

令和5年度 健保連神奈川連合会共同事業  
複数健保による健康無関心層向けインセンティブプログラム  
みんなでちょこやせキャンペーン  
2023  
ご提案資料



14500026

プライバシーマーク登録番号  
第14500026号

2023年2月  
株式会社インサイト

- ✓本資料は、株式会社インサイトが著作権その他の権利を有する営業秘密です。当社が許可していない複製や利用、また漏洩することは「著作権法」および「不正競争防止法」によって禁じられております。
- ✓貴社との間で正式な契約が成立した場合には、その規定に従ってこの情報をお取り扱いいただきます。
- ✓尚、貴社にて既に知得されている情報については、これらの制限は及びません。

# 1. 『みんなでちょこやせキャンペーン』とは？

- ◆ 「保健事業のターゲット集団(改善して欲しい人)」の多くは健康に無関心であることが知られています。

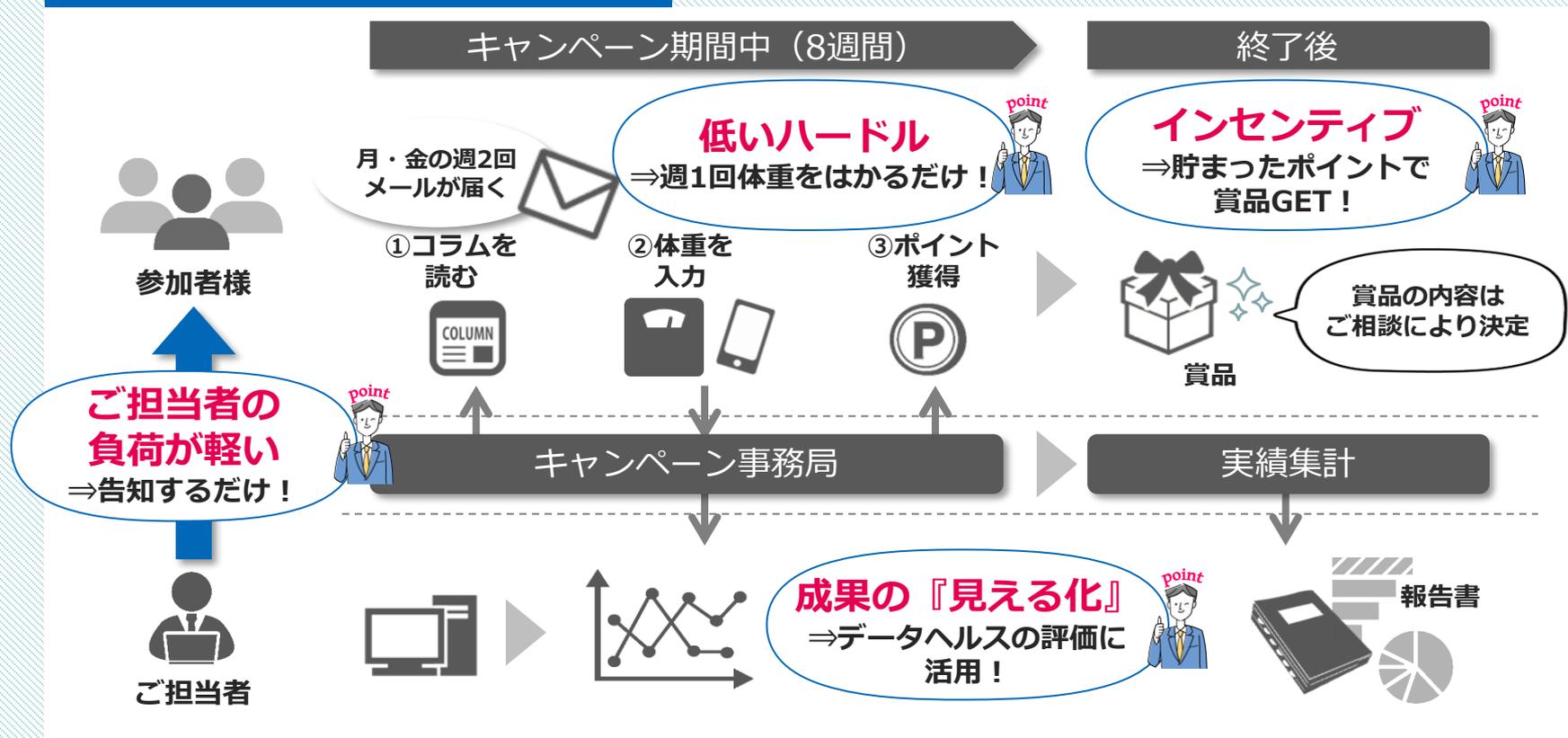


- ◆ これらの方々を取り込むためには、
  - ✓ 介入レベルの低さ(低いハードル)
  - ✓ インセンティブ獲得の仕組み が重要です。
- ◆ 『みんなでちょこやせキャンペーン』は「週1回の体重計測でポイント獲得」と、簡単に取り組むことができるため、健康意識の低い方々に向けた“生活習慣意識づけプログラム”として多くの健保様で導入いただいています。

## 2. 『みんなでちょこやせキャンペーン』の概要

- ◆ 今回ご提案する『みんなでちょこやせキャンペーン』は、複数健保による合同参加型にて実施いたします。

### 『みんなでちょこやせキャンペーン』の流れ



## <参考>賞品ラインアップ一例

- ◆ インセンティブとして様々な賞品をご用意しております。

### 賞品ラインアップ一例



amazon gift card

1. 本キャンペーンは株式会社インサイトによる提供です。本キャンペーンについてのお問い合わせは Amazonではお受けしていません。株式会社インサイト <https://insights.jp/contact> までお願いいたします。
