

令和6年度 新潟市ウォーキングチャレンジ Q&A

<参加者について>

Q 参加することで事業所等に何か良いことがありますか。

A ご参加いただいている事業所様からは、「従業員の健康意識が高まった」「事業所内で会話が増えた」との声が聞かれます。職場の活性化や一体感の醸成に是非ご参加ください。

Q 従業員というのは、正規職員だけですか。

A 正規職員だけでなく、臨時やアルバイトなど非正規雇用の方も含めてください。また、健康経営としての取り組みは、トップ自ら参加していただくことも重要と思いますので、社長や店主等、経営者の方も参加いただきたいと思います。

Q ダブルワークしている人が、両方の職場で参加してもよいですか。

A どちらか一方の職場で参加するようにしてください。

Q 途中から参加者が増えてもよいですか。

A アプリコースは途中参加ができません。

レポートコースは途中参加できますが、歩数計測をしていない期間は、歩数「0」でご記入願います。

Q 「1日8,000歩も歩けないので参加したくない」という人がいますが。

A 忙しくて歩く時間が取れない方が多くいらっしゃると思います。1日8,000歩にこだわらずに、まずは「自分の歩数を知ろう」、「楽しく歩こう」を目標に参加いただくとよいと思います。

Q 友人とチームを組んで参加してもよいですか。

A 健康経営の支援もかねて実施していることから、企業や事業所などで働いている方が、企業・事業所単位で参加することとさせていただいております。所属している事業所等の担当者を通して参加くださいますようお願いいたします。

Q 職場の仲間と一緒に歩いたりしないといけませんか。

A 参加者一人一人の生活にあわせて、歩数アップに取り組んでください。参加している皆さんで情報を交換し、励ましあって歩数アップにつなげていただきたいと思います。

<安全対策について>

Q けがや事故の安全管理などへの対処はどうしたらよいですか。

A 「運動前の体調チェックシート」を提供しますので、参加者募集の際に配布するなどして体調管理を促してください。また、交通事故への注意喚起を行ってください。けがや事故への責任は、本市では負えませんのでご了承ください。

<歩数測定方法について>

Q 1日の中で歩数を計測する時間帯は？

A 基本的に起床から就寝までを計測してください。業務等の都合で歩数を計測できない場合は、その時間の歩数は記録に反映できませんのでご了承ください。

Q 歩数は自己申告でいいのですか。

A アプリコースの場合は、アプリ管理者会社より新潟市にアプリデータを提供いただきます。参加者の中でお一人でもデータ提供に同意できない場合は、アプリコースには参加いただけません。

レポートコースの場合は、歩数計や歩数アプリなどで計測した歩数を自己申告してください。歩数の計測にあたっては、正しい歩数カウントを心がけてください。明らかに虚偽と思われる場合は、確認をさせていただきます場合があります。

Q アプリコースとレポートコースを併用して参加してもいいですか。

A アプリコースに参加する場合は、参加者全員がアプリ「グッピーヘルスケア」をダウンロードしていることが必須です。参加者の中でお一人でも、アプリ「グッピーヘルスケア」を使用できない方がいる場合は、レポートコースで参加くださいますようお願いいたします。

アプリコース

Q アプリ内のどこから参加すればよいかかわからない。

A アプリ内【+タブ】画面より、「ウォークラリー」を選択後、チームコード、氏名、ランキングに表示するお名前を入力してください。チームコードは、職場の担当者あてにお知らせしますのでご確認ください。

Q アプリ上の歩数が0歩のまま更新されません。

A アプリの歩数が0歩の場合、ヘルスケア（iPhone）や GoogleFit（Android）との連携ができていない可能性があります。下記より設定の確認をお願いします。

iPhone : <http://docs.guppy.jp/healthcare/Applehealthcare footing.pdf>

Android : <http://docs.guppy.jp/healthcare/googlefit footing.pdf>

それでもうまくいかない場合やその他アプリの使用方法についてご質問がある場合は、アプリ管理会社へお問合せください。（株式会社グッピーズ ☎03-5908-3883 営業時間：土日祝除く 9~18時）

Q アプリ上でどのようなデータが表示されますか。

A チーム順位、チームメンバーの累計歩数の平均がランキング表示されます。なお、個人の累計歩数やチーム内順位、総合順位も表示されます。参加者は、同じチームメンバーおよび参加者全員（全チーム）の累計歩数や順位も確認することができます。

【画面イメージ】



チームごとの順位が表示されます
(チームメンバーの累計歩数の平均)



チーム内の個人順位が表示されます
(歩数は個人の累計歩数)



参加者全員の順位が表示されます
(歩数は個人の累計歩数)

Q 歩数の更新はいつ行っていますか。

A 1時間に1回更新しています。アプリを起動することでデータを反映しているため、歩数表示とは差異が発生している可能性があります。

Q ランキングの更新はいつですか。

A アプリを起動することで歩数が反映され、1時間に1回更新されます。

Q 「ランキングに表示するお名前」を修正することは可能ですか。

A 一度設定したお名前は変更することができません。

Q スマートフォンを携帯せず測定ができなかった場合は、どうなりますか。

A 残念ながら、アプリでカウントされなかった歩数を修正することはできません。

Q 歩数データはどのように提供されるのですか？

A アプリを起動することでアプリ管理者より新潟市に歩数データが提供されます。チャレンジ終了翌日に必ず参加者全員がアプリを起動してください。提供されたデータは、本事業の評価にのみ活用させていただきます。データ提供に同意できない場合は、アプリコースには参加いただけません。

Q アプリに登録した身長・体重、地域などの情報も提供されますか？

A アプリ管理会社より提供されるデータは、参加団体のチーム毎・個人の合計歩数のみとなります。身長・体重、地域等のデータは、情報提供及び公開されることはありません。なお、アプリ利用時に事業所内（チーム内）で身長・体重、地域等の情報が共有されることもありません。

レポートコース

Q 歩数計等を忘れて測定ができなかった場合は、どうしたらよいですか。

A その日の歩数は「0」でお願いします。(歩数集計表の記入の仕方シート参照)

Q 2日分(3日分)の歩数をまとめてカウントしてしまいました。どのように記入したらよいですか。

A 累計の歩数を日にちで割って、それぞれの日に記入してください。(歩数集計表の記入の仕方シート参照)

Q 参加人数が多くて、歩数集計表のシートが足りません。どうしたらよいですか。

A 歩数集計表は、1つのファイルで10シート(10チーム)になっています。

参加人数(チーム数)が多い場合は、ファイルを増やしてください。

実施報告書に記入する「全体の1日当たり平均歩数」は、各ファイルの「平均一覧シート」の「全体の期間中合計歩数」を合計し、参加人数と日数で割り返して、記入をお願いします。

<結果発表・参加賞について>

Q 結果発表では、何が公表されるのですか。

A 参加者全体の1日平均歩数や事業所ごとの参加人数、参加率、1日平均歩数、実施報告書の自由記載等を市ホームページ等で公表する予定です。

事業所ごとの結果の公表については、事前に同意をいただきます。

Q スポンサー賞はありますか。

A 秋開催では、スポンサー賞を設けています。協賛を募り、参加事業所を対象に抽選をします。当選の発表は、発送をもってかえさせていただきます。

Q アプリコースのアプリポイント100ポイントはどのように取得できますか。

A アプリ内【新潟県タブ】を開き、「あなたのポイント」の【イベント参加】をタップして、市より送付されたイベントコードを入力してください。ポイント付与は有効期限があります。期限を過ぎた場合のポイント付与は対応いたしかねますのでご了承ください。