TOPCON

健保ニュース

第 369 号

平成 30 年 7 月 24 日

トプコン 健康保険組合

『健康チャレンジ 2018』終了のご報告

２ヶ月間の体質改善チャレンジが終了し、実施結果がまとまりましたので、ご報告致します。

１．　活動期間

- 4月 20 日（金）～6 月 19 日（火）

２．　本年度新企画

- ウォーキング１日平均１万歩コースを追加しました。

３．　継続企画

- 「痩せ痩せチャレンジ」：
  ２ヶ月間で減量 3%以上を目指します。
- 「オール基準値チャレンジ」：
  ＢＭＩ、血圧、脂質、糖代謝の４項目すべて基準値以内を目指します。
- 健康食についての啓蒙：
  ＬＥＯＣと共催でＢ定食／Ｃ定食共用の小鉢（Ａ定食や麺類等で利用する場合は５２円で販売）について、根菜、キノコ、海藻などヘルシーな素材を用いたメニューをチャレンジ期間中の月水金に提供し啓蒙を行いました。材料費の一部を健保で補助しています。
- サラダデーの設定：
  《山形》、《オプト》についてはサラダデーを設けていただき、健保で補助しました。

４．　結果

トプコン本社及び関係会社から合計 275 名の方に参加いただきました。188 人（68%）の人が目標を達成することができました。賞品を８月末を目標に送付させていただきますが、皆様にお選びいただいた賞品は以下のようになっております。来年度の参考にしてください。

単位：人

nanaco ギフト ２千円分	137	シェイプアップリボン	18	クリーンデンタルＦ　３本	8
アシブルパー	6	トラベル血圧計	6	ホットタブ重炭酸湯	5
AYA　プロテイン	2	たためるヨガマット	2	夏対策セット	2
賢者の食卓ダブルサポート	1	アラプラス　からだシェイプ	1		

本賞品とは別に「ラフォーレ倶楽部」一泊二食付き招待券をペアで３組様に贈呈します。

体質改善チャレンジは終了しましたが、日頃より運動、食事バランス等に考慮いただき、ご自分に合った健康増進活動を心がけられますようお願いいたします。

以上