



ランキング結果 (9月分) のお知らせ

初めての計測が終わりましたが、皆様いかがでしたでしょうか？

9月の上位5チームは、1位「れんけつ倶楽部」、2位「コリウスエース」、3位「KKRC」、4位「KKRC・SSK」、5位「#ワクワク歩いてみた①」でした！

※順位は、平均スコア（小数点第2位）で決定しています。

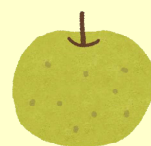
同点の場合、平均歩数、平均速歩時間の順に比べ、順位を決定します。

歩数と速歩時間は上限がないのに対し、スコアは上限が「100」になっているため、平均にすることで、歩数や速歩時間が少なくても、スコアが上回ることがあります。

【9月】

順位	チーム名	平均スコア (点)	平均歩数 (歩)	平均速歩時間 (分)
1	れんけつ倶楽部	99.68	22,918	87
2	コリウスエース	94.31	12,687	35
3	KKRC	91.69	13,411	35
4	KKRC・SSK	90.31	15,403	56
5	#ワクワク歩いてみた①	85.89	9,861	24
6	おばこな ひでこな カトコロ チーム	85.23	9,382	21
7	310	84.38	11,361	25
8	コリウスシニア	84.34	8,083	26
9	ハイパー うさぎ組	83.41	8,741	21
10	増やせ筋肉 減らせ腹囲	83.28	8,449	24
11	T U Y (チームエコバッグ)	81.50	12,865	48
12	チーム 輝 <かがや>	80.87	8,149	17

順位	チーム名	平均スコア (点)	平均歩数 (歩)	平均速歩時間 (分)
13	みらいあチーム	79.99	9,187	24
14	team ローリエ	79.88	9,499	23
15	コリウスヤング	78.88	10,656	23
16	AKT61	78.56	9,472	18
17	みんなに 「エール」を送る！	78.36	8,397	27
18	なまけもの・フラッシュ	77.83	8,696	18
19	Mame de ARU GO！	77.03	7,850	19
20	#ワクワク歩いてみた②	76.90	7,238	22
21	AKO47(東部ガス)	76.60	7,445	18
22	1Fシスターズ「I・TO・I」	76.27	7,932	16
23	チーム ヨンチャン	75.93	9,004	21
24	MY MHF	75.70	7,778	15
25	チーム SAKU	74.77	6,067	21
26	S・S・J	74.67	7,198	22
27	ブラックパンサー	73.98	7,248	15
28	秋田歩きます芸人	73.85	8,936	17
29	けっばるず	72.10	9,011	10



順位	チーム名	平均スコア (点)	平均歩数 (歩)	平均速歩時間 (分)
30	ゆかいな大和家	72.10	7,375	19
31	チーム 2階のすみっこぐらし	71.83	7,411	16
32	チーム 47	71.49	6,392	10
33	ABS 秋田放送 フレッシューズ☆	71.38	7,898	10
34	コリウスNS	71.12	5,963	13
35	チーム ミミちゃん	70.86	5,875	16
36	コリウスデイ	70.76	6,432	10
37	チーム かねちゃん	69.76	7,175	12
38	歩く庶務	69.06	8,249	9
39	チームチョコミント	68.95	6,592	14
40	KOTEMIKI	68.93	7,319	9
41	いちべえの分家	68.77	6,146	9
42	秋田 D	67.58	7,084	9
43	エキマイク ぽっこり選抜	66.02	6,170	10
44	歩く改革	65.34	6,193	8
45	高鍋	65.20	5,740	9
46	スタディスペース 潟上	64.96	6,087	8



順位	チーム名	平均スコア (点)	平均歩数 (歩)	平均速歩時間 (分)
47	レスピウォーカー	62.73	6,533	5
48	3ST	62.39	6,256	13
49	チームスポひめ	62.28	5,566	13
50	コリウス事務	61.84	5,465	10
51	ABS総務部	61.52	7,638	7
52	おいしい！ “のむ、りんご	61.39	4,438	8
53	チームスポまる	61.31	4,957	10
54	チーム J	61.03	4,360	9
55	あさひA	60.60	5,122	8
56	次のポケストップまで 歩こう！	59.99	5,967	4
57	がんばれ！ “のむ、トマト	59.42	6,072	8
58	菅原家	59.12	3,912	6
59	あさひB	57.71	5,223	11
60	神さんぼ	57.52	4,437	8
61	チームスポまるヤング	57.36	5,720	3
62	チーム 八橋のお父さんず	57.21	4,837	6
63	NAMAHAGE	57.20	4,964	5



順位	チーム名	平均スコア (点)	平均歩数 (歩)	平均速歩時間 (分)
64	チーム さーや	56.52	5,147	10
65	チーム まっきー！	55.87	4,724	5
66	Igusube Inex	55.12	4,377	6
67	TF環境安全	54.64	4,977	6
68	チーム・ネウボラ	54.53	5,292	6
69	藤田	53.74	4,278	5
70	Part in life	52.98	3,935	6
71	アシ☆ガール	52.97	3,543	6
72	チーム CB	51.51	4,415	8
73	Wide Surface	50.05	3,740	6
74	上から読んでも 下から読んでも 『癒家よしなに。』	46.91	2,937	5

※ペナルティでチーム平均スコアから減点されている場合があります。

秋田市では体力の保持増進や生活習慣病予防のために、**20～64歳の平均歩数を1日8,000歩以上**、65歳以上の平均歩数を1日6,000歩以上として目標を設定しています。
(参考：第2次健康あきた市21)

そして、「**1日8,000歩、そのうち速歩き20分**」に相当する運動量が日常生活の中で保たれていれば、生活習慣病予防に大きな効果が期待できます。
(参考：YAMASA active walking 青柳幸利監修)

みなさん「8,000歩、そのうち速歩き20分」を合い言葉に取り組んでみましょう！
ちなみに、**今回該当したのは、74チーム中16チーム**でした。

