

## 令和4年度 職場のみんなでウォークビズ+（プラス）結果一覧

・合計点＝チーム平均歩数＋8,000歩/日達成のチーム平均数＋朝ごはん達成のチーム平均数＋歯みがき達成のチーム平均数（※小数点第1位四捨五入）  
 ・「ラッキー賞」（メンバー全員が8,000歩/日を合計5回以上達成したチーム）

	チーム名	事業所名	合計点数	受賞
1	パワフル55-C	パワフル薬局	14,702	1位
2	ザ・急須	豊前田ヘルパーステーション	13,549	2位
3	総務担当	中国電力株式会社下関発電所	13,421	3位
4	若い者には負けん！	下関海陸運送(株)	11,381	4位
5	アイユウのゆかいな仲間たち	医療法人松永会老人保健施設アイユウ	11,059	5位
6	まつなーがリハビリ	まつなが医院	10,580	ラッキー賞
7	ザ・ヤカン	豊前田ヘルパーステーション	10,509	ラッキー賞
8	チームえとう	デイケアセンター藤寿苑 山の田	10,458	ラッキー賞
9	下関球場チームA	ミズノ株式会社下関球場	10,128	ラッキー賞
10	unadon	一般社団法人 下関市薬剤師会	10,060	ラッキー賞
11	すも～るやま。『でん』	中国電力 下関発電所	9,940	ラッキー賞
12	シン・ニシオ	医療法人其桃会 西尾病院	9,760	ラッキー賞
13	NR2	日新リフレテック株式会社	9,718	ラッキー賞
14	NR6	日新リフレテック株式会社	9,525	ラッキー賞
15	維新おでけ隊	健和薬局江の浦店	9,369	ラッキー賞
16	パワフル55-B	パワフル薬局	9,041	
17	すも～るやま。『せい』	中国電力 下関発電所	8,946	ラッキー賞
18	UNADON	一般社団法人 下関市薬剤師会	8,776	ラッキー賞
19	NR1	日新リフレテック株式会社	8,595	ラッキー賞
20	アイユウチームB	老人保健施設アイユウ	8,520	ラッキー賞
21	めんずコーディネーター2022	下関市社会福祉協議会	8,096	
22	パワフル55-A	非公開	7,935	ラッキー賞
23	モウ	やまぐち県酪販売輸送(株)	7,672	ラッキー賞
24	ぎゅちゃん	やまぐち県酪販売輸送(株)	7,672	
25	NR3	日新リフレテック株式会社	7,661	ラッキー賞
26	ココちゃん	寿海社居宅介護支援事業所	7,624	
27	下球ユニサス	株式会社ユニサス	7,587	ラッキー賞
28	hokuboo-A	医療法人社団 青寿会	7,533	ラッキー賞
29	まりんズ	うしろだ薬局	7,493	ラッキー賞
30	わくわく	デイサービスセンターわくわく苑	7,224	ラッキー賞
31	パワフル薬局横野店	パワフル薬局横野店	7,169	
32	リノとユナソウル	下関市長府地域包括支援センター	7,074	ラッキー賞
33	ふくちゃん	下関市社協 豊北支所	6,782	
34	放課後等デイサービスかもん丸	合同会社 知養	6,765	
35	kotosloth	下関市長府地域包括支援センター	6,601	
36	うっしー	やまぐち県酪販売輸送株式会社(株)	6,563	
37	大和町チーム	MHI下関エンジニアリング株式会社	6,517	
38	NR4	非公開	6,462	ラッキー賞
39	みるく	やまぐち県酪販売輸送(株)	6,376	
40	チームぼん太	医療法人蒔会 勝山訪問看護ステーション	6,316	ラッキー賞
41	モーちゃん	やまぐち県酪販売輸送(株)	6,303	
42	下関球場チームB	ミズノ株式会社下関球場	6,291	ラッキー賞
43	カモンエフエム チーム鷹	株式会社コミュニティエフエム下関	5,984	
44	チームぎぢゅつ	中国電力(株)下関発電所	5,845	
45	チームBUCHO	下関市社会福祉協議会	5,793	
46	アシカチーム	下関市立名陵小学校	5,762	
47	チームゆずちよこ	医療法人蒔会 勝山訪問看護ステーション	5,688	ラッキー賞
48	小月 2	非公開	5,624	
49	江の浦チーム	MHI下関エンジニアリング株式会社	5,529	
50	チームほがらか	ホームヘルプサービスほがらか	5,431	
51	COME ON!FM	㈱コミュニティエフエム下関	5,405	
52	歩け！ケアマネ+1	下関市社協 豊北居宅介護支援事業所	5,399	
53	小月 3	パワフル薬局 小月店	5,304	
54	WAYA☆BOON2022	下関市こども発達センター	5,287	
55	NR5	日新リフレテック株式会社	5,272	
56	チームこむぎ	医療法人蒔会 勝山クリニック	5,257	ラッキー賞
57	チームしらす	医療法人蒔会 勝山訪問看護ステーション	5,254	ラッキー賞
58	チームAB	有限会社R-1ファーマシー	5,242	
59	カウ	やまぐち県酪販売輸送(株)	5,129	
60	Diamond 5	ひらの胃腸科・内科医院	5,102	
61	hokuboo-B	医療法人社団 青寿会	5,055	
62	ゼッコー腸！	ヤクルト山陽	4,914	
63	タベ	山口銀行	4,840	
64	ザ・湯呑み	豊前田ケアプランセンター	4,417	
65	小月1	パワフル薬局 小月店	4,413	
66	BIGBOOS☆MEGUMI	下関市こども発達センター	4,320	

体を動かすことは、  
心の健康にも効果的！

日常生活で、今より10分間  
体を動かす時間を増やしましょう。

30分に一度は立って  
座りすぎを防ぎましょう！

座ったままは健康にとっても悪いことが  
わかってきています。

ラッキー賞受賞チームは  
メンバー全員が  
8,000歩/日×5日以上を  
達成しています！

厚生労働省も  
1日8,000歩を推奨してい  
ます。

死亡リスクの4位に  
身体活動量不足

- 1位 高血圧
- 2位 たばこ
- 3位 高血糖
- 4位 運動不足
- 5位 肥満

運動不足が解消  
すれば  
たばこを除く他の  
原因にも好影響！

(Global health risks WHO 2009)

認知症対策にも  
運動不足の解消が効果的！

