

家族みんなで参加しよう！

一人ひとりの健康意識の向上

チャレンジ！  
プラス  
1000歩

やまがた

# 健康長寿日本一

## プロジェクト 2023

楽しむ  
見る 学ぶ

やまがた **健康フェア2023** 9/23(祝) 24(日) 10:00~16:00 (24日は15:00まで) **参加無料**

1F・2Fいろんなところで開催！ **会場** イオンモール天童

### ミニステージ

みんなで健康体操  
減塩メニュー紹介など

啓発パネル展示

### キッズコーナー

輪投げ & 健康お菓子の  
つかみ取り

キーワードラリー

### セミナー

がん・循環器病・糖尿病  
などの医療系セミナー

### 実践講座

- 気軽にできる健康体操
- 実践講座

### 健康クイズ大会

### 企業タイアップ

### 出展者コーナー

## 運動

### やまがた健康長寿日本一 ウォーキングWEB大会

期間:令和5年6月上旬~11月下旬

- エリア/山形県全域
- 対象者/山形県内に在住の方

※アプリのダウンロードや利用時にかかる通信料は各自負担ください。

ウォーキングアプリ「aruku&」を利用し、県民のみなさんが日々健康づくりに取り組んでいただくことを目的として実施いたします。

### 参加方法

1 ウォーキングアプリ「aruku&」をダウンロード  
下記二次元コードを読み取るう！

団体コード「06ykf」が入力された状態でダウンロードできるよ！



2 アプリをダウンロード  
します。起動後『はじめて  
使う方』を選択します。

3 個人情報の取り  
扱いについて確認  
後、同意します。

4 ニックネーム  
等、プロフィール  
を入力します。

5 T-POINTカードをお持ちの方は  
Yahoo!JAPAN ID連携を行います。  
(利用開始後も設定可能です。)

6 団体連携の画  
面が表示されま  
すので「団体に  
参加」をタップ  
します。団体コ  
ード「06ykf」が  
あらかじめ入力  
されていますの  
で「次へ」をタ  
ップします。



7 団体連携時の規約が表示  
されますので、確認後「同  
意する」をタップします。

8 住所・電話番号・  
年代を入力し申請  
します。

[アプリ利用時の注意]アプリは常時起動する必要はございませんが、データ連携が必要となります。1週間に1度程度は歩数をご確認ください。

※写真・イラストはイメージです。

さらに  
最終月には  
6月~11月までの  
総合順位等により  
「頑張ったで賞」を  
合計30名様に  
プレゼント！

いっぱい歩こう！

毎月、応募条件※を  
達成された方の中から  
抽選で10名様(合計60名様)に  
「県産品カタログギフト」や  
「山形のうまいもの」を  
プレゼント！

※応募条件  
月間240,000歩(1日平均8,000歩)  
達成された方

※当選者の発表は賞品の発送をもって  
代えさせていただきます。



楽しむ

# やまがた健康長寿日本プロジェクト 2023

スタンプラリー会場をめぐって  
素敵なプレゼントを  
もらおう!

## ウォーキングチャレンジスタンプラリー

期間:令和5年6月上旬~11月下旬  
※応募期限:11月30日(木)

■エリア/山形県全域 ■対象者/山形県内に在住の方  
※各イベントに参加する際に発生する参加料や交通費は各自御負担ください。

参加無料

各地域のウォーキングイベントに楽しみながら参加していただくことを目的に実施します。  
下記スタンプラリーイベントに参加し、スタンプを3個集めた方の中から抽選で100名様に



