

日通健保ウォークラリー

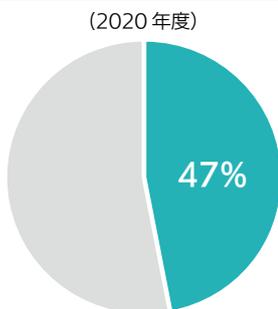
運動習慣を身につけて**肥満**を改善しましょう

急告!! 肥満の方が増えています!!

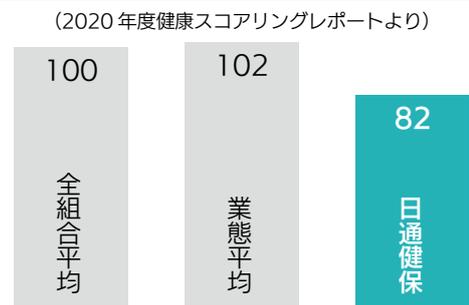
日通健保の加入者のうち、「肥満」の方は47%にのぼり、前年度より1ポイント増えていて、最大の課題となっています。また、健康スコアリングレポート※によると、「運動習慣」のある人の割合が業態平均よりも低くなっています。

「肥満」と「運動不足」は、生活習慣病の発症に直結します。日通健保では「肥満」対策の一環としてウォークラリーを開催しています。1ヵ月間、意識的に歩き、運動習慣を身につけましょう。

日通健保の加入者で肥満の所見がある人



運動習慣がある人の比較



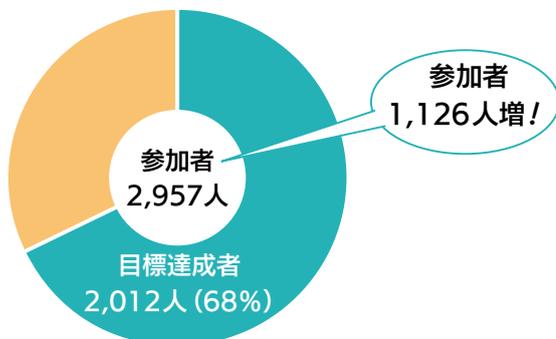
※健康スコアリングレポート…厚生労働省・経済産業省・日本健康会議が連携して、全国1400弱の健保組合や業態平均との比較により日通健保の健康状態や医療費、予防・健康づくりの取組状況を見える化したものです。

報告 2021年度 第1回 日通健保ウォークラリー

みんなで地球11.2周分走破!!

今年6月1日から6月30日までの30日間、「第1回日通健保ウォークラリー」を開催しました。日通健保アプリ「みんなの健康ナビ」からご参加いただき、参加者の合計歩数は約6億4,368万歩、地球をおよそ11.2周回ったこととなります。多くの方にご参加いただき、ありがとうございました。

参加者と目標達成者



目標達成者には記念品として「ありがとう手洗いセット」をお送りしました。

Pick Up!

日本通運株式会社下関特定支店の取り組みをご紹介します。

下関特定支店では、健康意識の底上げを狙いとし、チーム制を設けた特定管内のウォークラリー企画を立ち上げました。幅広く参加者を募り、課所や現場における既存の編成チーム等も活用したことで、健康づくり事業へのより積極的な参加につながったのではないかと考えております。

