あるく・あかるく・あたらしく
ウォーキングチャレンジ結果発表

　１０月１日からの１か月間で実施した「ウォーキングチャレンジ」の結果を発表します。
　個人での参加は７０名、チームでの参加は１２チームと多くの方にご参加いただきました。
　たくさんのご参加、ありがとうございました。

◎個人の部

順位	名前（敬称略）	歩数
１	坂尻　直一	７２９,３８３
２	あひる55	４８９,６３９
３	小林　敏哉	４２８,９１２
４	趣味ランバーバ	４２７,８５０
５	鯖江　恭子	４１８,７８２
６	わったのばあちゃん	４０２,４２４
７	明石　秀雄	３６９,５２５
８	Ｋｏｊｉ	３６９,５１４
９	互野　利夫	３５７,３４５
１０	Ｔ−Ｆｕｊｉ	３５４,６２２
１１	白石　暁子	３４７,６６０
１２	館洞　弘美	３２９,８４１
１３	コロせっちゃん	３２６,３６２
１４	匿名	３１９,０１１
１５	トゲトゲ	３１８,５３８
１６	矢野　三姫	２９５,３６０
１７	本サッキー	２９３,１２４
１８	匿名	２８８,５０９
１９	くろももさくら	２８５,８６２
２０	ムネリン	２８３,８９２
２１	はるたか	２７８,０９６
２２	日本	２６７,９１２
２３	匿名	２６７,５００
２４	蔦　守	２６５,９１５
２５	ふじもー2	２５８,３９３
２６	びーちゃん	２５６,５９４
２７	ヒーロー58	２５６,３４５
２８	コテツ	２５２,０９０
２９	ミーちゃん	２４７,５７０
３０	スミさん	２４７,１１５
３１	38	２４０,６０９
３２	権兵衛のママ	２４０,１１４
３３	蔦　律子	２３６,４１７
３４	匿名	２３３,７０５
３５	コーヒー友の会2号	２３３,４４６
３６	藤本　一枝	２２９,５３２
３７	48才をいったりきたり	２２８,３４１
３８	あいちゃん	２１８,５５３
３９	伊藤　真美	２１２,９５７
４０	匿名	２０８,８１３
４１	匿名	２０６,７４９
４２	ゆうちゃん	２０６,５８２
４３	にこりん	２０４,３２０
４４	ハンギョドン	２０２,５９４
４５	匿名	２００,１６１
４６	Ｌａｌａ	１９９,７５７
４７	匿名	１９９,３９４
４８	みゆき	１９２,０９８
４９	匿名	１８５,０５４
５０	ＳＳ	１８２,６６１
５１	えつこ	１８０,２２９
５２	匿名	１７５,７６９
５３	匿名	１５５,５５５
５４	金澤　菜美子	１５５,４０５
５５	ライフ	１５１,８０２
５６	匿名	１５０,０５２
５７	かめ	１４１,６１３
５８	まめちゃん18号	１３９,７６７
５９	ふじし	１３４,８２４
６０	たも	１２９,０９６
６１	たまごさん	１２３,７４８
６２	まめちゃん17号	１２０,３４６
６３	でかつよ	１１１,８５１
６４	きっちょう	１１１,３５０
６５	柴田　節子	１０３,６７１
６６	匿名	９９,３４０
６７	匿名	９３,０８２
６８	ポチャッコ	５５,３７２
６９	匿名	４８,３７４
７０	さもん	１３,２１６

◎チームの部

順位	チーム名	人数	平均歩数
1	**歩く日高町**	**4**	**647,746**
2	黒水	2	606,950
3	Wひろちゃん	2	423,397
4	C—1	2	390,585
5	チームおさんぽ	2	279,084
6	チーム青組	3	231,669

順位	チーム名	人数	平均歩数
7	Ｔｅａｍブッくん	4	204,777
8	ぽっ歩くん	3	201,046
9	かめさん	2	180,652
１０	とねっこ館チーム	3	120,435
１１	山Ｐ	3	115,505
１２	あおぐみ	2	52,968

<実行委員特別賞　個人５名>
- ミーちゃん（２９位）
- ４８才をいったりきたり（３７位）
- 金澤　はるみ（４０位）
- 金澤　菜美子（５４位）
- ポチャッコ（６８位）

<１日平均５,０００歩以上抽選　当選２０名>
- 坂尻　直一（１位）
- 鯖江　恭子（５位）
- 明石　秀雄（７位）
- コロせっちゃん（１３位）
- ムネリン（２０位）
- 匿名（２３位）
- 権兵衛のママ（３２位）
- 伊藤　真美（３９位）
- 匿名（４７位）
- ＳＳ　（５０位）
- あひる５５（２位）
- わったのばあちゃん（６位）
- 館洞　弘美（１２位）
- 矢野　三姫（１６位）
- はるたか（２１位）
- コテツ（２８位）
- コーヒー友の会２号（３５位）
- にこりん（４３位）
- みゆき（４８位）
- えつこ（５１位）

上位３チームと実行委員会特別賞の方へは日高町推奨品の詰め合わせ、１日平均５,０００歩以上歩いた方で、抽選に当選した方へはひだかカード商品券をお渡ししました。おめでとうございます！

◎アンケート調査結果

・取組の感想
簡単だった　２１人
楽しかった　５５人
大変だった　１４人
つらかった　　１人
ウォーキングに前向きな意見が多く聞かれる嬉しい結果でした。

・ウォーキング習慣
ある　４２人
ない　４７人
半数近くが月間をきっかけに挑戦してくれたようです。

・チャレンジによる変化はありましたか？
体重が減った　１３人
腹囲が減った　　４人
特に変化はなかった　６１人
その他　１５人
１か月のチャレンジで体重変化を感じた方や、気分転換になった・よく眠れるようになった・歩くスピードが速くなった・筋力がついた、など、参加された皆さんの身体や心に様々な変化があったようです。

・ウォーキングは続けますか？
やります　４２人
ゆるりとやります　５０人
期間限定なら　　３人
充分歩きました　０人
ウォーキング習慣がない方たちが半数近くいた中で、多くの方がウォーキングを続けていくという意見でした。

個人の最年少は１２歳（チーム内での最年少は１０か月！）から最年長は８８歳までの方に幅広く参加いただきました！！たくさんの方の色々なきっかけづくりになっていたら幸いです。ご参加ありがとうございました。

問 日高町元気はつらつ実行委員会（事務局　役場子育て健康課）
☎ ０１４５６－２－６５７１