

『週1回の取り組み』最後まで続けた9割が健康習慣を意識

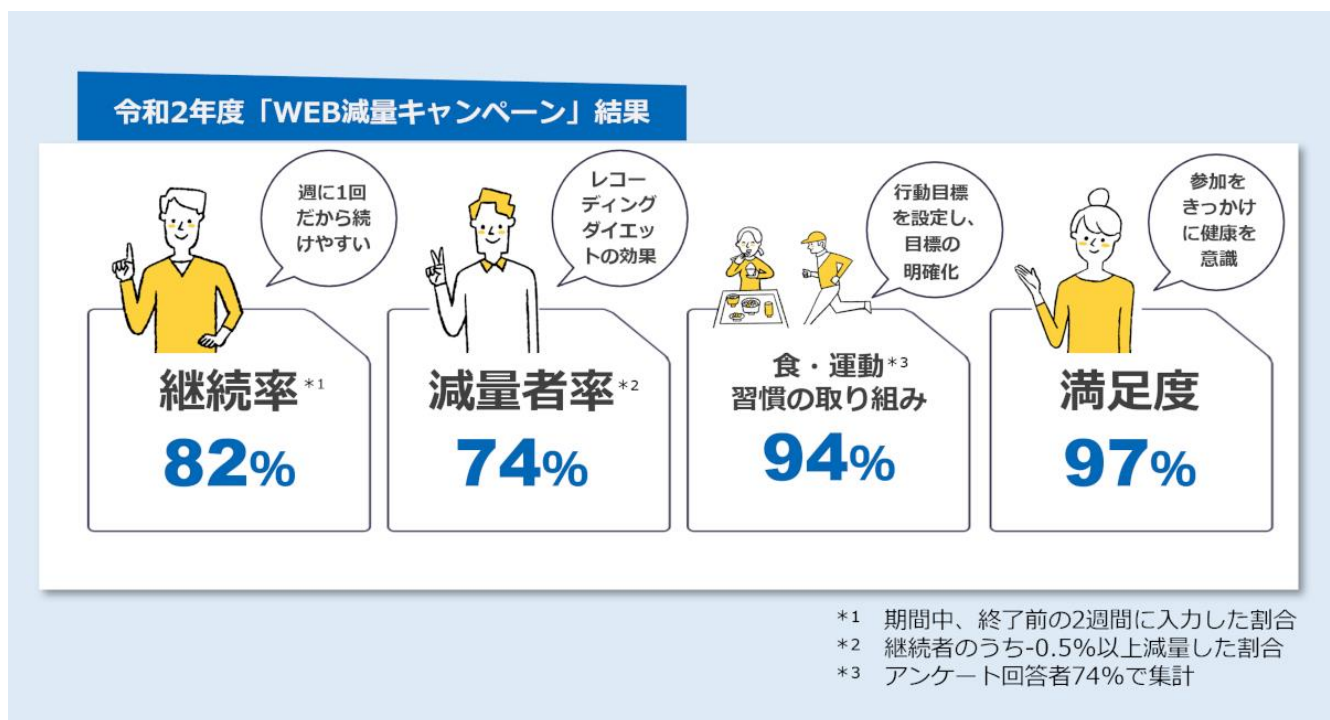
参加したことで『日常生活で体を動かす』が9割増加
～「WEB減量キャンペーン」結果報告と開催案内～

株式会社インサイト（本社：東京都中央区、代表取締役：石川陽介）は、健康無関心層に向けた週に1回だけ取り組むことでインセンティブがもらえる「WEB減量キャンペーン」を毎年開催。

