ウォーキングスマートフォンアプリ「SALKO（サルコー）」を利用した事業の実施により、日常的な運動習慣のきっかけづくりや生活習慣改善に繋げることが目的です。

## 2 「SALKO（サルコー）」とは

宮崎県が公式に運用するスマートフォンを使ったウォーキングアプリで、「県民総参加型のスポーツ」として、宮崎県民にウォーキングを広く普及し、日常生活の一部に定着させようと開発されたものです。

## 3 主催

宮崎県市町村職員共済組合

## 4 対象者

組合員及び被扶養者

## 5 内容

宮崎県ウォーキングスマートフォンアプリ「SALKO（サルコー）」により歩数を記録し、実施期間内の合計歩数を計測します。また、合計歩数に応じて記念品の付与を行います。

## 6 実施期間

令和元年 11 月 1 日（金）から令和元年 11 月 30 日（土）

※ 実施期間内の合計歩数を計測します。

## 7 記念品について

### (1) 参加賞

500 円相当の記念品

実施期間内の合計歩数 135,000 歩を達成した参加者。（達成目安は 4,500 歩/日）

### (2) 達成賞

市町村の特産品 5,000 円相当 抽選で 50 名

実施期間内の合計歩数 200,000 歩を達成した参加者。（達成目安は週 4 回 9,000 歩及び週 3 回 4,500 歩）

※ 達成賞に該当した方は、達成賞のみの記念品を進呈します。

## 8 参加申込方法

スマートフォンアプリ「SALKO（サルコー）」に登録及び別紙様式「SALKO チャレンジ！申込書」に必要項目を記入し、FAX にて共済組合までご提出ください。

## 9 参加申込締切日

令和元年 11 月 15 日（金） 共済組合必着

※ 既に SALKO（サルコー）アプリを利用中の方は、実施期間中に申込みの場合でも、令和元年 11 月 1 日（金）にさかのぼって集計を行います。

## 10 歩数の記録方法

スマートフォンアプリ「SALKO（サルコー）」により歩数を記録してください。

歩数の記録はスマートフォンアプリ版のみとし、パソコンからログインする WEB 版は無効となります。

裏面に続く

また、歩数を記録するには「SALKO」を起動する必要があるため、ウォーキングの前には必ず「SALKO」をタップし起動確認を行ってください。

(注) アンドロイドで、グーグルフィットに連携していない場合は、アプリを起動しないと歩数カウントしないため必ず確認してください。

#### 11 結果の通知及び記念品の進呈について

実施期間内終了後に個人宛て文書により通知します。

#### 12 歩数の集計方法及び個人情報の取り扱いについて

参加者の「SALKO(サルコー)」の情報は、歩数データ利用の同意(申込用紙内の☑が必要)があれば、期間中の歩数データを宮崎県教育庁スポーツ振興課で集計し、提供を受けます。収集する情報は実施期間内の歩数データのみとし、その他の情報の収集は行いません。なお、収集したデータについては、組合員の健康増進を目的としたデータ作成等に利用させていただく場合があることをご承知おきください。

#### 13 その他

(1) この事業は日常生活の範囲で行うこととし、傷病、事故等に対し、自己の責任において参加してください。

(2) スマートフォンアプリ「SALKO(サルコー)」に関する問い合わせ(登録方法、操作方法及びその他アプリの不具合等)については、宮崎県教育庁スポーツ振興課(TEL0985-26-7248)にお問い合わせください。

## 参加申込みの流れ

### ① スマートフォンで「SALKO」をインストールし登録

SALKOは、iOS又はAndroid OSのスマートフォンでご利用いただけます。AppStore又はGooglePlayよりアプリ「SALKO」をインストールし、登録してください。

【対象 OS】 ios8.0 以上

Android4.1 以上



**登録は無料!**  
歩数計・ランキング機能  
などを搭載しているよ!



SALKO

### ② 「令和元年度 SALKO チャレンジ! 参加申込書」を共済組合へ FAX

「令和元年度 SALKO チャレンジ! 参加申込書」に必要事項を記入のうえ、共済組合へ FAX してください。なお、参加申込書に利用者コードの記入が必要です。利用者コードの確認方法は申込書でご確認ください。

※ 申込様式については、共済組合 HP からダウンロード可能です。

<http://www.miyazaki-kyosai.jp/>

FAX:0985-24-5715 保健福祉課厚生係