狭山市健康づくりニュースレター
おりぴぃ健康マイレージ通信
VOL. 27
発行：狭山市健康づくり支援課
15 NOV, 2026

NEWS

おりぴぃ健康マイレージに参加している方の平均歩数を紹介します！

7月に「おりぴぃ健康マイレージ」のInstagramを開設してから、Instagramでは毎月のおりぴぃ健康マイレージに参加されている方の平均歩数をご紹介してきました！
皆さんの頑張りで10月の平均歩数が新記録となりましたので、マイレージ通信でもご紹介します😊

6月	7月	8月	9月	１０月
5,548歩	5,479歩	5,219歩	5,304歩	**6,036歩**

平均歩数5,200～5600歩の間を推移していましたが、10月は「歩こう月間」と「おりぴぃ健康マイレージ秋冬キャンペーン」の影響か、初めて6,000歩を達成しました！11月・12月も歩こう月間＆秋冬キャンペーン期間となりますので、10月の平均歩数を超えられるようにみんなで頑張りましょう！！

EVENT

12月13日(日)は狭山　茶の里ウォーキング！

【開催日】2026年12月13日(日曜日)
※雨天開催、荒天中止。
【時間】受付時間：10時から12時まで
【参加申込み】参加費、事前申込み不要
【コース】距離：約7キロメートル（1コースのみ）
狭山市駅西口市民広場（受付会場）→入間川右岸→おもてなし会場（上奥富運動公園）→前田集会所→新狭山二丁目自治会館
【問い合わせ先】自治文化課

狭山茶の里ウオーキング
詳細はこちらから

県ポイント3000P
市ポイント100P

**県ポイント3000Pの付与は
上奥富運動公園おもてなし会場内
で行います！
（市ポイントは後日付与になります）**



NEWS

マイレージ参加者アンケートの結果をホームページに公表しました！

7月・8月に実施しましたマイレージ参加者アンケートへのご協力ありがとうございました。アンケートの集計結果をホームページに公表いたしました。
皆様のご意見を元に、今後もおりぴぃ健康マイレージ事業の発展に努めてまいります。

マイレージアンケート
結果はこちら

EVENT

ポイント付与イベントのおしらせ

・１２月１３日（日）「狭山　茶の里ウオーキング」（無料・対象：誰でも）
県ポイント　3000P　市ポイント　100P　　問い合わせ先：自治文化課
・おりぴぃ健康マイレージ　新規登録者
市ポイント　500P（11月21日までに新規登録・再登録された方）



INFORMATION

ポイントの仕組みについて解説します！

今月は狭山市独自の「おりぴぃ健康マイレージ」のポイントについて解説します！
12月はコバトンALKOOマイレージについてのポイントを解説します。

おりぴぃ健康マイレージ　市ポイント

ポイントの貯め方

①参加者に設定されている基準歩数を、１週間の平均歩数が１，０００歩以上、上回った場合に市独自ポイントが付与されます！
週の総歩数÷７＝基準歩数＋１，０００歩以上　⇒**１００P**

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
8,083	4,566	2,522	2,432	1,531	4,644	6,560
7	8	9	10	11	12	13
9,540	4,233	5,525	4,211	5,025	7,074	3,212
14	15	16	17	18	19	20
4,141	8,625	3,231	5,501	2,235	1,189	5,528
21	22	23	24	25	26	27
5,045	2,020	4,632	5,006	3,892	2,628	1,489

平均歩数	分母	
4,334	7	＋1,000歩達成! 100P
5,546	7	＋1,000歩達成! 100P
4,350	7	＋1,000歩達成! 100P
3,530	7	

②市が指定する健康づくり事業に参加した際に付与されます。おりぴぃ健康マイレージのマークが目印です！ポイントは、毎月のメールで付与させていただきます。

ポイントの確認方法

毎月１５日に配信しているお知らせメールで確認！コバトンALKOOマイレージに登録してあるメールアドレスにメールは届きます！
※ALKOOアプリ上では、市のポイントは確認できません。

標題　おりぴぃ健康マイレージ　市独自ポイントのお知らせ

〇〇様

おりぴぃ健康マイレージ　市独自ポイントのお知らせ

対象期間　〇月△日～◎月□日
基準歩数　３０００歩
先月のプラス１，０００歩達成ポイント　３００ポイント
先月の健康づくりイベント参加イベント　０ポイント
累計ポイント　１，０００ポイント

今月のお知らせは以下のとおりです。

今月のおりぴぃ健康マイレージ通信はこちらから

毎月のメールでわかること

- 対象期間
  ４週間の場合、最大400P貯めることができます。
  歩こう月間中は4週間だと、最大800P貯めることができます！
- 基準歩数
  この基準歩数＋１０００歩でポイント獲得です
- プラス１０００歩達成ポイント
  健康づくりイベント参加ポイント
  累計ポイント（市ポイント）
- 今月のおりぴぃ健康マイレージ通信

ポイントの使い道

ポイントを貯めると、年に1回の自動抽選の対象になります！12月26日（土）までに規定ポイントが貯まった方を対象に自動的に抽選させていただきます。今年の規定ポイントは以下のとおりです。今年度の景品はデジタルギフトになります！
5500P以上　⇒　景品獲得
1500P以上5499P以下　⇒　景品抽選権利獲得

狭山市公式HP
「おりぴぃ健康マイレージ2026
秋冬ウォーキングキャンペーン」