



## 個人ランキング（脱☆平均コース）

※脱☆平均コースの目標歩数は1日平均8,000歩です！

※年齢は申し込み時点のもので、提出者のみ掲載しています。

順位	ニックネーム	性別	年齢	期間総歩数	1日あたり平均歩数
1	28歳 男性	男	28	865,871	27,931
2	野犬が怖くて歩けない	男	50	592,053	19,098
3	HIKOG	男	65	520,900	16,803
4	たっちゃん	男	60	505,779	16,315
5	シャムス	男	27	466,786	15,058
6	まさ	男	47	459,882	14,835
7	39歳 男性	男	39	455,092	14,680
8	さくさく1号	女	50歳代	454,815	14,671
9	すえちゃん	男	59	454,348	14,656
10	みのくん	男	未記入	446,609	14,407
11	まさとうー	男	23	418,131	13,488
12	ママー！	女	46	416,859	13,447
13	Kazu	男	47	408,540	13,179
14	よしさん	男	未記入	400,668	12,925
15	44歳 男性	男	44	392,218	12,652
16	ともえ湖	女	43	391,304	12,623
17	ヤマグチのトモゾウ	男	75	383,599	12,374
18	イエゴロのマサ	男	56	377,484	12,177
19	リーダー	男	29	375,754	12,121
20	みかん	女	48	366,423	11,820
21	ゆみゆみ	女	49	366,247	11,814
22	たまきい～	女	53	360,419	11,626
23	Eさん	男	49	358,567	11,567
24	七転八倒	男	40歳代	355,959	11,483
25	よしくん	男	未記入	355,718	11,475
26	38歳 男性	男	38	355,292	11,461
27	しょちょー	男	53	352,923	11,385
28	恕子	女	31	349,042	11,259
29	46歳 男性	男	46	343,807	11,091
30	ふみ	男	29	343,529	11,082

### 【一期ひとこと（抜粋）】

健康診断に向けて体を少し絞ることに成功。

通勤を徒歩に変更しました。通勤経路の朝と夜と違う雰囲気を楽しんでいます。

雨の日は歩数が伸びなかったが、後半何とか頑張って平均1万歩を確保できた。





## 個人ランキング（脱☆平均コース）

※脱☆平均コースの目標歩数は1日平均8,000歩です！

※年齢は申し込み時点のもので、提出者のみ掲載しています。

順位	ニックネーム	性別	年齢	期間総歩数	1日あたり平均歩数
31	K	男	40歳代	342,539	11,050
32	忠さん	男	46	341,284	11,009
33	内山シンジ	男	50歳代	340,614	10,988
34	あり	男	56	339,760	10,960
35	くにぼん	男	75	338,421	10,917
36	ムーミン	女	55	335,067	10,809
37	デラックス	男	49	334,183	10,780
38	ウォークマン 2017	男	68	330,900	10,674
39	mameta	女	50歳代	329,972	10,644
40	ZZZ	女	40歳代	329,704	10,636
41	スポーツウーマン	女	65	324,120	10,455
42	みゆちゃん	女	未記入	322,431	10,401
43	もしもしゆっくん	女	60	322,265	10,396
44	73歳 男性	男	73	321,176	10,361
45	ちかちゃん	女	未記入	321,057	10,357
46	がんす	男	50歳代	319,368	10,302
47	ブンちゃん	男	62	317,461	10,241
48	57歳 男性	男	57	317,393	10,238
49	じゃりん子チエちゃん	女	50歳代	317,351	10,237
50	けんちゃん	男	40歳代	316,623	10,214
51	Nak	男	61	315,841	10,188
52	くんちゃん	男	61	314,641	10,150
53	MK	男	45	313,584	10,116
54	はくの	男	40歳代	312,640	10,085
55	ふくすけ	女	44	311,782	10,057
56	見聞堂	男	35	311,511	10,049
57	いのピー	男	50歳代	311,504	10,049
58	がんばれコージくん	男	61	310,344	10,011
59	れいちゃん	女	50歳代	310,327	10,011
60	なべ	男	48	309,314	9,978