### 「県産品カタログギフト」や「山形のうまいもの」をプレゼント!

#### スタンプラリー参加方法

##### デジタル方式

アプリをダウンロードして参加してください。



1 ウォーキングアプリ「aruku&」をダウンロード



4 必要枚数(3枚)がそろったら応募したい賞品を選択

2 右記、スタンプラリー会場にて設置してある二次元コードを読み取る



5 賞品内容を確認



3 自動でアプリが起動し、カード取得



6 住所を入力し、応募完了  
※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

##### 台紙(アナログ)方式

右記スタンプラリー会場でスタンプラリー専用の台紙を配布します。各会場のゴール地点でスタッフがスタンプを押印します。スタンプが3個集まったらご応募ください。

※当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

#### スタンプラリー会場(実施時期)

毎月開催するイベントは、スタンプも毎月変わりますので何回でもご参加ください。

山形市	山形市総合スポーツセンター周辺ウォーキング ●10月上旬(予定)
寒河江市	寒河江さくらんぼウォーク2023 ●6月17日(土)
天童市	天童もみじスイーツウォーキング ●10月9日(月・祝)
	地域めぐりウォーク ●7月9日(日)・8月27日(日)・11月12日(日)
	健康ウォーキング「クアの道」●6月14日(水)・24日(土)・7月~11月(各月2~3回) ※スタンプは1回の押印となります。
	健康長寿日本一ウォーキング大会 in 山形県総合運動公園 ●9月10日(日)
尾花沢市	明治安田生命リーグウォーキング in YAMAGATA ●10月1日(日)
中山町	プナ林ウォーキング2023 ●6月27日(火)・7月27日(木)・8月25日(金)・9月27日(水)・10月27日(金)
	ミニ健康フェスタ2023 in 上柳:プナ林ウォーキング ●10月14日(土)
大江町	第2回 なかやますももウォーキング ●9月30日(土)
新庄市	第41回 舟唄健康マラソン大会〔ウォーキングの部〕 ●6月25日(日)
鮭川村	いものこ健康ウォーキング in 新庄 ●9月24日(日)
米沢市	新庄・最上の街並みをノルディックウォーキングで楽しもう ●9月・10月開催
南陽市	米澤上杉城下町マラソン2023〔ウォーキングの部〕 ●10月8日(日)
川西町	第24回 南陽さわやかワインマラソン大会〔ウォーキングの部〕 ●10月9日(月・祝)
	ひめさゆりウォーク ●6月10日(土)
鶴岡市	みんなで歩こう!里山あるき2023 羽黒山修験のみち ●9月16日(土)
	みんなで歩こう!里山あるき2023 大山上池・下池 ●9月17日(日)
	第25回 国際ノルディックウォークin鶴岡 ●9月18日(月・祝)
	水中ポールウォーキング教室 ●11月18日(土)
酒田市	スパールノルディックウォーキング ●6月18日(日)・10月(2回)
	ひらたジョグ&ウォークフェスタ ●10月9日(月・祝)
遊佐町	2023 眺海の森 紅葉ウォーキング ●10月28日(土)
	第29回 奥の細道鳥海ツーデーマーチ ●9月2日(土)~3日(日) ※1日参加、2日参加でもスタンプは1個となります。
	遊佐の宝「漁業文化」を楽しむ 西遊佐「漁業文化」探訪コース ●6月25日(日)
遊佐町	遊佐の宝「縄文文化 小山崎遺跡」を楽しむ 吹浦「小山崎遺跡」探訪コース ●7月16日(日)
	あなたの知らない遊佐町を楽しむ(仮称)遊佐地区探訪コース ●10月15日(日)
	魅力満喫の偉人の故郷を訪ねる高瀬八景紅葉を楽しむコース ●11月5日(日)

※各イベントの詳細・お申込については、各イベントの主催者まで直接お問い合わせください。

#### 県内のウォーキングイベントをHPで紹介しております

スタンプラリーイベントの詳細は、右記の二次元コードから御確認ください。  
各イベントのHPやチラシにアクセスされます。(各イベントのHPやチラシがある場合に限り)



カレンダーで見やすい

6月上旬公開

アプリのインストール及びスタンプラリーの参加方法に関する  
問い合わせ先 山形アドビューロ  
TEL.023-641-2160  
(受付時間) 平日9:00~17:00



主催/やまがた健康フェア2023実行委員会

《お問い合わせ先》やまがた健康フェア2023 実行委員会事務局  
山形県健康福祉部がん対策・健康長寿日本一推進課内

(受付時間) 平日9:00~17:15

TEL.023-630-2313

詳細はWEBへ



※イベントは予告なく変更となる場合があります。詳しくはホームページをご覧ください。

6月上旬公開