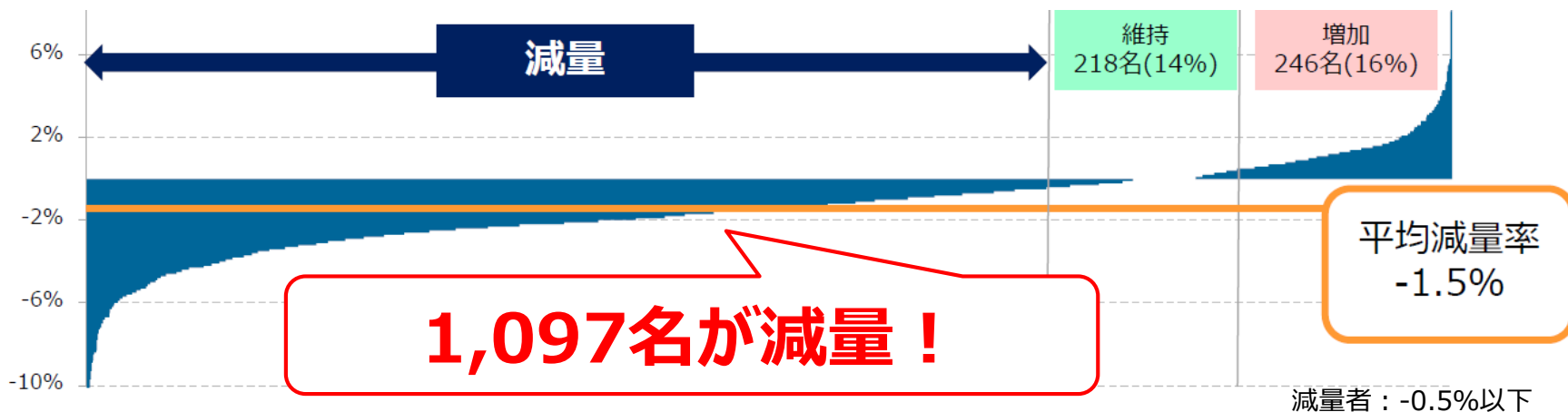


# 昨年度の参加結果 【みんなでちょこやせ・ハッピーキャンペーン2019】

■ **継続率 87% (1,561名)** 参加者1,797人中  
(社員1,729名+家族68名)

■ **減量成功率 70% (1,097名)** 継続者1,561人中

## 体重変化率の人数分布



## 内容

- ・週に1回体重を報告、健康コラムの閲覧、健康クイズの回答によってポイント獲得
  - ・商品券1万円分など豪華賞品が抽選であたる
  - ・2020年12月～募集開始（予定）
- 参加費無料(全額健保負担)**

## 参考 募集チラシ

健保連愛知共同事業 デンソー健康保険組合

**参加費無料**  
先着2500名限定！！

**kickake**  
みんなでちょこやせ  
ハッピーキャンペーン2019

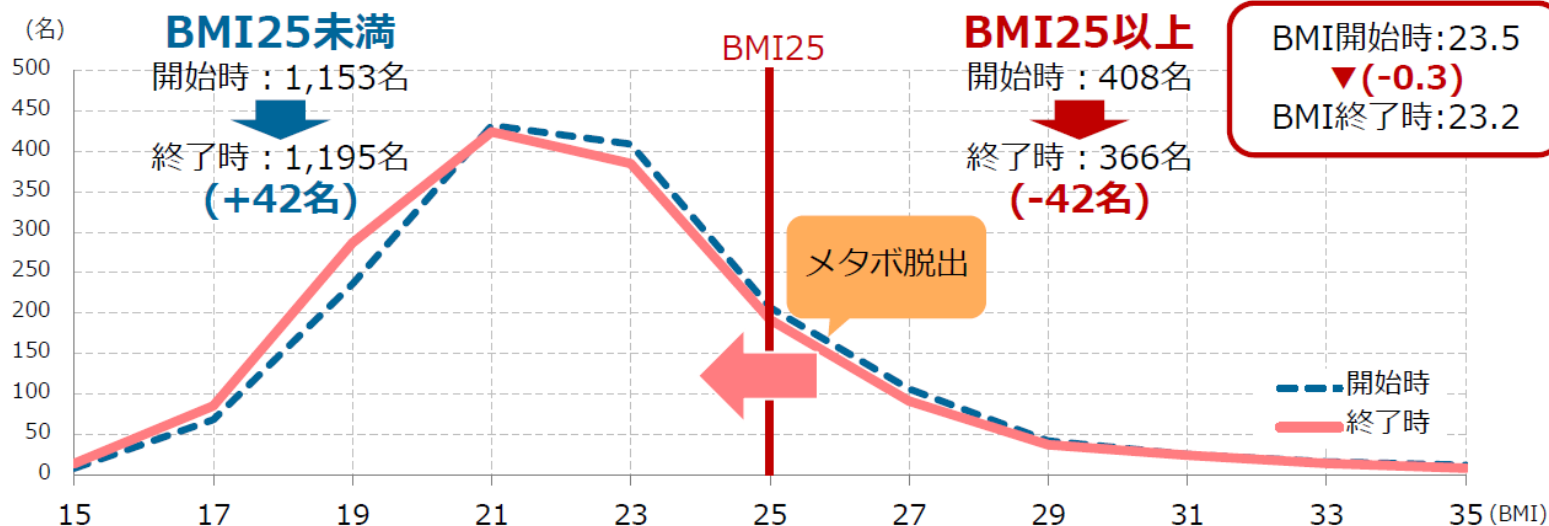
週に1回体重入力  
ポイントをためて賞品ゲット♪

- 痩せたいけれどきっかけがない方
- お腹周りが気になる方
- 健康的に痩せたい方

ご参加、お待ちしております！

¥1,000 GIFT CARD  
豪華賞品が抽選で当たる！

## ■ 体重変化（開始時→2カ月後終了時）



## ■ アンケート結果（心掛けたこと、取り組んだこと）

※アンケート回収者1,440人、回収率80%



### 食習慣改善の例

- ・食事内容・バランス
- ・摂取カロリー
- ・間食
- ・食べる順番

### 運動習慣改善の例

- ・日常生活で体を動かす
- ・ウォーキング
- ・筋力トレーニングをする
- ・ストレッチや体操
- ・歩数計を持つ

**・キャンペーン参加後「食習慣の改善」 87%**  
**「運動習慣の改善」 83%**

※さらに、「参加して良かった」97%

「来年も参加したい」98% など、好評でした！