

## 【特別賞当選者】

No	ニックネーム	感想
1	みずじめんタイプ	ウォーキングで健康になった上に家電をいただけただけで得しかしてないです。今はロボットクリーナーが快適に掃除できるように床に荷物を置かない生活を心がけています。
2	うるるん	最初は特別賞のためにチームを作りましたが、チームのおかげで部内の人と仲良くなりました。共通の話題にもなり、毎日お互いの歩数をチェックしながら歩いていました。同じチームのメンバーなのに、お互いへの競争心も生まれました（笑）
3	あたりめ	まさか当選するとは思ってなかったので驚きでした。一人暮らしなので家に自分以外の動くものが増えて嬉しいです。頑張ってる掃除している様子は可愛らしく、たまに障害物をどかしてあげたりしています。
4	のり	特別賞のロボットクリーナーありがとうございました。妻とチームを組み参加しました。一緒にキャンペーンに参加することで「今日の目標をクリアした」とか、「今日は歩数が足りないから夕食後に散歩に行こう」などとキャンペーンに関する会話がが増えて一緒に頑張ることができました。

## 【参加者全体】

No	ニックネーム	感想
1	-----	休日に出かける切っ掛けになり非常に良かった
2	RAY	今回初めて参加させて頂きました。いつもは何も目標無くただただ犬のお散歩で歩くだけでしたが順位とか目標が出来るととても楽しかったです。また次回もありましたら参加させてください。本当にありがとうございました。
3	とし	意識を継続するのは難しいですね。
4	ぢゃりんこ	グループ会社の方と同じチームで楽しめたこと、光栄です。とても楽しかったです。
5	ドレンボルト	3年前のウォーキングキャンペーンを機会に、ウォーキングを日課にして3年が経ちました。今は、12,000歩/日をノルマにしています。台風、大雪の時は、家の中で踏み台昇降をしています。今では、歩かないと気持ちが悪くなります。若干、膝の具合が良くないので、膝の具合と相談しながら続けて行きます。
6	ワンワン	父に進められてはじめました。天候が良くない時は、大変でした。しかし、毎日継続することで、楽しくなりました。寒くなってきたり、暑くなるとなかなか継続が厳しくなりますが、今回のウォーキングキャンペーンに参加して歩くことの爽快感を感じる事が出来たので、継続できるように頑張ります。
7	はるにい	キャンペーンの最中は頑張って10000歩超えるまで家に帰らないようにしていました。
8	hitpe	夫と一緒に頑張りました。
9	サコ	とても素敵な企画です。健康に対する意識、社内での会話も増えました。毎月実施してほしいです。
10	kino	目標があることで、積極的に歩くようになりました。ありがとうございました。
11	ハヤ	今回の参加を機に、意識的にエレベーター、エスカレーターを使わず、階段を利用しました。今後も左記内容を意識し、生活習慣の改善に努めていきたいと思います。

