

ちょっとずつ歩いて貯めよう！

# 千リツモ WALKING

期間内に目標歩数をクリアして景品をもらおう！

ルール：ウォーキングやランニングなど運動に限らず、家事や仕事など日常生活で出た歩数を記録して、期間内に目標歩数をクリアする。どこでも（危険な場所・他の私有地以外）いつでも実施してOK！

用意するもの：万歩計（スマホ可）※教育委員会でもご用意しますが、数に限りがございます。

対象者：留寿都村に在住する人



☆実施期間☆  
**2月1日**  
**～3月22日**

## 目標歩数

◎小学生以下	280,000 歩
◎中学生～65歳未満	210,000 歩
◎65歳以上	140,000 歩

目標歩数をクリアした方（先着順）に景品をプレゼント！！

- 目標歩数をクリアした時点で、教育委員会まで裏面の「歩数記録表」の提出または、歩数が記録されているスマホを提示してください。景品については先着順となるため、景品がなくなり次第、事業終了となりますが、実施期間後も景品に余りがある場合は、歩数記録表等について、令和6年3月25日（月）までに提出してください。※景品は事業終了後にお渡しいたします。実施期間内に事業が終了した場合はお知らせいたします。
- 裏面の「歩数記録表」が足りない場合は、各ご家庭でコピーしていただくか教育委員会までお知らせください。

事前申込は不要です！クリアしたら記録表を提出してください！

主催：留寿都村教育委員会

共催：留寿都村スポーツ協会

# 歩数記録表

## 2月

住所 留寿都村字

日	月	火	水	木	金	土	合計
				1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29			

## 3月

日	月	火	水	木	金	土	合計
					1	2	
3	4	5	6	7	8	9	
10	11	12	13	14	15	16	
17	18	19	20	21	22		

2月合計 \_\_\_\_\_ 歩 + 3月合計 \_\_\_\_\_ 歩 = \_\_\_\_\_ 歩