



令和7年11月けんこう月間歩数ランキング

順位	ニックネーム	歩数
1	つりばか	571,572
2	プチほぢゃ	488,324
3	コナン	385,620
4	スイートピー	328,193
5	山ちゃん	318,179
6	やまだ	299,297
7	パパG	298,745
8	よしこちゃん	271,491
9	トラトラ	256,013
10	リリー	253,124



順位	ニックネーム	記録	順位	ニックネーム	記録
11	宇陀の散歩	217,087	21	ニコル	152,070
12	ひまわり	206,471	22	友	147,110
13	スーさん	205,627	23	目覚まし君	135,050
14	アポロ	201,120	24	ともさん	105,105
15	ケンケン	189,546	25	ズイセン	81,827
16	ゆうさん	186,540	26	まこちゃん	64,232
17	キキちゃん	182,009	27		
18	爆笑なら	174,424	28		
19	兄貴	162,209	発行：宇陀市保健センター 令和 7年 12月 12日		
20	ひろくん	152,596			



3か月歩数が連続で40万歩以上の方は殿堂入りランキングに反映されています。

今年も、残すところあと1ヶ月となりました。

継続して歩いてください、素晴らしいです♪

インフルエンザも流行っていますので感染症対策を行いながら
良い年末をお過ごしください！