## ウォーキングキャンペーン2023 感想一覧

No	ニックネーム	感想
12	To6558	営業活動の歩きの日が増えて達成することができました。それで休日の不足分が補えました。毎回ウォーキングキャンペーンを楽しみにしていますので来年も再来年もぜひとも開催してほしいです。
13	k.tanaka	内勤になりゴルフの趣味がなければ目標達成は無理でしょう！北海道は冬の除雪作業で体力UP！
14	マツ	本当はこのまま継続で来ると良いが… 毎年この時期だけでも歩くことは健康に良いので、来年も頑張ります。
15	momiyama	意識して歩くようになりました。
16	いよかん	7月より内勤となり、一日の歩数減少に愕然。通勤に徒歩を無理やり取り入れて歩数を確保。また、フルマラソンも出場。練習も含めてなんとか100万歩を超えました。生活の変化に徒歩を繰り入れる良い切っ掛けになり、感謝です。昨年に続き順位がリアルタイムに確認できるのも良いモチベーションになりました！
17	チー	事務職になってからは座っている時間が増え運動不足気味でしたが、ウォーキングキャンペーンで歩数をかせぐため、昼休みに散歩する習慣が身につき体調も向上しました。よい企画をありがとうございました。
18	James Fan	やっぱり歩くのは楽しい!キャンペーン終わってもウォーキングは続けま〜す。
19	みずじめんタイプ	日によって気温差が大きかったせいか体調を崩す日が多く、歩数がほぼ0の日が増えてしまい最後に追い込んでやっと50万歩でした。平日はほぼ1万歩を達成できていたので、インドア派は土日にどうやって歩数を増やすべきか、未だ答えが見つかりません。
20	フィガロ	なんとか達成賞まで届きました。期間中は「達成賞なら頑張れるかな」と思って取り組んでいましたが、一日の目安になっている8,200歩を歩くのも大変な日もあり、普段いかに歩いてないか思い知らされました。来年も参加します。
21	チビ丸	長いようで短かったウォーキングキャンペーンですが終了しても終わりません 今後も続けていくつもりです、今回は初めて写真・日記をUPしてみました どなたが押して頂いたかはわかりませんが「いいね！」が入ると嬉しいですね！欲をいえばロボット掃除機が当たると嬉しいなあ！
22	kiyo	昼休みに歩く習慣ができました。真夏と真冬は厳しいですが、無理のない時期に続けていきます。
23	なおぷー	階段を積極的に使うようにしました。少しは体力ついたかな^o^
24	梨	11月よりジムに入会し一般道、ジム等で無理の無いようにウォーキング・ジョキングを始めて体重も落ち、夜中のトイレも無くなりよく眠れるようになりました。このまま継続して頑張ります。
25	はたけ	休みの日も、極力、遠出して歩くようにしました。ポケットに万歩計を入れて（笑）
26	ぼんくれ	毎日1万歩歩くより、毎日帰宅が遅く21時に食事して寝ちゃうことが勝ってしまい体重が増えてしまった。この生活パターンを何とかしなくては・・・
27	ほっぺ	外を歩くのは気持ち良かったです。昼間は夏のに戻った日もありましたが、日が暮れると秋を感じて最近では少し寒くなり冬の足音がしていつもウォーキングキャンペーンで季節を感じます。
28	snow	今年は前半はまだまだ季節外れの暑い日があり、汗だくになってしまうウォーキングもありました。途中腰を痛めて歩けない日がありましたが、なんとか目標達成できて良かったです。来年もぜひ参加したいと思います。ありがとうございました。
29	どうする!?	通勤時に駅までの所要時間だけでなく歩数と速度、姿勢にも気をつけるようになりました。意識して歩くことを続けていきたいです。

## ウォーキングキャンペーン2023 感想一覧

No	ニックネーム	感想
30	まこちゃん	平日は歩く機会が少ないため、キャンペーンにより少しでも多く歩こうという意識が持てて良かった。
31	ぎょうざ	毎回、毎日一定以上歩き続けることの難しさを感じています。キャンペーンが終わっても、少しずつでも継続していければと思います。
32	NOBARA	運動不足を感じながらもなかなか行動にうつすことが出来ずにいたので、いいきっかけになりました。最初は慣れずにペースも遅く長時間歩くのもしんどかったですが、徐々に変化を感じることができました。キャンペーンは終わりましたが、今後も続けていきたいと思っています。
33	サーフ	1日1万歩を目標にし達成できたので嬉しく思います
34	あたん	毎日無理なく歩いて目標達成!!!!!!記録することでもっと頑張ろうって思えるし、皆さんのランキングを参考にしながらウォーキングできて楽しかったです♪来年もチャレンジしたいなあ！
35	sana	今回も無理なく1日8200歩目標にウォーキングしました。緑葉から紅葉するこの時期は身体を動かしつつ心もリラックスできるのでオススメです。
36	だいたく	達成するために休みの時間が削られ、家事、子育てに影響あります。
37	かずえもん	キャンペーンのおかげで、エスカレーターやエレベーターを極力使用しないようにしました。キャンペーン終了後もできるだけ歩く機会を設けて健康を意識していきたいと思っています。良いキャンペーンですね。
38	パーリン	Webでの運用の体験は今回が初めてでした。(去年は所用で不参加でした) RenOBodyと連携させての運用はとても楽でよかったです。
39	もしもし	平日の歩数が思ったより少なく、最後の追い込みでなんとか達成しました。平日の歩数を増やす方法が知りたいです。
40	fangmu	去年は51万歩達成し、今年はその上を狙いましたが、平均9千歩止まりでした。来年もチャレンジしようと思います。
41	いぬちゃん	2ヶ月間で50万歩はとても大変だったが、なんとか達成することができた。
42	フィッシャー	今年30位以内を目標にスタートしたが達成できなかった。健康を維持するためにも、来年はもっと順位を上げるぞ！。2024年も企画の継続をお願いします。
43	Seaweed	ウォーキングキャンペーンのおかげで休日でも外で沢山歩くことができました。これからも時間がある時に歩こうと思います。
44	なおはる	なかなか日々忙しく身体を動かす時間を作ることが難しいですが、これをきっかけに10分でも多く歩こうと思うことが出来ました。これからも出来るだけ歩く時間を作りたいと思ってます。
45	はま	運動する習慣が身に付いた。次はギリギリ61万歩ではなく、更に歩数増やしてランキング2桁目指したい！
46	sayu	がんばりました
47	せっこ	意識向上楽しめました。健康増進にも繋がってます。ありがとうございました☺️達成できたから尚更です。
48	みーたろう	日頃、思ったよりも歩いているんだなと実感をしました。
49	よっしー	健康のためを考え、もう少し歩いてみようと思えたり楽しみながら参加出来ました!!!
50	Goku	毎年参加してますが、今年も楽しませてもらいました。この電子タイプになってからの方が皆さんの頑張り具合も見ることができてモチベーションを高めて楽しんで歩いています。
51	オリバー	ウォーキングキャンペーン以外はなかなか歩いていないので、キャンペーン中は目標達成に向け、意識して歩きました!去年より、歩数は減少したと思いますが、目標の一日1万歩が達成でき、まずはひと安心!これからも健康のために、意識して歩くように心掛けたいです。