2. Amazon、Amazon.co.jpおよびそれらのロゴはAmazon.com, Inc.またはその関連会社の商標です。

その他にもラインアップは多数！

### 3.参加者の声



今の体重を維持する自信がないので、このような**減量意識を強く持てる企画**が年1回あると助かります。



意思が弱くて**自分から進んでは中々出来ない**ので、このような企画があると励みになります。



**ハードルがあまり高くない**取組みやすい。



「測ってみる」と「入力する」の違いを感じました。「測ってみる」は漫然と数字を眺めているだけでしたが、「**入力する**」ことが**念頭にあると、体重計に乗る前に色々と反省**することが頭をよぎりました。



少しの**取組や気づき**が習慣化されていけば、ダイエットへ・健康への改善イメージが**苦勞から楽しみに**サイトを通じて**変化**していき、とても良い取組だと思いました。感謝。結果はあまり良くなかったのですが、**体重計に乗る習慣**はついてきました!

## 4.ご担当者の声



一部社員から「簡単すぎて物足りない」という意見も出ましたが、  
そのような意識の高い少数社員ではなく、  
**健康行動になかなか取り組めない大多数をターゲットに**  
している当社には良い企画でした。

キャンペーン期間中はほとんど**手間がかからず**、かつ  
**状況をきちんと把握できる**ため安心していられた。



# 5.令和4年度『みんなでちょこやせ』事業成果

## 開催時期

- ◆ 夏開催  
参加登録期間 5月～6月  
開催期間 6月～8月(8週間)
- ◆ 秋開催  
参加登録期間 8月～9月  
開催期間 9月～11月(8週間)

## 参加健保・参加者数

- ◆ 夏開催…4健保/474名  
アンリツ健保、ウシオ電機健保  
イーアンドエーマテリアル健保、三菱鉛筆健保
- ◆ 秋開催…5健保/366名  
アンリツ健保、神奈川県自動車整備健保、  
京三製作所健保、ミクニ健保、三菱鉛筆健保
- ◆ 参加健保 9健保
- ◆ 総参加者数 840名

