令和５年４月吉日

洋友会四国地区　会員の皆様

第６弾『健やかウォーキングキャンペーン』実施のご案内

いつも洋友会の活動にご協力・ご支援を賜りまして誠に有難うございます。
2019 年度に開始した『健やかウォーキングキャンペーン』は毎回参加者も増加してご好評をいただいています。健康維持の基本は歩くことに有ります。日々の記録をすることにより歩くことを意識、確認するためのキャンペーンです。本企画は競争ではありません。個人の体力、体調に合わせて歩きましょう。参加して継続して歩くことを重視した特典としました。

記

1. 開催趣旨　歩くことを習慣化することにより健康の増進・維持の一助とする。
2. 実施期間　2023 年 5 月 1 日～2024 年 2 月 28 日までの 10 か月間
3. **自己目標**　申込時の目標距離は参加特典とは連動しないこととする。
　　申込者の体力に応じた距離を設定し自分自身の指標としてください。
4. **実績報告**　前半実績報告　10 月 10 日まで　　後半実績報告　3 月 10 日まで
　　報告先　各地区ブロック長　又は愛媛ブロック　米元宛
　　※ 実績報告が期限内に無い場合には参加特典の付与対象になりません。

5.参加特典

① **参加賞** 1,000 円程度の記念品（前年より 500 円増額）
　キャンペーンへの参加申込を提出し結果報告を提出した方全員

③ **達成賞**　歩行距離数に応じて下記の達成賞を進呈（参加賞に加算）

・600Km 達成賞　　期間中の歩行距離合計 600Km 以上の方　　500 円の記念品
・1,000Km 達成賞　期間中の歩行距離合計 1000km 以上の方　1,500 円の記念品
・1,500Km 達成賞　期間中の歩行距離合計 1,500Km 以上の方　2,000 円の記念品

6.申込方法

・下記の申込書を各地区のブロック長又は愛媛ブロック米元宛に提出
・その他　総会議案返信ハガキ、メール、FAX、電話、口頭等参加の意思表示が有れば参加申込とします。

……✂……

洋友会四国地区　事務局様

2022 年度ウォーキングキャンペーン申込書

私は　　ｋｍを目指して積極的に参加します。

（地　区　名）　　地区
（ご　氏　名）