### 【一期ひとこと（抜粋）】

気持ちのいい季節の中、今回も頑張ろうとスタート！毎日の歩数にバラツキがあったが自身の目標に満足！！

あともう少しで平均1万歩だったのに悔しい！

休みの日にもっと歩こう





## 個人ランキング（脱☆平均コース）

※脱☆平均コースの目標歩数は1日平均8,000歩です！

※年齢は申し込み時点のもので、提出者のみ掲載しています。

順位	ニックネーム	性別	年齢	期間総歩数	1日あたり平均歩数
61	波平	男	50歳代	307,529	9,920
62	ぶち読まれたい	男	39	307,242	9,911
63	ざきちゃん	男	40歳代	306,872	9,899
64	69歳 男性	男	69	306,707	9,894
65	恭子様	女	50歳代	306,659	9,892
66	65歳 女性	女	65	306,008	9,871
67	いわもと	女	27	304,337	9,817
68	MJ	男	48	30,3923	9,804
69	シntax	男	22	303,696	9,797
70	マシンガン	女	20歳代	303,114	9,778
71	22歳 女性	女	22	302,806	9,768
72	80歳 男性	男	80	301,870	9,738
73	楓	男	69	301,660	9,731
74	プリンセスきのこ	女	20歳代	300,854	9,705
75	68歳 女性	女	68	300,435	9,691
76	ともくん	男	未記入	299,406	9,658
77	ブルゾンともみ	女	20歳代	295,076	9,519
78	けいちゃん	女	未記入	294,851	9,511
79	ツムツム	男	28	293,726	9,475
80	ユウキ	男	50	291,827	9,414
81	83歳 男性	男	83	288,409	9,304
82	あいら	女	34	287,400	9,271
83	はっちゃん	女	40歳代	286,572	9,244
84	あいこう	男	32	285,253	9,202
85	ちか	女	35	285,090	9,196
86	はるひな	男	50歳代	284,681	9,183
87	ナガさん	男	24	283,317	9,139
88	カビゴン	男	50歳代	282,413	9,110
89	はらっぺ	女	30歳代	281,808	9,091
90	セイジ	男	48	280,788	9,058

### 【一期ひとこと（抜粋）】

毎日一万歩以上は歩きたい。一万歩以上歩いてもクッキーにするとこんなに消費していないことに納得した。

毎日8000歩以上を歩く目標が達成できていない。来月は目標達成を目指して頑張りたい。

休日は、歩かないことがわかった





## 個人ランキング（脱☆平均コース）

※脱☆平均コースの目標歩数は1日平均8,000歩です！

※年齢は申し込み時点のもので、提出者のみ掲載しています。

順位	ニックネーム	性別	年齢	期間総歩数	1日あたり平均歩数
91	雪だるま	女	33	280,505	9,049
92	りこ	女	50歳代	278,317	8,978
93	ZAKI	男	28	277,617	8,955
94	ちーちゃん	女	25	276,791	8,929
95	ぞうさん	女	30歳代	276,773	8,928
96	トマト	女	67	276,576	8,922
97	ロビマロ	男	63	276,551	8,921
98	47歳 男性	男	47	275,027	8,872
99	はらでかおじさん BM	男	65	274,598	8,858
100	ぽによみ	女	54	272,626	8,794
101	R531	女	30歳代	272,198	8,781
102	ケビン	男	41	271,938	8,772
103	つきー	男	24	271,524	8,759
104	キャンディー	男	50	270,488	8,725
105	63歳 男性	男	63	269,255	8,686
106	昆虫3号	男	49	268,134	8,649
107	大龍	男	40	267,391	8,626
108	50歳代 女性	男	50歳代	266,672	8,602
109	アスパラグリーン	女	29	266,658	8,602
110	昆虫2号	男	49	266,557	8,599
111	テル	男	63	264,128	8,520
112	しなもん	女	40歳代	263,766	8,509
113	としくん	男	未記入	263,485	8,500
114	ポコニャン	女	37	263,266	8,492
115	とーさん	男	46	262,129	8,456
116	忠次郎	男	82	262,058	8,453
117	たけちゃん	男	61	261,916	8,449
118	たつきち	男	20歳代	261,334	8,430
119	46歳 男性	男	46	261,295	8,429
120	60歳代 女性	男	60歳代	261,148	8,424