## 結果・成果



継続率

**90%**

週に1回だから  
続けやすい



減量者率<sup>※1</sup>

**74%**

レコーディング  
ダイエットの効果



食習慣取組<sup>※2</sup>

**75%**

食・運動に関する  
コラムが読める



運動習慣取組<sup>※2</sup>

**74%**

体重以外に  
行動目標も設定



満足度<sup>※2</sup>

**98%**

参加をきっかけに  
健康を意識

※1 継続者のうち-0.5%以上減量された方  
※2 アンケート回答者84%で集計

# 6.令和5年度『みんなでちょこやせ2023』事業企画

令和5年度 健保連神奈川連合会共同事業

企画・運営 株式会社インサイト

## みんなでちょこやせキャンペーン2023

### 複数健保参加のメリット

- 基本料等の固定費を共同で負担することによる費用の抑制(単価設定の低減)
- 複数健保の参加者総数で評価(n数を確保)することによる事業評価の適正化
- 他健保と実績を比較することによる成果及び課題の明確化

神奈川連合会が  
費用を一部負担

### 参加費用(税抜)

#### ◆ 通常価格

基本料	1健保あたり	<b>198,000円</b>
利用料	1人あたり	<b>2,900円</b>

◆ 神奈川連合会会員健保2023価格は、  
当社へ直接お問合せください。

### 参加健保お申込締切

#### ◆ 夏開催

**2023年4月3日(月)**

#### ◆ 秋開催

**2023年7月7日(金)**

### キャンペーン開催スケジュール

#### ◆ 夏開催

参加登録期間	<b>2023年5月22日(月)~6月11日(日)</b>
開催期間	<b>2023年6月12日(月)~8月6日(日) 8週間</b>
成果報告	<b>2023年9月</b>

#### ◆ 秋開催

参加登録期間	<b>2023年8月28日(月)~9月24日(日)</b>
開催期間	<b>2023年9月25日(月)~11月19日(日) 8週間</b>
成果報告	<b>2024年1月</b>

## 7.参加申込の流れ

- ◆ 健保連神奈川連合会共同事業「みんなでちょこやせキャンペーン2023」の参加申込は、株式会社インサイト宛にメールフォームからお申込みください。

**STEP.1** 下記のホームページへアクセスしてください。

[https://insights.jp/news/kg\\_camp2023](https://insights.jp/news/kg_camp2023)

**STEP.2** ホームページ内に掲載している、下記の規約をご確認ください。  
「[参加規約\(参加健保様向け\)](#)」 「[利用規約\(加入者様向け\)](#)」

**STEP.3** ホームページ下部の「お問合せ・参加申込」よりお問合せ種別の「事業参加申込」にチェックをして、必要事項をご入力の上送信してください。

**STEP.4** キャンペーン事務局（運営：株式会社インサイト）より、申込受付メールをお送りいたします。

## 8. 申込後～終了までの流れ

準備  
期間



ご担当者

登録に関わるシステム仕様(記号・番号の桁数など)をお伺いします

参加  
登録  
期間



ご担当者

インサイトから提供するチラシなどを用いて、加入者に向けて「ちょこやせ」を告知していただきます

開催  
期間



参加者様

キャンペーンに参加登録していただきます



参加者様

週1回の体重入力や、コラムやクイズでポイントを貯めていただきます



参加者様

貯まったポイントで賞品GET (抽選の場合は当選によりGET)

