



# 令和7年7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   | 598,246 |
| 2  | プチぽちゃ  | 507,491 |
| 3  | スイートピー | 390,433 |
| 4  | コナン    | 388,244 |
| 5  | よしこちゃん | 338,235 |
| 6  | スーさん   | 326,767 |
| 7  | パパG    | 320,214 |
| 8  | やまだ    | 289,585 |
| 9  | リリー    | 239,397 |
| 10 | 宇陀の散歩  | 237,423 |



| 順位 | ニックネーム | 記録      | 順位                           | ニックネーム | 記録      |
|----|--------|---------|------------------------------|--------|---------|
| 11 | 山ちゃん   | 231,390 | 21                           | ニコル    | 120,559 |
| 12 | アポロ    | 188,077 | 22                           | まこちゃん  | 98,632  |
| 13 | 友      | 163,189 | 23                           | ウロチョロ  | 72,913  |
| 14 | ひまわり   | 154,769 | 24                           | ズイセン   | 72,625  |
| 15 | トラトラ   | 154,769 | 25                           | キキちゃん  | 30,038  |
| 16 | 爆笑なら   | 150,410 | 26                           |        |         |
| 17 | ともさん   | 131,566 | 27                           |        |         |
| 18 | ケンケン   | 131,566 | 28                           |        |         |
| 19 | ひろくん   | 125,869 | 発行：宇陀市保健センター<br>令和 7年 8月 13日 |        |         |
| 20 | ゆうさん   | 123,002 |                              |        |         |

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。  
今年の夏は、猛暑日も多くなかなか屋外の活動も難しいですね。  
自分の体調と相談し、水分補給もしながらウォーキングを続けていきましょう！