### 【一期ひとこと（抜粋）】

11月は寒さが増してきますが明るい時間にできるだけ屋外に出てみようと思います。

雨の日でも屋内を頑張っ歩いて

10,000歩以上の日が4日。7日以上を目指したい。





## 個人ランキング（脱☆平均コース）

※脱☆平均コースの目標歩数は1日平均8,000歩です！

※年齢は申し込み時点のもので、提出者のみ掲載しています。

順位	ニックネーム	性別	年齢	期間総歩数	1日あたり平均歩数
121	たーにー	男	26	260,965	8,418
122	ムームー	女	30歳代	260,650	8,408
123	ゆっきー	女	35	260,522	8,404
124	みきちゃん	女	未記入	259,410	8,368
125	ふくら	女	48	259,042	8,356
126	Ky1212	男	64	258,000	8,323
127	みなこ	女	48	257,700	8,313
128	ようちゃん	女	未記入	256,858	8,286
129	やぶちゃん	女	30歳代	255,813	8,252
130	ゆかりん	女	50歳代	255,776	8,251
131	Rossi	男	40歳代	255,745	8,250
132	ラリルレイ子ちゃん	女	50歳代	254,025	8,194
133	まなぶ	男	33	253,659	8,183
134	トナーの会ピンク	女	32	253,513	8,178
135	42歳 男性	男	42	253,169	8,167
136	よっしー	女	24	252,600	8,148
137	たく一郎	男	20歳代	252,004	8,129
138	Ha	男	69	251,725	8,120
139	コウ	男	33	251,050	8,098
140	50歳 男性	男	50	251,001	8,097
141	ソウちゃん	男	44	250,945	8,095
142	toshikun	男	50歳代	250,232	8,072
143	瓜生	男	50歳代	250,020	8,065
144	オノ	女	32	249,085	8,035
145	ユニクロ店員	男	40歳代	248,479	8,015
146	こういちくん	女	20歳代	248,279	8,009
147	ももちゃんパパ	男	70	248,011	8,000
148	58歳 男性	男	58	247,727	7,991
149	まっきー	男	30歳代	244,890	7,900
150	ケンジ	男	45	242,738	7,830

### 【一期ひとこと（抜粋）】

仕事がいそがしく平日はなかなか歩けず残念。

積極的に歩く癖をつけた。





## 個人ランキング（脱☆平均コース）

※脱☆平均コースの目標歩数は1日平均8,000歩です！

※年齢は申し込み時点のもので、提出者のみ掲載しています。

順位	ニックネーム	性別	年齢	期間総歩数	1日あたり平均歩数
151	ヤマモト	男	32	241,523	7,791
152	みぼりん	女	42	241,356	7,786
153	りんりん	男	40歳代	238,751	7,702
154	ディア	女	40歳代	238,180	7,683
155	ぱと	女	46	237,747	7,669
156	りえさん	女	46	235,835	7,608
157	39歳 男性	男	39	235,200	7,587
158	いそじ次はむそじ私は○じ	男	50歳代	233,750	7,540
159	だいすけ	男	24	233,736	7,540
160	30歳代 女性	女	30歳代	233,568	7,534
161	かなぴー	女	40	233,207	7,523
162	観光交流③	男	40歳代	233,006	7,516
163	まっきー	女	30歳代	232,818	7,510
164	ブルゾンひろみ	女	20歳代	231,717	7,475
165	チャッピー	女	62	230,988	7,451
166	Bちゃん	女	40	230,386	7,432
167	もりくん	男	未記入	229,764	7,412
168	ともくん	男	未記入	229,000	7,387
169	シンジえ	男	50歳代	228,769	7,380
170	ナナナ	女	40歳代	228,192	7,361
171	A	男	30歳代	227,981	7,354
172	40歳代 女性	女	40歳代	227,843	7,350
173	アスパラピンク	女	39	224,497	7,242
174	いっせー似きのこ	女	20歳代	224,111	7,229
175	りぶとせいこ	女	40歳代	222,571	7,180
176	Nちゃん	男	26	222,334	7,172
177	レイコリン	女	72	218,709	7,055
178	ブルゾンたけこ	女	40歳代	218,595	7,051
179	あっくん	男	20歳代	217,923	7,030
180	ミオ	女	23	217,465	7,015