令和2年度は、29団体が実施し、約2600名がキャンペーンに参加しました。

本リリースでは、令和2年度におけるキャンペーンの実施結果を報告します。

また、令和4年初春(1月末)には複数団体を募り、同時開催での共同事業として「WEB減量キャンペーン」を実施します。



【「WEB減量キャンペーン」事業概要】

対象：企業従業員または健康保険組合加入者 2643名、29団体

期間：2020年4月1日～2021年3月31日

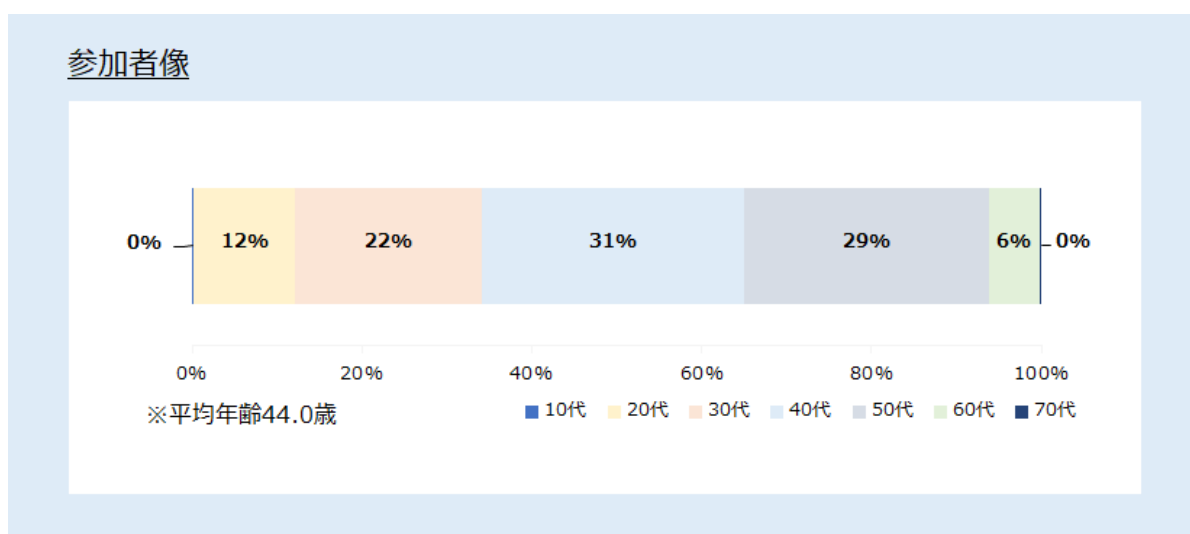
内容：キャンペーン期間中に週に1回体重をはかってWEBで入力、健康コラムの閲覧やクイズに解答。入力等で貯めたポイントで賞品に申込みができる

◆減量キャンペーンの詳細はこちら https://insights.jp/genryo_camp/



【参加者像】

10代：0.2%(4名),20代：12%(321名),30代：22%(585名),40代：31%(816名),
50代：29%(760名),60代：6%(156名),70代：0.03%(1名)



