

「いきお散歩ラリー」に参加しませんか

大好評のCOPD啓発ウォーキングイベント「いきお散歩ラリー」を今年も開催します！

J-BREATH（日本呼吸障害者情報センター）が主催する本イベントは、「無理なく楽しく身体を動かすこと」をテーマに掲げ、今年で第5回目を迎えます。昨年は全国から500名を超える方々にご参加いただきました。

参加方法はとっても簡単！ウォーキングだけでなく、お買い物や家事などの日々の歩数をスマホアプリや歩数計で記録するだけ。年に一度のこの機会に、ご自分のペースで気持ちよく体を動かしてみませんか？



**参加費
無料**

スマホや歩数計を使って 全国どこからでも参加できます

- 開催期間：2026年10月1日（木）～10月31日（土）
- 受付締切：2026年9月30日（水）まで
- 参加方法：

ウォーキング・アプリまたは歩数記録表のいずれかでご参加ください。

1. アプリで参加：裏面のQRコードからお申込みください。
2. 歩数記録表で参加：J-BREATH事務局までメールかお電話でお申込みください。お申込み後に、歩数記録表をお送りします。

電話番号：03-5981-1181（平日 10:00～17:00）

メール：event-sanka@j-breath.jp

★抽選で50名の方に★

J-BREATHオリジナルトートバッグと缶バッチをプレゼント！



画像はイメージです。

LUNG WALKとは；

LUNG WALKは、COPDを中心とした呼吸器疾患の啓発や禁煙などを呼びかけるための、世界的な疾患啓発イベントです。J-BREATHは、2008年に東京都立日比谷公園で開催して以来、同イベントを継続しており、本年で19回目となります。慢性の呼吸器疾患を抱えている方は、少し動作をするだけで息が切れるなど、見かけからでは想像できない苦しさを抱えています。J-BREATHは、イベントを通じてこうした疾患への社会的な認知度が高まり、より暮らしやすい社会となることを目指しています。

◆ アプリで参加される方へ

イベントの申し込み

ラング・ウォーク公式サイトからのお申し込みが必要です。
「息いきお散歩ラリー」お申し込みはこちらから▶



- イベント申し込み後にイベント事務局(event-sanka@j-breath.jp)よりメールで「参加者ID」と「パスワード」をお送りします。メールを受信できるよう、スマホの設定をお願いします。

歩数計アプリ「RenoBody」でイベント参加登録

1. 歩数計アプリ「RenoBody」をダウンロード



iPhone



Android



2. 「RenoBody」のユーザ登録後、イベントへの参加エントリー

①トップ画面下部メニューの「イベント」をタップして、**イベントコード**を入力します。



イベントコード
JBREATH0005

②次に、**参加者ID**と**パスワード**を入力します。



参加者ID ●●●●●●
パスワード ●●●●●●

③エントリー完了です。



エントリー完了

主催 NPO法人 日本呼吸器障害者情報センター(NPO J-BREATH)

日本呼吸器障害者情報センター J-BREATH(ジェイ・ブレス)は、COPDや間質性肺炎などの慢性呼吸器疾患患者さんとその家族のための患者支援団体＝患者会です。年のせいと見過ごされがちな疾患に苦しむ患者さんが、より良い療養生活を送れるよう、さまざまなサポートを行っています。



ジェイ・ブレス



<https://j-breath.jp>