### 【一期ひとこと（抜粋）】

来月は、毎日ビール1本分を目指して頑張ります。

休日になると歩かなくなることがわかった





## 個人ランキング（脱☆平均コース）

※脱☆平均コースの目標歩数は1日平均8,000歩です！

※年齢は申し込み時点のもので、提出者のみ掲載しています。

順位	ニックネーム	性別	年齢	期間総歩数	1日あたり平均歩数
181	カズちゃん	女	56	217,465	7,015
182	みーちゃん	女	40歳代	217,132	7,004
183	若者	男	10歳代	216,276	6,977
184	リバウンド王	男	34	214,788	6,929
185	クッキーマウス	男	49	213,594	6,890
186	いのちゃん	男	40歳代	213,257	6,879
187	Tちゃん	女	24	212,762	6,863
188	ホシ	男	35	212,674	6,860
189	観光交流④	男	30歳代	212,601	6,858
190	ファーピン	男	48	212,007	6,839
191	あきちゃん	女	未記入	211,554	6,824
192	でゆふふふ	男	30歳代	211,168	6,812
193	ヤス	男	37	209,887	6,771
194	兄貴	男	29	209,138	6,746
195	カツオ	男	40歳代	208,200	6,716
196	61歳 女性	女	61	207,319	6,688
197	ブルゾン	男	52	206,423	6,659
198	50歳 女性	女	50	206,242	6,653
199	ゆうちゃん	女	未記入	206,017	6,646
200	yamashita	女	26	205,055	6,615
201	Taku	男	23	204,327	6,591
202	スパーズ	男	29	204,208	6,587
203	30歳 男性	男	30歳	203,881	6,577
204	50歳代 女性	女	50歳代	202,086	6,519
205	あーちゃん	女	45	200,263	6,460
206	名無し	男	45	199,608	6,439
207	ひろし	男	44	198,957	6,418
208	二番煎じ	男	40歳代	198,704	6,410
209	あさりの酒蒸し	男	40歳代	198,500	6,403
210	43歳 男性	男	43	196,000	6,323

### 【一期ひとこと（抜粋）】

思ったより歩いていないことがわかったので、来月は意識して歩こうと思いました。

もう少し意識して運動する。





## 個人ランキング（脱☆平均コース）

※脱☆平均コースの目標歩数は1日平均8,000歩です！

※年齢は申し込み時点のもので、提出者のみ掲載しています。

順位	ニックネーム	性別	年齢	期間総歩数	1日あたり平均歩数
211	三日坊主	男	50歳代	195,891	6,319
212	40歳代 女性	女	40歳代	195,877	6,319
213	シンジつは一つ	女	40歳代	195,141	6,295
214	ちびのりだー	女	50歳代	194,618	6,278
215	なまけ次郎	女	40歳代	194,188	6,264
216	もんちゃん	女	40	193,717	6,249
217	58歳 女性	女	58	193,084	6,229
218	とも King	女	37	192,232	6,201
219	Ky9353	女	64	192,000	6,194
220	マル熊	男	75	191,079	6,164
221	Kya	男	41	189,759	6,121
222	ブルゾンともこ	女	40歳代	188,132	6,069
223	ブルゾンゆみ	女	20歳代	186,447	6,014
224	はさみ	男	40歳代	186,269	6,009
225	65歳 男性	男	65	185,465	5,983
226	おか	男	40歳代	185,273	5,977
227	55歳 男性	男	55	184,855	5,963
228	57歳 女性	女	57	184,146	5,940
229	でん	女	40歳代	183,406	5,916
230	ときちゃん	女	33	180,848	5,834
231	K-Tちゃん	女	42	180,225	5,814
232	53歳 女性	女	53	179,341	5,785
233	るみひー	女	46	179,019	5,775
234	そら	女	50	177,690	5,732
235	With T	男	20歳代	177,308	5,720
236	62歳 男性	男	62	176,541	5,695
237	しげちゃん	男	23	176,372	5,689
238	りよなぴ	女	21	176,183	5,683
239	46歳 男性	男	46	174,351	5,624
240	おすそ分けファイル	女	40歳代	173,220	5,588

