

鳥取県の  
企業様へ

ウォーキングアプリ  aruku& (あるくと) を使った  
企業対抗ウォーキングイベント

従業員の運動の

きっかけ作りに！

# 1day 3000

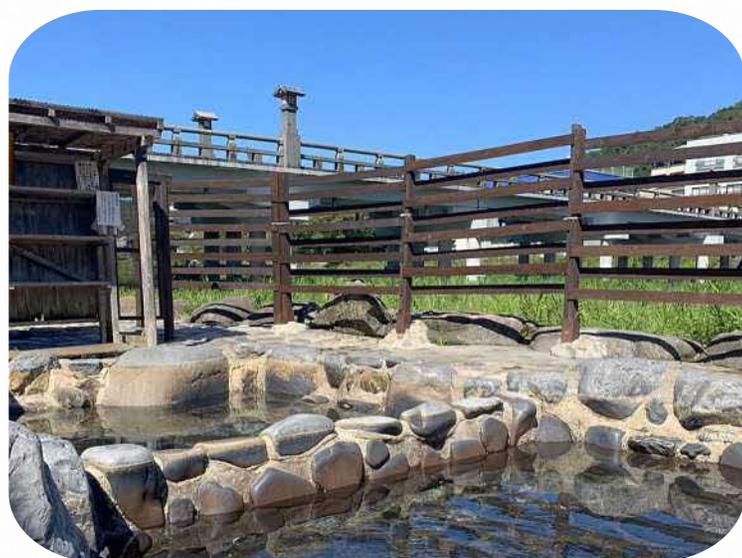
## ソーシャル・ウォーク

2024.2/7  0:00 ▶

2024.2/20  24:00



上位を逃しても…  
抽選で  
**三朝みすと**  
が当たる！



2週間毎日

**3,000**歩

歩いてみよう！

成績上位の企業には

**三朝温泉旅館利用券** をプレゼント！

1位 10万円分！ 2位 5万円分！ 3位 3万円分！

県内企業限定の  
特典をプラス！

**参加企業募集中 (参加無料！)**

申込期限：2024/1/15(月)24:00まで

協賛：三朝温泉旅館協同組合



## なぜ3,000歩？

普段運動する機会のない方でも  
「これならやってみよう」とチャレンジしやすい  
目標を設定しています。



## 働き盛りは運動不足？

令和4年に実施した県民健康栄養調査では、男女とも  
おおよそ20～50代の働き盛り世代の歩数が少なく、  
また、運動習慣者の割合も、働き盛り世代は他の年代より  
も低い結果となっていました。

## こんな方におすすめ！

- ・従業員の運動不足が心配
  - ・従業員の運動のきっかけづくりをしたい
  - ・集まらずにできる運動施策を探している
  - ・自社イベントの企画の参考にしたい
- とお考えの人事・総務・健康経緯のご担当者様



詳細はWEBからガイダンス資料をダウンロード

1day3000

検索

<https://www.arukuto.jp/biz/1day3000>

