

歩くべあきた Q&A (シニアの部)

Q1. 途中から参加したい仲間がいる場合は？

申し訳ございませんが、途中参加はできません。継続することが目的なので、参加希望のかたはスタート時にメンバー登録をしてください。

Q2. 途中辞退者が出た場合はどうなるの？

残りのチームメンバーが2名以上であれば、継続可能です。仲間と継続することが目的のひとつです。

Q3. 1日も休まないで歩数カウントしないといけないの？

1か月のうちで20日以上のカウントをお願いします。無理のない範囲で参加してください。

Q4. 1日の中で歩数計をつけている時間帯は？

起床から就寝までの日常生活での歩数を計測していただきます。自宅での家事動作やウォーキングなど全ての歩数を計測してください。

Q5. カウント表は毎月いつまでに提出したらいいの？

翌月の5日までに提出してください。毎月、中旬頃までに、ホームページで平均歩数の結果を発表します。また、郵送でもチームリーダーを通じて、平均歩数の結果をお渡しします。

Q6. 歩数計の電池が切れてしまいました。交換してくれますか？

電池切れの場合、大変申し訳ございませんが、使用者様の負担となります。

Q7. 歩数計が壊れました。新しいものを購入しなければなりませんか？

新しい歩数計は、購入しなくても大丈夫です。

壊れた歩数計を保健予防課までお持ちください。新しいものと交換いたします。