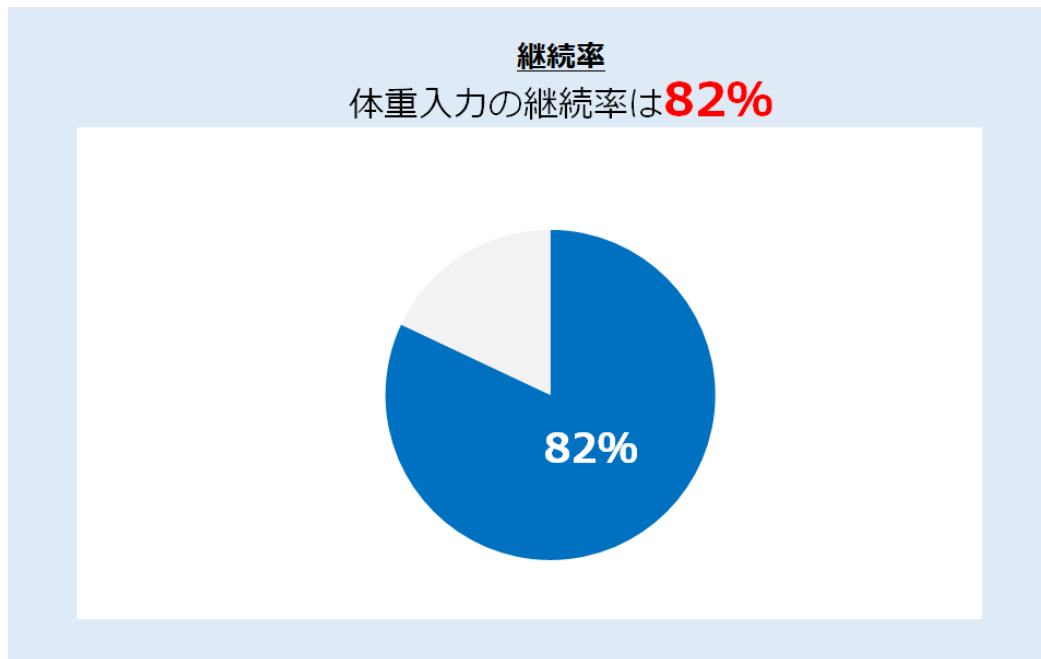
【令和2年度「WEB減量キャンペーン」の結果】

※実施期間は8週間にて集計

1. 体重入力の継続率
2. 減量者率
3. 健康習慣の取り組み
4. 満足度

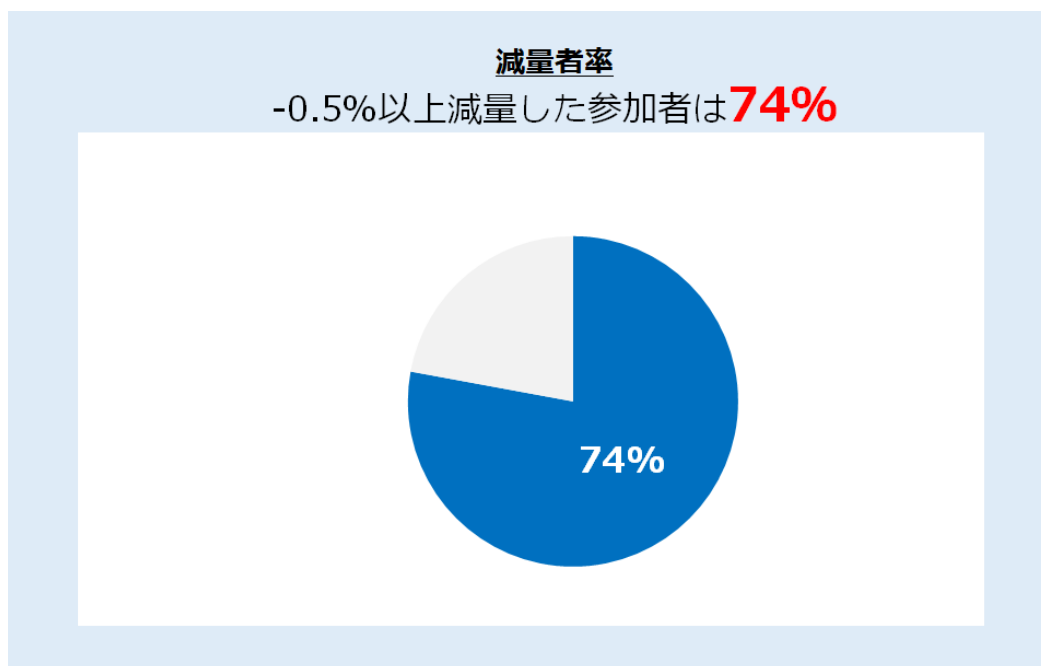
1. 体重入力の継続率

体重入力を最後まで継続した参加者は 82%だった。



2. 減量者率

継続者のうち、-0.5%以上減量した参加者は 74%だった。



3. 健康習慣の取り組み

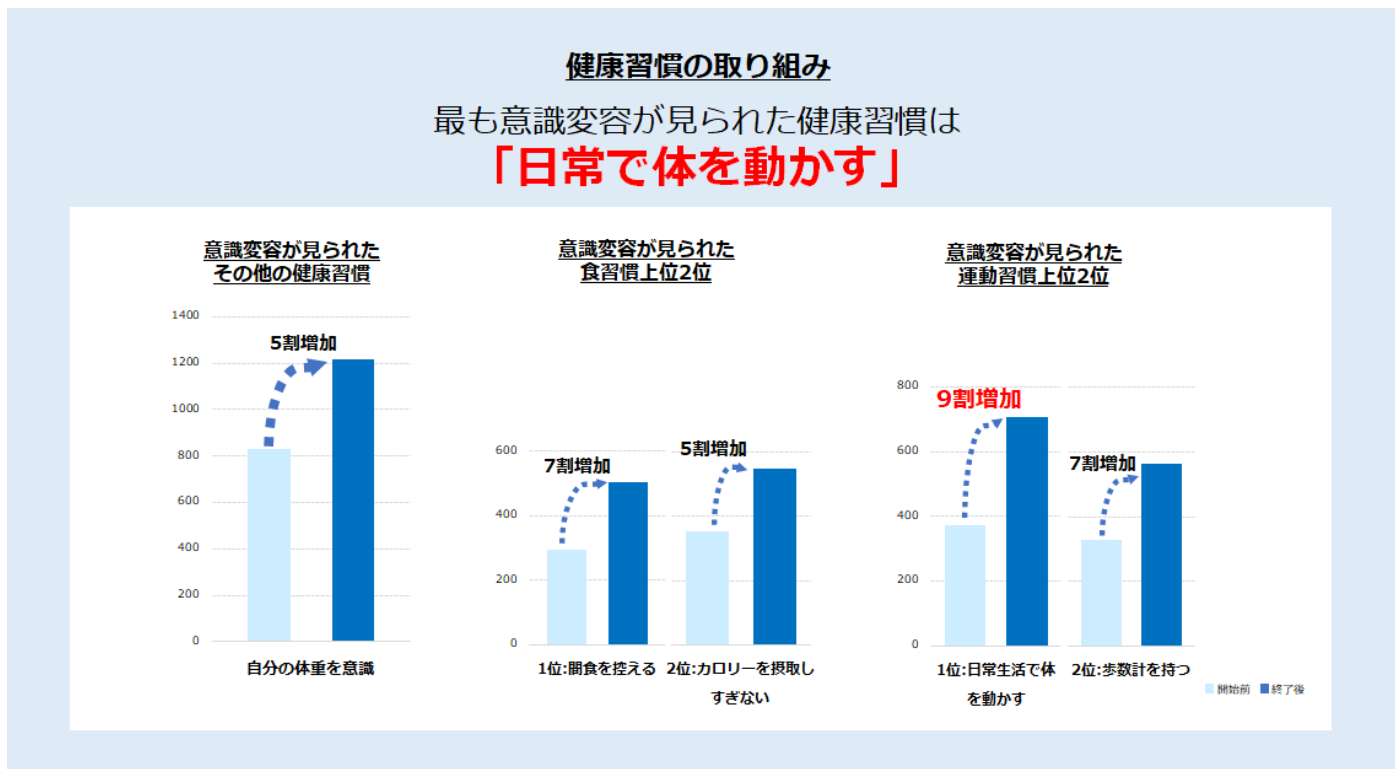
キャンペーン期間中に食・運動習慣に取り組んだ参加者は 94%だった。

開始前と終了時の前後比較で最も意識変容が見られた健康習慣は『日常生活で体を動かす』(9割増加)だった。

食習慣で意識変容が見られた 第1位は『間食を控える』(7割増加)、第2位は『カロリーを摂取しすぎない』(5割増加)だった。

