



てっと君



ウォーキング チャレンジ通信

結果号
R6.12月

新潟市食育・花育
推進キャラクター
まいかちゃん



令和6年10月10日～30日に実施しました「新潟市 市民ウォーキングチャレンジ」に、
両チーム合わせて**1,729人**の方にご参加いただきました。

結果は下記の通りで、今回は「まいかちゃんチーム」が勝利しました！

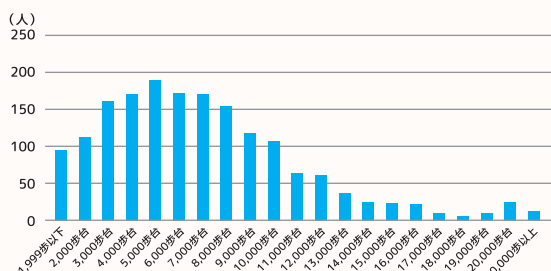
「てっと君チーム」は一步及びみせんでしたが、どちらのチームも頑張りました。

賞品・スポンサー賞当選者の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

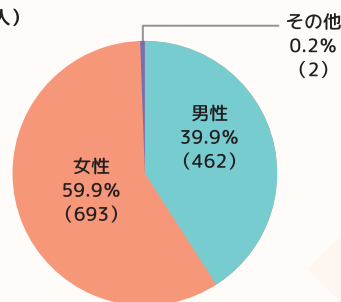
	参加人数(人)	累計歩数の平均(歩)	1日平均歩数(歩)
まいかちゃんチーム	876	162,466	7,736
てっと君チーム	853	158,458	7,546

※歩数0歩の人を除く

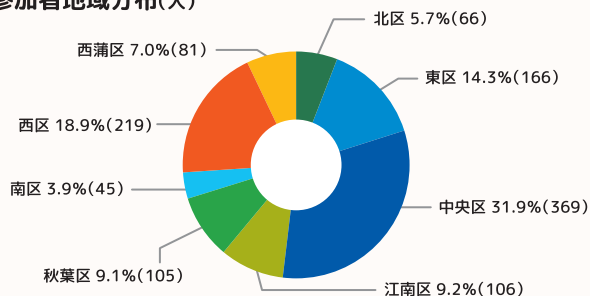
1日平均歩数分布



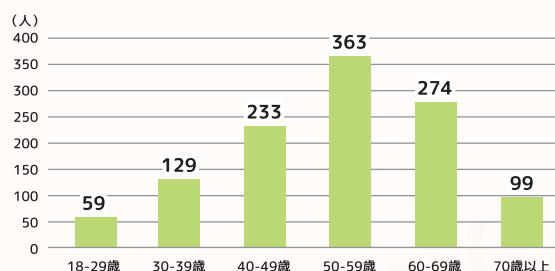
参加者男女比(人)



参加者地域分布(人)



世代別参加人数(人)



チャレンジ期間中、
体を動かす機会が
増えたと回答した人

85.7%

「次回も
参加したい」
と回答した人

99.8%

その他、アンケートでは
「他の人と見せ合いながら、楽しく歩くことができた」
「楽しくて周りにも勧めた」などの声をいただきました。

次回の参加もお待ちしています♪

※参加者属性・アンケートは、
アンケートに回答いただいた人数を集計した結果となります。

私も参加しました



新潟市

保健所健康増進課

TeNYテレビ新潟
アナウンサー
日高 優希

CHECK
01

グッピーヘルスケア「歩数ランキング」のご紹介

ウォーキングチャレンジが終わった後も、日々の歩数で年代別や地域別のランキングが確認できます。モチベーション維持のためにぜひご活用ください！



画面下部の「ランキング」アイコンをタップ

記録

毎日の歩数が全国、年代、性別、それぞれの区分でどのくらいの順位なのかが一目でわかります。

ランキング

歩数ランキング画面下部にある「地域の編集」より、地域の設定を行うことで地域別の順位を確認することも可能です。



CHECK
02

ウォーキングの次はちょいしお(減塩)にチャレンジ♪

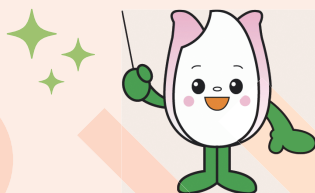
運動にプラスして食生活でも健康な体作りに取り組んでみましょう！
まずはランチなど外食の機会に取り入れてみるのがおすすめです。

減塩で健康な生活に！ 「ちょいしおプロジェクト」とは？

新潟市は脳血管疾患による死亡率が高く、その予防のため食塩のとりすぎに気を付ける「ちょいしお生活」をすすめています。健康寿命延伸に向けて市民の皆様お気軽に取り組んでもらえるよう、市内レストラン、ラーメン店で「野菜deちょいしおメニュー」を提供します。

店舗や詳細は下記のワードで検索！

新潟市 ちょいしお



メニューの一例：
「はなの台所」の
「ちょいしおごはんランチ」

「麺や来味」の
「きのこ岩のりの塩らぁ麺」

提供期間：令和7年1月16日(木)～3月7日(金)

問い合わせ先

新潟市保健衛生部 保健所健康増進課

〒950-0914 新潟市中央区紫竹山3-3-11
TEL:025-212-8154 E-mail:kenkozoshin@city.niigata.lg.jp

この事業は新潟市が実施広報についての業務を(株)テレビ新潟放送網が受託しています。