

社員健康増進制度『T-PECウォークシリーズ』の取り組みについて

<導入経緯>

提案制度における社員からのアイデアを受け、2007年12月よりスタート

<目的>

1. 「ウォーキング」を全社運動として会社全体で取り組むことにより、役員・社員のこころと体の健康づくりを促進する。
2. 景品を設けることにより、楽しみながら健康づくりをすることのできる環境をつくる。

<対象者>

役員・正社員・契約社員(健保加入者)・配偶者

<実施期間>

年2回、半年間の1日当たりの平均歩数により表彰を実施

<実施方法>

使用デバイス: Fitbit Alta HR・InspireHR・Inspire2(会社より希望者へ配付)

歩数記録アプリ: 『Fitbit』(Fitbit Inc) および 『RenoBody』(ネオス株式会社)

(日々の歩数等を『Fitbit』で記録、その歩数データを『RenoBody』へ連動し参加者全員の平均歩数およびランキングを表示)

※参加者のランキングは個人ランキングと所属グループのランキングの2種類を表示

※スマートフォンの内蔵歩数計や個人の所有するApplewatch等の利用も可

参加喚起: ・入社時のオリエンテーションで案内

⇒会社の文化として認識してもらう

・個人ランキングの他に所属グループ対抗戦を実施

⇒仲間同士で声を掛け合い参加中断を防止・コミュニケーションの機会を増やす

・『T-PECウォークシリーズ寄付金(*)』導入

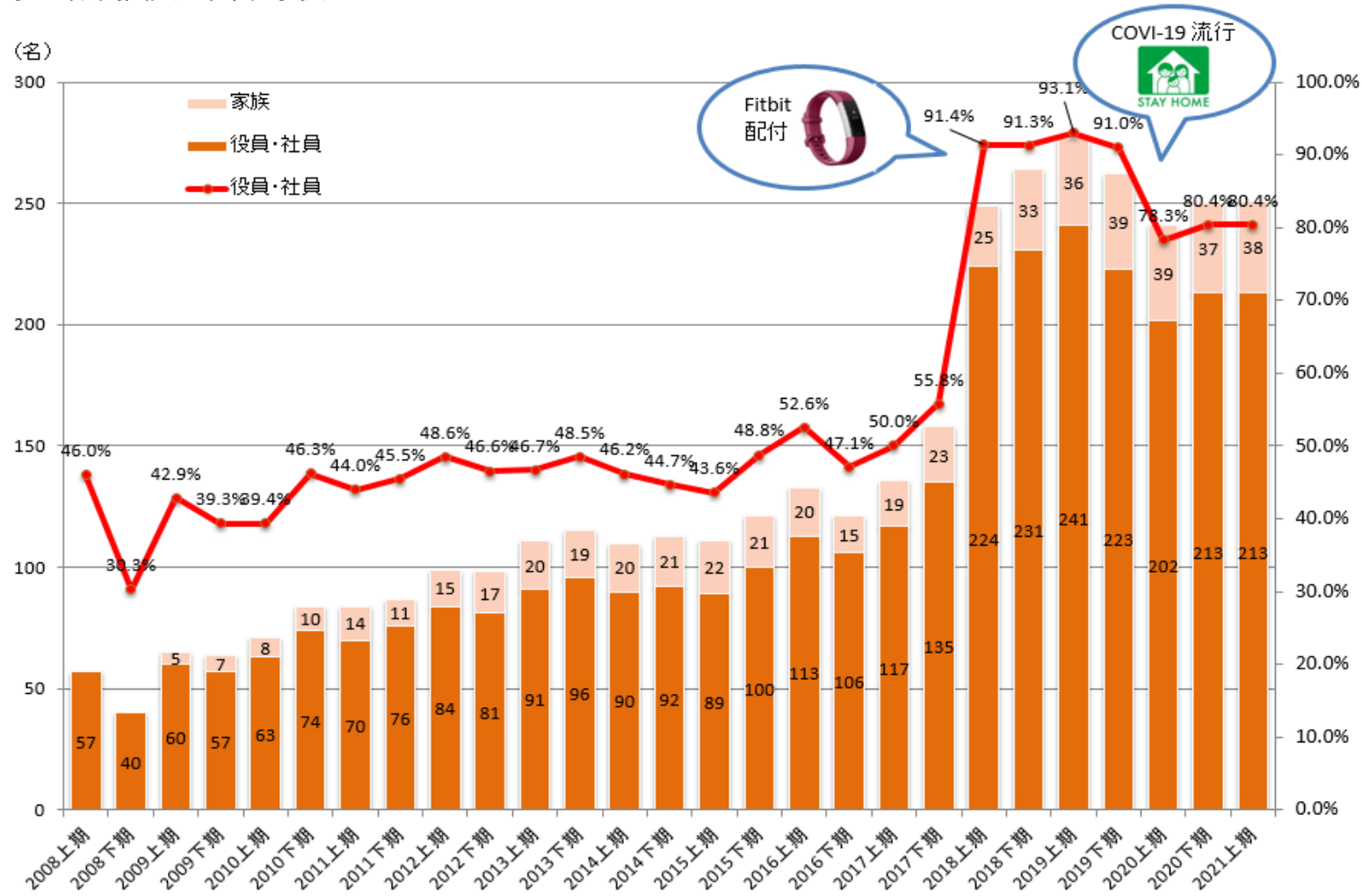
⇒「自分が歩くこと」が社会貢献になっているという意識で参加へのモチベーションアップ

