

「週に1回の体重報告から」をはじめよう
—複数団体で実施の共同事業型減量キャンペーン—
みんなでちょこやせキャンペーン2024
ご提案資料



プライバシーマーク登録番号
第14500026(06)号

2024年1月
株式会社インサイト

1. 「減量キャンペーン」とは？

- ◆ 「保健事業」や「健康経営」のターゲット集団(改善して欲しい人)の多くは健康に関心が低いことが知られています。

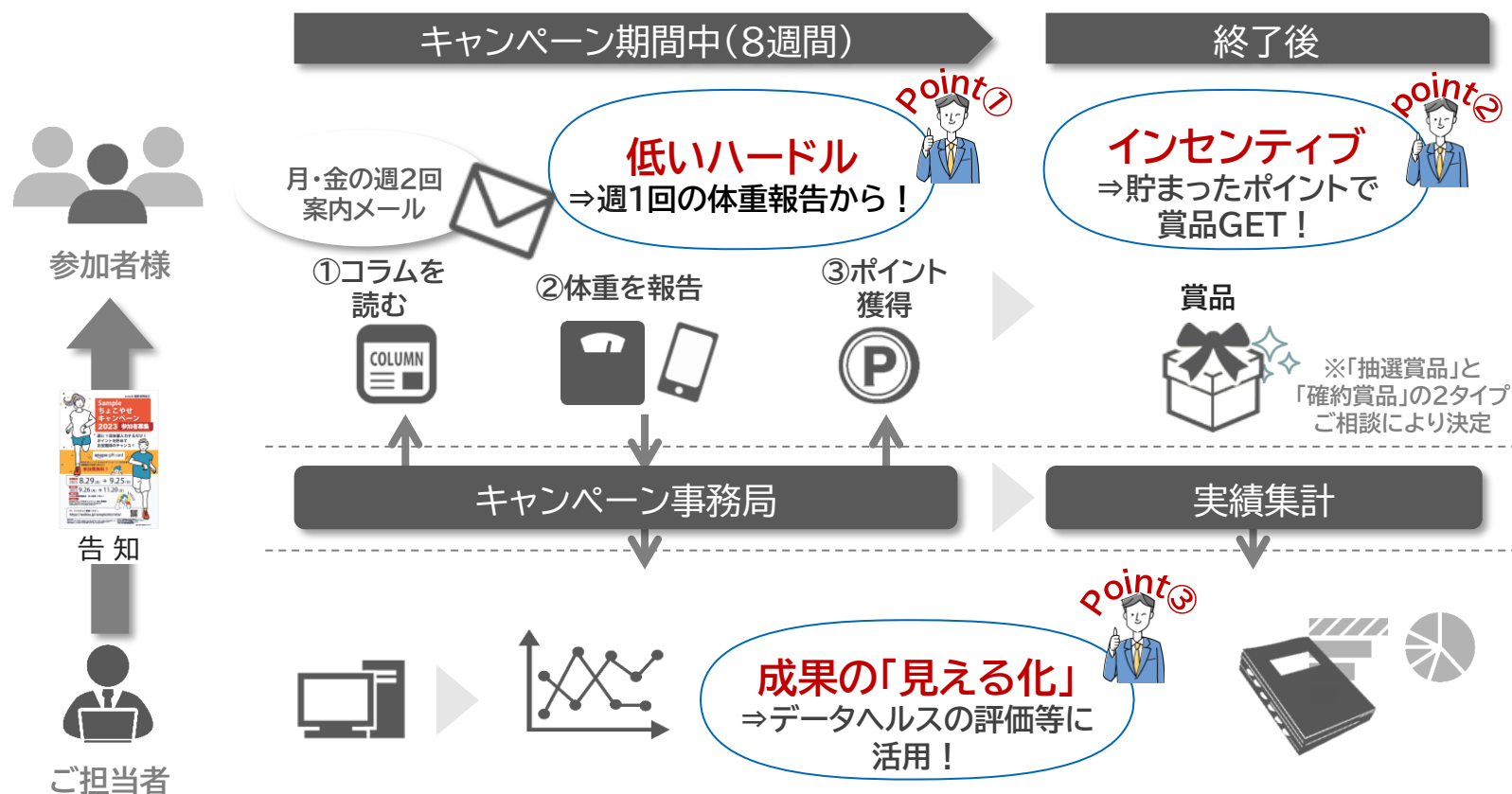


- ◆ これらの方々を取り込むためには、
 - ✓介入レベルの低さ(低いハードル)
 - ✓インセンティブ獲得の仕組み が重要です。
- ◆ 「減量キャンペーン」は「週に1回の体重報告で健康管理」という簡単な取り組みから始めることで、健康意識の低い方々に向けた“生活習慣意識づけプログラム”として多くの団体に導入いただいています。

