

## 令和８年度「あるとつく」職場対抗戦 実施要領

### 1 目 的

大分県が目指す「健康寿命日本一」の課題の一つである働き盛り世代の健康づくりを推進するため、健康アプリあるとつくを活用した健康づくりイベントを実施する。

### 2 実施主体

大分県福祉保健部県民健康増進課

### 3 事業概要

#### (1) 対象

大分県内の事業所

#### (2) 実施期間

第１回 令和８年５月１８日（月）から６月３０日（火）まで

第２回 令和８年１０月１日（木）から１１月３０日（月）まで

#### (3) 取組内容

職場で５～２５人のグループ（以下「グループ」という。）を作り、あるとつくを活用した健康づくりに取り組む。

県民健康増進課は参加申し込みのあったグループの歩数等を集計し、優秀チームに対し表彰する。

### 4 参加申込

#### (1) 申込期間

第１回 令和８年４月１３日（月）から５月８日（金）まで

第２回 令和８年９月７日（月）から９月２３日（水）まで

※申込期間終了後から実施までの間で、申込内容の確認期間（１週間を予定）を設定する。

確認方法などはあるとつくでお知らせする。

#### (2) 申込手続

グループの代表者が、あるとつくから参加申し込み登録を行う。

なお、グループのメンバーは、スマートフォンであるとつくをダウンロードし、グループ設定を行わなければならない。

### 5 参加特典

あるとつくポイント１００ｐｔ

## 6 審査基準

第1回：グループごとの平均歩数で順位を決定する。

ただし、グループメンバー1人当たりの1日の歩数は8,000歩を上限として集計する。なお、同じ平均歩数となった場合の順位は、以下の優先順とし、②でも同順の場合は事務局による抽選で決定する。

① 参加人数が多いグループ

② 開催期間中の獲得ポイント※のグループ平均が多いグループ

※歩数だけでなく、すべてのポイントプログラムが対象

第2回：グループごとの平均ポイントで順位を決定する。

なお、グループの平均ポイントが同点の場合は、以下の優先順とし、②でも同順の場合は事務局による抽選で決定する。

①参加人数が多いグループ

②歩数ポイント数が多いグループ

対象ポイントは以下のとおり。

①ログインボーナス

1日1ポイント

②歩数 ※アプリで付与されるポイントの10倍で換算

4,000歩～4,999歩：20ポイント

5,000歩～5,999歩：40ポイント

6,000歩～6,999歩：60ポイント

7,000歩～7,999歩：80ポイント

8,000歩～：100ポイント

③体重、体温、健康状態記録

1日1ポイント

④生活習慣チャレンジ

各項目に対して1日1ポイント

⑤ミッション参加

イベントや施設利用等のミッション達成で20ポイントまたは40ポイント

⑥スタンプラリー

1チェックポイントごとに10ポイント付与

⑦コラム

読み終わると1ポイント付与

⑧アプリ紹介

1週1ポイント

⑨動画視聴

1本1ポイント

※バーチャルウォーキングでの獲得ポイントは対象外

また、以下の内容については抽選券1枚を50ポイントに換算する。

①ミッション参加 ※参加等が有料のもの

②食の健康応援団

③温泉巡り

(注意点)

- ・ポイント獲得に係る不正が確認された場合、当該グループは失格とする。
- ・職場対抗戦参加申込の確認期間終了後にグループメンバーを変更した場合は審査対象外とする。

## 7 表彰

県民健康増進課にて、県ホームページへ対抗戦順位を公表する。

また、賞金及び表彰状については、事業所を管轄する保健所等にて交付する。

なお、県職員によるグループは、1～10位の賞金を受けることはできない。

- 1位 賞金50,000円、表彰状
- 2位 賞金40,000円、表彰状
- 3位 賞金30,000円、表彰状
- 4位 賞金20,000円、表彰状
- 5位 賞金10,000円、表彰状

### 上位賞

6～10位 賞金8,000円、表彰状

### おうえん企業賞

20位、30位、40位、50位、60位、70位、  
80位、90位、100位、150位、200位、250位、300位

| 事業所の所在地     | 管轄保健所等名      | 所在地              | 電話番号         |
|-------------|--------------|------------------|--------------|
| 別府市、杵築市、日出町 | 東部保健所        | 別府市大字鶴見字下田井 14-1 | 0977-67-2511 |
| 国東市、姫島村     | 東部保健所国東保健部   | 国東市国東町安国寺 786-1  | 0978-72-1127 |
| 臼杵市、津久見市    | 中部保健所        | 臼杵市大字臼杵字洲崎 72-34 | 0972-62-9171 |
| 由布市         | 中部保健所由布保健部   | 由布市庄内町柿原 337-2   | 097-582-0660 |
| 佐伯市         | 南部保健所        | 佐伯市向島 1-4-1      | 0972-22-0562 |
| 竹田市、豊後大野市   | 豊肥保健所        | 豊後大野市三重町市場 934-2 | 0974-22-0162 |
| 日田市、玖珠町、九重町 | 西部保健所        | 日田市田島 2-2-5      | 0973-23-3133 |
| 中津市、宇佐市     | 北部保健所        | 中津市中央町 1-10-42   | 0979-22-2210 |
| 豊後高田市       | 北部保健所豊後高田保健部 | 豊後高田市是永町 39      | 0978-22-3165 |
| 大分市         | 県庁 県民健康増進課   | 大分市大手町 3-1-1     | 097-506-2777 |