*参加者が1年間に歩いた総歩数に応じた金額を、会社から患者団体等へ寄付しています。

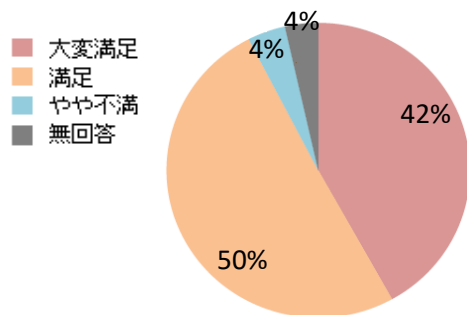
<表彰>

年2回、全社朝礼等で表彰を実施し、平均歩数に応じた図書カード等の商品を贈呈

<参加者数推移(正社員・家族)>



<参加満足度>



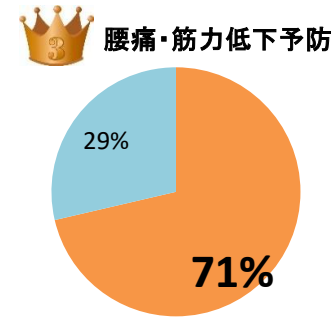
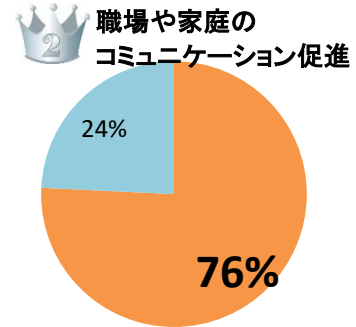
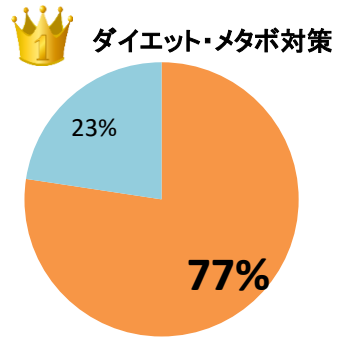
<費用(年間)>

- ・アプリ(システム)・デバイス 227万円
- ・表彰 260万円

<効果等>

・ダイエット・メタボ対策等に対する効果の実感

- 効果があると感じる
- 効果があるとは感じない



・プレゼンティーズム

