

個人賞TOP5 栄光のインタビュー



個人賞TOP5の方に、ウォーキングチャレンジ終了後のご感想等をお伺いしました！

質問/受賞者	1位 EXD T.Sさん	2位 EXD T.Eさん	3位 EXK O.Cさん	4位 EXD S.Kさん	5位 DNX A.Tさん
第11回ウォーキングチャレンジ 『みんなの歩活』にて受賞されたご感想をお聞かせください	今回は子どもと力を合わせて取り組みました。その結果入賞することができました。本当にありがとうございました。	2回目にして入賞できたことは、本当に嬉しいです。弟のトレーニングに付き合っただけでやったかいがありました。父ちゃんと弟に感謝です。	回答いただき次第、更新します	なんとか入賞できて良かったです！面倒ですが継続して続けると良い事ありますねー。	参加している事を気にせず、粛々と行った結果で表彰されたことは、大変うれしく思います。
上位入賞のために努力されたことや、工夫されたことがありましたら教えてください	雨風に関係なく毎日7キロをウォーキング（ランニング）をしたり、食器洗いや洗濯、掃除と色々行いました。	天候に関係なく、弟のトレーニングで7キロをランニングと歩きで過ごしました。あとは家事のお手伝いもしました。		時間があれば運動する！家事手伝いする！猫と遊ぶ！色々ですねー。	日々行えることを粛々と行う上でも「楽しむ」事が大事です。今日のご褒美とか自分への報酬を考えながら行っていました。
これから参加する方へメッセージをお願いします	継続は力なり	本当に毎日継続するのは大変ですが、周りを巻き込んで行えば必ずできる！！		興味があったら参加してみる！頑張ると誰かが評価してくれますよー。	何を継続するにも「楽しむ」事が大事だと思います。ご褒美でも何でも良いので、「楽しむ」為の何かを見つけて参加頂きたいと思います。
ウォーキングチャレンジに希望することを教えてください	ないです	特にありません		今の上位の決め方が気になる？3万歩以上頑張っても登録順で決まるんですねー。益々楽しめるイベント期待してます！	年々、ウェアラブルデバイスは価格帯も種類も色々ありますので、そういったものを景品にするともっと盛り上がるかなと思います。 （最近スマートリングを購入しましたが結構良いです）