

令和7年度“地域版”企業で“歩こーで！”（企業・団体対抗歩数競争）実施要領  
10月の県版に続いて地域版（諫早市・大村市・東彼杵郡内）11月も歩こーで！

1 趣旨・目的

働く世代の健康づくりを推進するためには、日常生活の中で無理なく取り組める健康習慣の定着が重要であり、特に、運動不足の解消は生活習慣病の予防やメンタルヘルスの向上に大きく寄与する。

本事業は、「歩こーで！」アプリを活用し、職場単位での健康づくりを楽しく、かつ継続的に実践できる環境を提供し、企業間での競争を取り入れることで、従業員のモチベーションを高め、組織全体での健康意識の向上を図ることを目的とする。

長崎県全体で展開される「企業で“歩こーで！”（長崎県企業・団体対抗歩数競争）」（以下、県版）と連動した開催とすることで、県央保健所管内における参加促進の強化を目的に、地域に根ざした連携の取り組みを行い、地域全体の健康水準の底上げを目指すとともに、企業における健康経営の推進にもつなげていくものとする。

2 主催

長崎県県央保健所

3 協力機関

県央保健所地域職域連携推進協議会

【構成団体】

諫早医師会、大村市医師会、東彼杵郡医師会、諫早市歯科医師会、大村東彼杵歯科医師会  
諫早労働基準監督署、県央地域産業保健センター、全国健康保険協会長崎支部、長崎県健康事業団、株式会社中央総合警備保障、長崎県中央農業協同組合、諫早商工会議所 大村商工会議所  
諫早市、大村市、東彼杵町、川棚町、波佐見町(順不同)

4 開催期間

令和7年11月1日(土)から令和7年11月30日(日)までの1か月間  
(県版は10月1日(水)から1か月間)

5 表彰の部門及び対象

(1) 少数精鋭で「歩こーで」部門

諫早市、大村市、東彼杵郡の事業所で従業員数が50名未満の企業・団体

(2) 多士済々で「歩こーで」部門

諫早市、大村市、東彼杵郡の事業所で従業員数が50名以上の企業・団体

6 応募要件

以下の各号にいずれも該当する企業・団体であること。

(1) 県央保健所管内(諫早市、大村市、東彼杵郡)に事業所、支所が所在していること。

(2) 過去5年間に重大悪質な事案で法令等に違反し、処分等を受けていないこと。

(3) 以下の①～⑤のいずれにも該当しないこと。

①暴力団員等、またはこれらと密接な関係を有すること

②国税、地方税、社会保険料、労働保険料を滞納していること

③労働安全衛生法、健康増進法の規定に違反していること

④地方自治法施行令第167条の4の規定により一般競争入札の参加を制限されていること

⑤長崎県から指名停止措置を受けていること

## 7 参加申込

別添の参加申込書を県央保健所にメール、またはFAXで送付する。

### 【送付先】

県央保健所地域保健課

メール：s34340@pref.nagasaki.lg.jp FAX：0957-26-9870

### 【申込期限】令和7年10月30日（木）

県版に参加の場合は9月30日（火）17時まで  
期限を過ぎても申込は可能。表彰の対象外とする。

※企業登録を行っていない場合は、参加申込書を事務局あてに提出後、事務局から企業登録に必要な6桁のコード（数字）を連絡するので、参加者は、アプリに入力して各企業・団体のグループに参加する。

## 8 審査方法

以下の方法により各部門の順位を決定し、各1位～3位について表彰する。

(1) 参加している企業・団体の期間中参加者1人当たりの平均歩数を算出（「歩こーで！」データから抽出）

(2) (1)の平均歩数に以下の参加率を応じた数値を乗じる

参加率	乗数	参加率	乗数
100%	2.0	60%以上	1.2
90%以上	1.7	50%以上	1.1
80%以上	1.5	50%未満	1.0
70%以上	1.3		

### 【計算例】

平均歩数 6,000 歩/人 従業員 100 人 うち参加者数 70 人  
 $6,000 \times 1.3 = 7,800$  ←この値で順位を決定する

## 9 表彰の時期及び場所

表彰の時期及び場所については、後日決定する。

各部門1位には副賞を贈呈する。

## 10 参加賞

参加者全員に「歩こーで！」のポイントを100ポイント進呈する。

## 11 公表

参加企業・団体の順位や途中経過・最終結果は県央保健所のホームページで公表する。