

2024春 みんなで歩活を開催します。

参加条件が
変わります。
さらに参加しやすく！

- 本戦期間中チームメンバーの追加もOK。
- 表示名変更もOK。
本名で表示されるのが気になる方も、
ニックネームで参加できる！

今回は、スタンプラリーが開催され
ます。
kencomミッションアイテムの
プレゼントや、抽選でAmazon
ギフトカードが当たるチャンスです！

春の陽気のなか、周りの方と声をかけ合ってウォーキングを始めませんか。

エントリー期間

4月1日🌕～4月30日🌕

イベント期間

5月1日🌕～5月31日🌕

「みんなで歩活」の参加方法は？
歩数はどうやってカウントするの？ など
「みんなで歩活」について詳しく知りたい方はこちらから



詳しくはダスキン健康保険組合ホーム
ページをご覧ください。
https://www.duskin-kenpo.or.jp/health_promotion/kencom02.html



健康 あすなる活動

事業所をあげて2023秋「みんなで歩活」に取り組んだ
「ダスキンサーヴ東北」の活動をご紹介します。

サーヴ東北は、「みんなで歩活」の参加を推奨するためにDDuetコインを使った企画を
計画し、歩活の参加率がアップしました。

(株)ダスキンサーヴ東北

健康管理委員 遠藤 雄一さん

テーマ 「みんなで歩活」に参加して運動習慣をつけよう!!《健康に勝る富はなし》

活動期間 2023年11月1日～2023年11月30日

活動内容 サーヴ東北の健康経営の取り組みの一つとして、2023年11月実施の「みんなで歩活」への参加を推奨する企画を計画しました。



一人でも多く参加いただけるよう、また、いつもよりも多く歩くことを意識して参加いただけるよう、参加賞として参加者全員にDDuetコインを500コイン（1人当たり）付与。さらに活動期間中の平均歩数8,000歩を達成した方に達成賞としてDDuetコインを500コイン（1人当たり）付与するという企画にしました。

【活動の流れ】

- ①9月、社内会議にて「みんなで歩活」の参加推進企画を説明。各拠点へもメールにて配信し、各拠点責任者からおつとめでも報知してもらうよう協力を依頼。
- ②10月からエントリー開始のため、各自参加登録をしてもらえよう、エントリー期間の途中で再度案内。
- ③活動開始後、健保より参加者リストをもらい、参加賞の対象者を決定。➡ 39人
- ④活動終了後、健保より平均歩数の一覧リストをもらい、達成賞の対象者（平均歩数8,000歩以上）を決定。➡ 6人
- ⑤コイン付与対象者リストを作成し、コイン付与担当部署へコイン付与依頼書とともに提出。
- ⑥コイン付与の参加賞は11月27日付与完了、平均歩数8,000歩以上は12月27日完了。
●参加賞 DDuetコイン（500コイン）39人 ●達成賞 DDuetコイン（500コイン）6人

【「みんなで歩活」登録状況の推移】

2023春 23人（参加率38.3%）➡ 2023秋 39人（参加率54.9%）



健康管理委員コメント

サーヴ東北として初めての企画でしたが、運動習慣をつけてもらうきっかけづくりと、DDuetコインを付与することでダスキン商品の利用促進の一石二鳥の効果を狙いました。活動期間中は、歩数をあまり意識しない働きさんも気にしているようで普段より歩いておりました。活動期間が終わった後もこの歩く習慣を継続していただき、1人でも多くの方が更に健康になっていただきたいと思います。