終了後

インサイトより「ちょこやせ」の報告書をご提出します

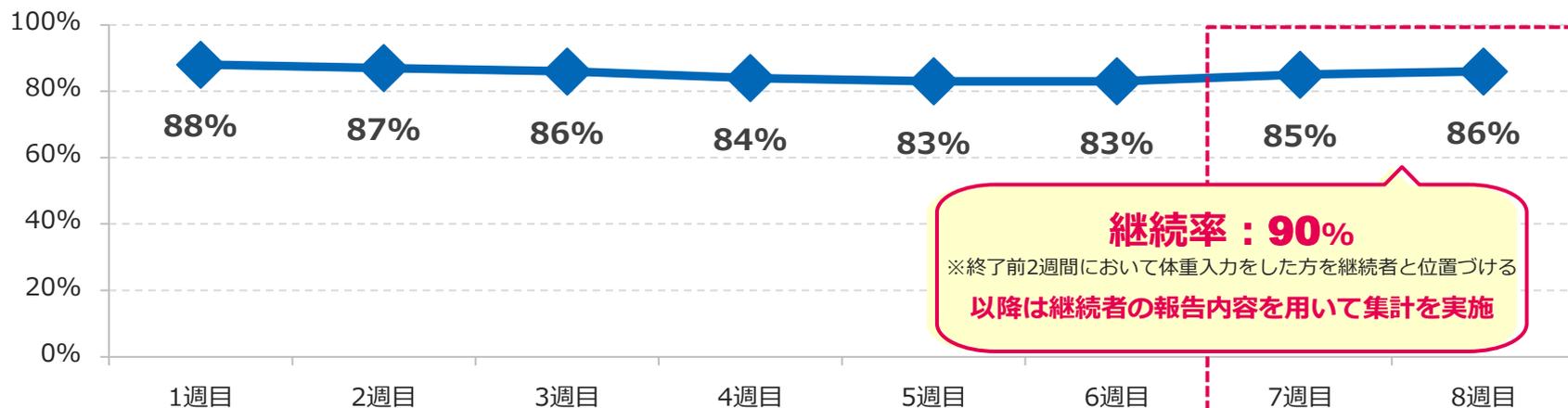
---

〈参考〉

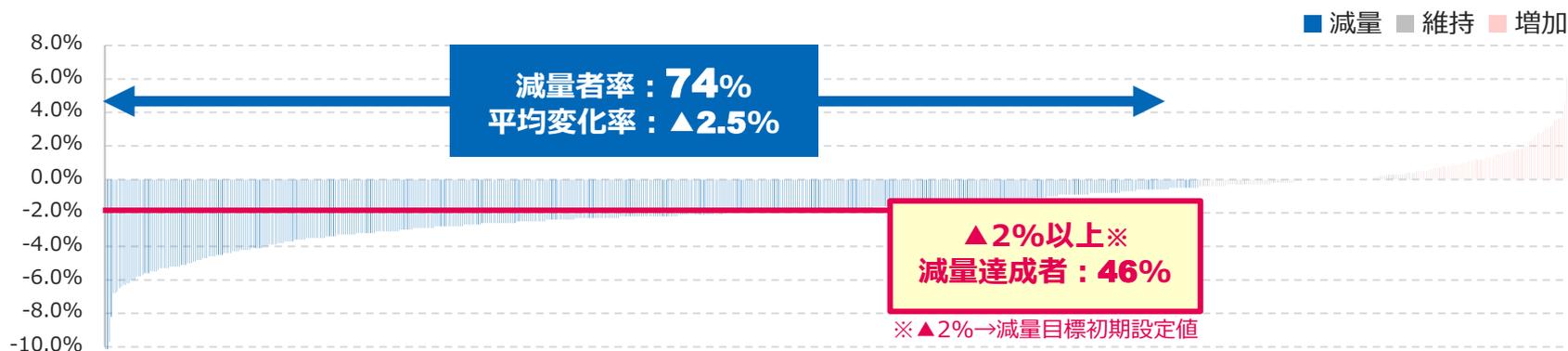
令和4年度 事業成果詳細

# <参考> 体重報告率、体重変化率人数分布

## 体重報告率

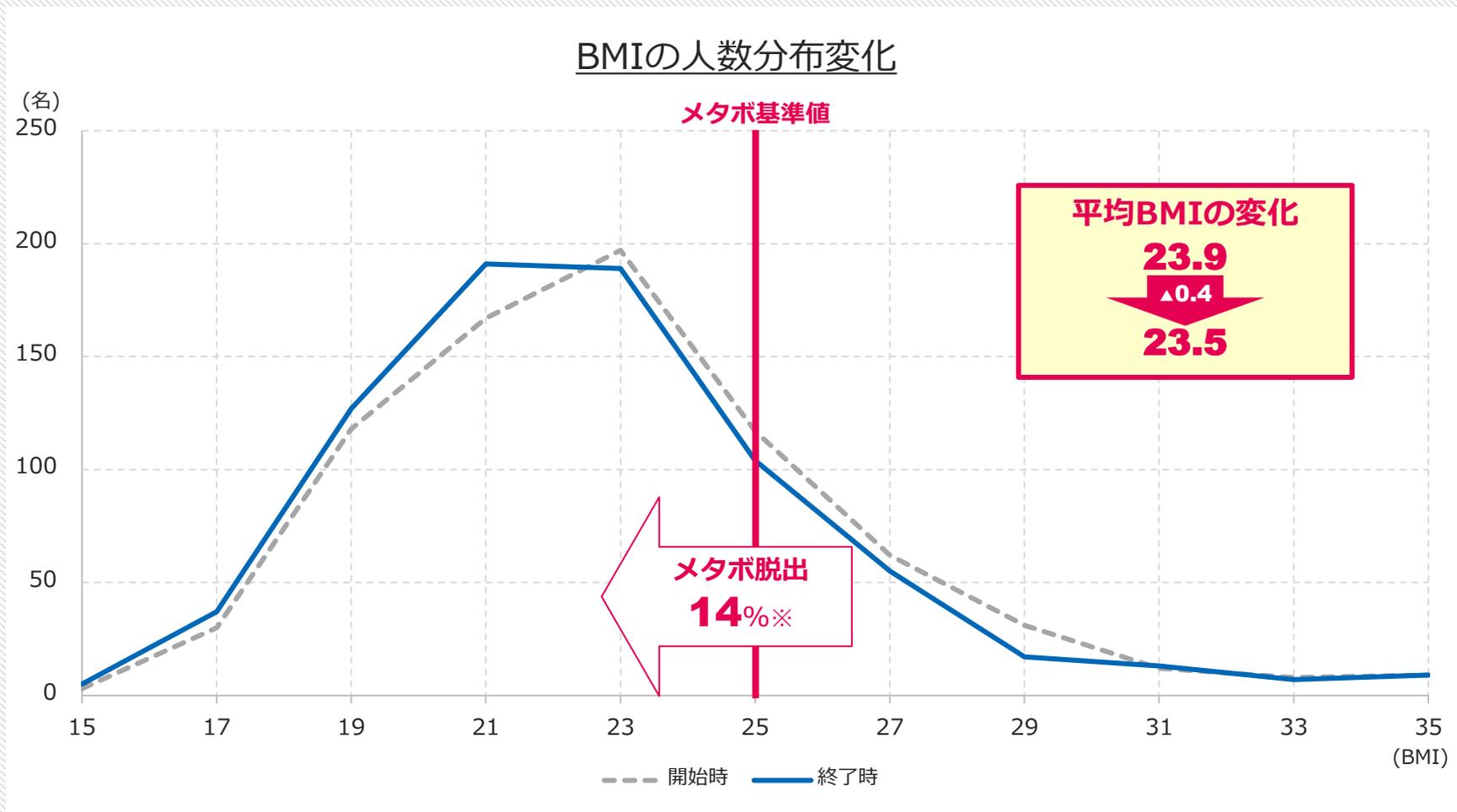


## 体重変化率人数分布



体重変化率：減量 → -0.5%以下、維持 → ±0.5%未満、増加 → +0.5%以上

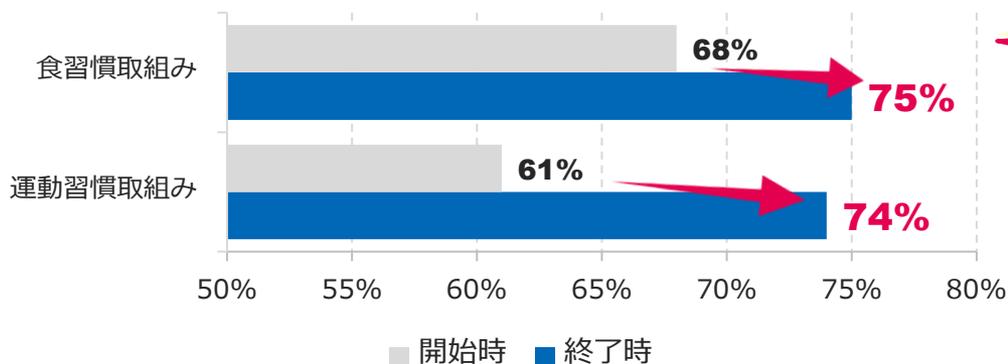
# <参考>BMIの人数分布変化



※開始時にBMI25以上に該当する参加者からの割合

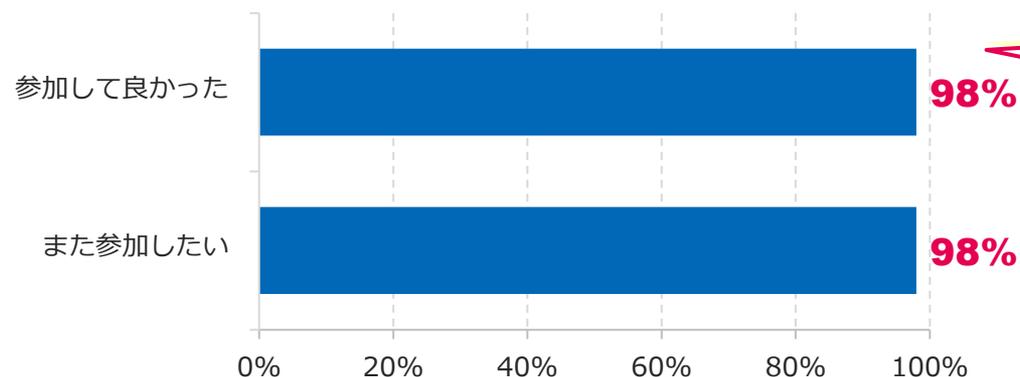
## <参考>意識の変化、参加満足度

### 心がけたこと・取組んだこと



本キャンペーンの参加を通して  
食習慣取組みが**7**ポイントUP  
運動習慣取組みが**13**ポイントUP

### 参加満足度



企画への満足度：**98%**  