### 【一期ひとこと（抜粋）】

平均歩数が目標（8000歩）に届く日がほとんどなかったため、来月は平均歩数をアップしたい。

初めての取り組みでしたが、自分なりにがんばりました。来月もがんばります。

平日の歩数を増やす必要があると思った。







## 個人ランキング（脱☆平均コース）

※脱☆平均コースの目標歩数は1日平均8,000歩です！

※年齢は申し込み時点のもので、提出者のみ掲載しています。

順位	ニックネーム	性別	年齢	期間総歩数	1日あたり平均歩数
241	SADA	男	50歳代	172,867	5,576
242	たかくん	男	未記入	172,389	5,561
243	観光交流②	男	50歳代	171,905	5,545
244	トッキー先輩	女	45	171,674	5,538
245	ゆきんこ	女	38	169,499	5,468
246	一番搾り生	男	30歳代	169,318	5,462
247	さとまる	女	46	167,196	5,393
248	シンジン類	女	30歳代	167,085	5,390
249	38歳 男性	男	38	165,779	5,348
250	51歳 男性	男	51	165,574	5,341
251	しゅんちゃん	男	20	163,081	5,261
252	二の腕のりだー	女	30歳代	160,697	5,184
253	ゴッドマザー	女	39	158,234	5,104
254	sanetty	女	31	157,111	5,068
255	キン	男	47	153,764	4,960
256	しーこ	女	40	147,791	4,767
257	まこと	男	45	147,633	4,762
258	たかちゃん	女	未記入	147,086	4,745
259	キャサリン	女	50	146,998	4,742
260	水島シンジ	男	30歳代	146,866	4,738
261	62歳 女性	女	62	146,193	4,716
262	まゆちゃん	女	未記入	144,415	4,659
263	ひらりん	女	34	142,964	4,612
264	一晩限り	男	40歳代	142,225	4,588
265	観光交流①	男	20歳代	139,954	4,515
266	がっちゃん	男	49	136,622	4,407
267	砂ずり	男	40歳代	130,249	4,202
268	AMEJYO（アメ女）	女	60歳代	129,916	4,191
269	まあちゃん	女	35	128,002	4,129
270	みっちゃん	女	55	127,796	4,122

### 【一期ひとこと（抜粋）】

平日と休日で歩数の差が激しいため、平日は意識して多めに歩く努力をしようと思った。

自分の平均歩数が少ない事が実感できた。





## 個人ランキング（脱☆平均コース）

※脱☆平均コースの目標歩数は1日平均8,000歩です！

※年齢は申し込み時点のもので、提出者のみ掲載しています。

順位	ニックネーム	性別	年齢	期間総歩数	1日あたり平均歩数
271	けんくん	男	未記入	118,317	3,817
272	きみちゃん	女	未記入	113,647	3,666
273	けいちゃん	女	48	109,831	3,543
274	42歳 男性	男	42	108,100	3,487
275	haruna	女	22	93,033	3,001
276	かずりん	女	52	87,046	2,808
277	のぶくん	男	未記入	79,682	2,570

### 【一期ひとこと（抜粋）】

前半は万歩計がふれていなかったため、歩数が少なかったが、後半はそれでも歩数が少なかったのを、意識的に歩くようにした。

なかなか歩数が伸びません…。マラソン大会に向けてランニングを始めたので、来月は少しでも休日の歩数を稼ぎたいと思います。