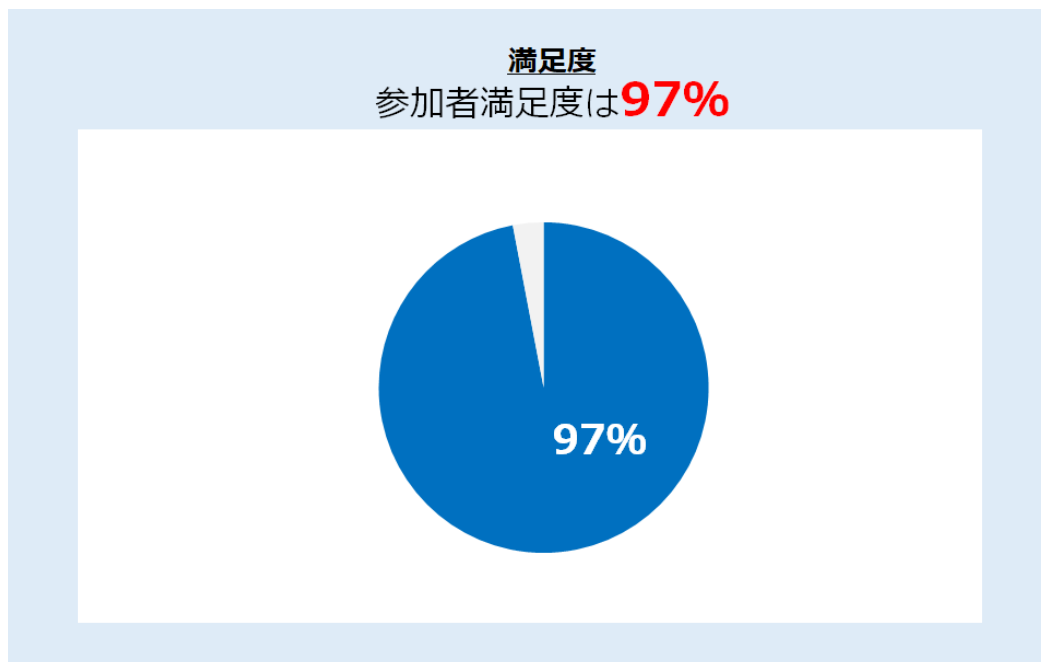
運動習慣で意識変容が見られた 第1位は『日常生活で体を動かす』(9割増加)、第2位は『歩数計を持つ』(7割増加)、だった。

その他の健康習慣では『自分の体重を意識』が5割増加した。



4. 満足度

参加者の満足度は97%だった。



以上の結果となりました。

当キャンペーンは今後も継続して開催しますが、令和4年初春(1月末)には複数団体を募り共同事業として実施します。

【複数団体による共同事業『WEB 減量キャンペーン』の概要】

キャンペーン名称	「みんなでちょこやせ・SPRING キャンペーン」
開催期間（予定）	2022年1月31日(月)～3月27日(日) (8週間)
費用(税抜)	基本料：1団体あたり198,000円 利用料：1人あたり2,900円(賞品代含む)
詳細・申込	https://insights.jp/news/springcamp03
申込期間	11月17日(水)まで
主催	株式会社インサイト

【主な取引実績(一部抜粋)】

健保連神奈川連合会・健保連愛知連合会・健保連兵庫連合会・いすゞ自動車健康保険組合
コニカミノルタ健康保険組合・総合警備保障健康保険組合・中部電力健康保険組合
テルモ健康保険組合・デンソー健康保険組合・兵庫県建築健康保険組合
その他多数…

【会社概要】

社名：株式会社インサイト
代表者：代表取締役 石川陽介
所在地：東京都中央区日本橋浜町 1-3-12 第7センタープラザ 2階
設立：平成22年8月
事業内容：健康保険組合加入者向け健康増進サービス
ヘルスケア ICT サービス 他
URL：<https://insights.jp/>

【お問合せ先】

株式会社インサイト
ヘルスケア事業グループ
TEL：03-5825-4902
Email：healthcare@insights.jp
URL：<https://insights.jp/news/springcamp03>