## ウォーキングキャンペーン2023 感想一覧

No	ニックネーム	感想
52	おにぎり	普段あまり意識して歩いていないのですが、こういう景品があると、1駅分歩いたり意識的に体を動かすようになりとてもいいキャンペーンだなと思いました。ありがとうございました。
53	ニキ	毎年参加しています。今年は今までと違った道を歩いて新しい発見があったり、友人と久しぶりに歩いて話したりと楽しく続けることができました。一日一万歩は簡単ではないけど、達成感は大きいです。
54	♡もも	今年も通勤時、一つ前の駅から歩いたり、行ったことない所への開拓でき、嬉しく、楽しかったです。ありがとうございました。
55	masafi	後半色々忙しく中々数字が伸ばせませんでしたけど何とか達成できました！
56	3ちゃん	こんにちは毎年、毎年ありがとうございます。この2ヶ月間が有ると無いのでは大違いですね😊目標が明確で頑張れます。
57	かき揚げそば	今回は期間中にコロナに罹患してしまい、当初の目標を達成できませんでした。しかしチーム参加前提の30万歩達成で景品の抽選にエントリーできるということで、少し低い目標があったために頑張ろうという気持ちが維持できました。今後も低い目標の設定をお願いいたします。
58	金麦75%	去年の反省を生かし、日々歩数を重ねて、60万歩まであと少しとなりました。来年こそは、達成を目指して頑張りたいです。また、年2回くらい開催してほしいなと思います。
59	好物は茶色めし	数年前からこのキャンペーンに参加して、最初のころは平均15,000歩を無理なく歩けました。あれから何年・・・加齢に伴う体力の衰えには勝てず、今年の歩数は平均8,100歩。(11月後半に何とか頑張って達成ㇿ) 来年度も8,000歩は死守するぞ！
60	KJ	一日一万歩を意識して歩きました。キャンペーンが終わっても引き続き健康を意識して歩きたいです。
61	Kumakoji	いつも自動車で素通りする街並みも歩くことによって新たな発見や思いがけない風景を見ることが出来て有意義な二か月間でした。
62	わらびもち	運動することの意識づけになります。ジムに行くようになりました。
63	やっちゃん	歩く事に意識するようになり 歩く事が楽しくなりました。
64	Taka C	途中でRenoBodyの不具合で歩数ゼロの日が続いており、目標達成できていない事になっており非常に残念でした。
65	eZ	昨年に引き続き50万歩達成できました。引き続き歩くことを意識して来年も達成できるよう取り組みます。
66	らんまる	期間中の歩数が見られるのがよいですね。ペイの種類が増えるとよいなと思いました。