

スマートフォン × 歩く
個人対抗！ 健康づくり



四日市を あるく
ARUKUNピック



個人対抗！
四日市をARUKUNピックとは？

期間中、日常生活の歩数をスマートフォンアプリで
集計し、平均歩数を競うウォーキングイベントです。
たくさん歩いて、賞品をゲットしよう！

開催期間：2024年10月1日(火)～10月31日(木)

申込期間：2024年9月2日(月)～10月31日(木)

参加無料
参加賞あり

対象・参加注意点

○対象者は、スマートフォンをお持ちの18歳以上の市内在住の人

※スマートフォンに指定のアプリをインストールする必要があります

○市内にお勤めの方は、原則「企業対抗！四日市をARUKUNピック」

へご参加ください

○アプリの利用登録にはメールアドレスが必要です

○ウォーキング中はスマートフォンを持参ください

※スマートフォンで歩数の集計を行います。持ち歩いていないと歩数がカウントされません

※スマートウォッチを使用する場合、スマートフォンとの連動をあらかじめご確認ください



手軽に始められるウォーキングで、
健康づくりに取り組みませんか

四日市市役所 健康づくり課
〒510-8601 四日市市諏訪町1番5号
電話 059-354-8291

参加方法は裏面へ！

参加方法

iPhoneをご利用の方は「ヘルスケア」を、
Androidをご利用の方は「Google Fit」を事前にインストールしてください
歩数が「ヘルスケア」「Google Fit」にカウントされていれば、イベント
途中の参加でもアプリへ反映されます

START

スポーツタウン
WALKER
をインストール



STEP 1

アプリ利用登録
必要事項を入力して
アカウントを作成！





利用登録の方法が
わからない方は
こちらのガイドブック
をご覧ください



STEP 2

イベント参加（登録期間9月2日～10月31日）

- ①アプリ  を起動し、画面下部「イベントメニュー」アイコン  を選択
- ②「イベントを探す」タブから「個人対抗！四日市をARUKUンピック」を選択
※「企業対抗！四日市をARUKUンピック」は別のイベントです。間違えないよう気をつけてください。
- ③イベント詳細を確認後、注意事項に同意のうえ「参加する」

10月1日から
ARUKUンピック スタート

● スマートフォンと一緒に歩こう！ ●

歩数データを集計サーバーに送信するために
1日1回程度アプリの起動が必要です。
(アプリ起動は歩行時でなくても大丈夫です)

△危険なので歩きながらの
スマートフォン操作は控えましょう。

● 上位の人には賞品を進呈 ●

全員もらえる参加賞あり！
(アプリで歩数が計測された人が対象)
条件達成でもらえる特別賞
もあります😊

● 全体ランキング結果入賞結果は
四日市市ホームページで公表させて
いただきます。 ●

居住地区・年齢・歩数を公開予定

● 運動のきっかけが
ほしい人、一緒に運動する
仲間がほしい人など
みなさまのご参加を
お待ちしております ●