継続参加希望：**98%**  
と、参加満足度が高い

終了時アンケート回答者  
84%で集計

# 株式会社インサイト 会社概要

- 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 ①医療保険者加入者／従業員向け健康増進サービス  
②健康情報の分析・評価・ナビゲーション  
③ヘルスケアコンサルティング  
④ヘルスケアICTサービス
- プライバシーマーク登録番号 第14500026号
- 特定保健指導機関番号 1321900076
- 取引実績



健康保険組合連合会神奈川連合会、健康保険組合連合会愛知連合会、健康保険組合連合会兵庫連合会、総合警備保障健康保険組合、コニカミノルタ健康保険組合、テルモ健康保険組合、プリチストーン健康保険組合、全日本空輸健康保険組合、サンデン健康保険組合、デンソー健康保険組合、FUJI健康保険組合、ユニーグループ健康保険組合、中部電力健康保険組合、日本ガイシ健康保険組合、石塚硝子健康保険組合、ATグループ健康保険組合、トーエネック健康保険組合、ヤマザキマザック健康保険組合、東海マツダ販売健康保険組合、近藤紡績健康保険組合、CKD健康保険組合、大同特殊鋼健康保険組合、三菱鉛筆健康保険組合、上野グループ健康保険組合、京三製作所健康保険組合、古河電池健康保険組合、アマダ健康保険組合、富士フイルムグループ健康保険組合、ミクニ健康保険組合、エーアンドエーマテリアル健康保険組合、富士通ゼネラル健康保険組合、アンリツ健康保険組合、サクサ健康保険組合、いすゞ自動車健康保険組合、ウシオ電機健康保険組合、そごう・西武健康保険組合、三菱地所健康保険組合、日本製紙健康保険組合、ミドリ安全健康保険組合、高島屋健康保険組合、LIXIL健康保険組合、兵庫県建築健康保険組合、兵庫県運輸業健康保険組合、みづほ健康保険組合、神戸電鉄健康保険組合、山陽電鉄健康保険組合、神戸貿易健康保険組合、兵庫県自動車販売店健康保険組合、ワールド健康保険組合、ジャヴァグループ健康保険組合、ナブテスコグループ健康保険組合、オムロン健康保険組合、全国健康保険協会岩手支部、島根県市町村職員共済組合、地方職員共済組合兵庫支部、品川区、延岡市、他

本事業に関する  
お問合せ先

Tel : 03-5825-4902

E-mail : [campaign@insights.jp](mailto:campaign@insights.jp)

ヘルスケア事業グループ 澤村