2. 「みんなでちょこやせキャンペーン」の概要

- ◆ 「みんなでちょこやせキャンペーン」は、複数団体で実施する共同事業型の生活習慣意識づけプログラムです。

「みんなでちょこやせキャンペーン」の流れ



3. 「みんなでちょこやせキャンペーン」の特徴とメリット

- ◆ 「みんなでちょこやせキャンペーン」は、企画の枠組みが決まっているため、ご担当者様の負担が少なく始められます。
また、少人数で実施したい場合には費用負担が抑えられます。

「みんなでちょこやせキャンペーン」3つの特徴



- 「週に1回の体重報告から」始める**ハードルの低さ**
- **インセンティブ**(貯まったポイントで賞品申込み)
- データヘルスの評価にも活用できる**成果の「見える化」**を実現

共同事業型で実施する3つのメリット

- 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)
- 複数団体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**
- 他団体と実績を比較することによる**成果及び課題の明確化**

4. 参加者の声



減量に取り組む良いきっかけとなった。



体重管理の「意識」が出来ました。続けていきます。



ハードルがあまり高くない取り組みやすい。



入力が滞ってきたタイミングでリマインドメールが届くので、よかった。その後、お昼休み中に体重を報告したりクイズに参加したりしていました。



あまり無理のない範囲でできる情報が書かれていたので罪悪感なく読みやすかったです。



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！

5. 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。



6. 令和5年度「みんなでちょこやせキャンペーン」実施例

概要

※現時点での最新例から結果の一部をご案内

- ◆ 開催時期:【夏】2023年6月～8月 【秋】2023年9月～11月（各8週間）
- ◆ 合計参加団体数:13団体
- ◆ 合計人数:1042名

結果・成果



継続率

87%

「週に1回の報告から」と定期メールで
続けやすい



減量者率^{※1}

71%

レコーディング
ダイエットの効果



食習慣取組^{※2}

75%

食・運動に関する
コラムが読める



運動習慣取組^{※2}

64%

体重以外に
行動目標も設定



満足度^{※2}

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81%で集計

7. 令和6年度「みんなでちょこやせキャンペーン2024」事業企画

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

※支払期限:(夏)基本料2024年5月末、利用料2024年10月末 (秋)基本料2024年8月末、利用料2025年2月末

※利用料には賞品費用500円を含みます。賞品費用を超過した場合は別途請求いたします。

※当社標準賞品(Amazonギフトカード・シンプルチョイス・QUOカードPay)以外の賞品を選定された場合、賞品取扱手数料として賞品1点あたり500円を別途頂戴いたします。ただし、金券を選定され、参加者個人宅に配送する場合、賞品1点あたり1,000円を別途頂戴いたします。

※基本料には告知資料提供費用を含みます。

※印刷にかかる費用、送料等については別途実費を頂戴いたします。

※当社が印刷会社への手配を代行する場合、開催時期ごとに以下のとおり印刷代行手数料を別途頂戴いたします。

指定する1か所に納品する場合 2,000円、複数の指定場所へ納品する場合 5,000円

キャンペーン開催スケジュール

《夏》

- ◆ 参加登録期間
2024年5月20日(月)～6月9日(日)
- ◆ 開催期間
2024年6月10日(月)～8月4日(日)
8週間
- ◆ 成果報告
2024年9月
- ◆ 申込締切
2024年4月10日(水)

《秋》

- ◆ 参加登録期間
2024年8月26日(月)～9月22日(日)
- ◆ 開催期間
2024年9月23日(月)～11月17日(日)
8週間
- ◆ 成果報告
2025年1月
- ◆ 申込締切
2024年7月5日(金)

8. 参加申込の流れ

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/camp2024>

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(参加団体様向け)」「利用規約(加入者様向け)」

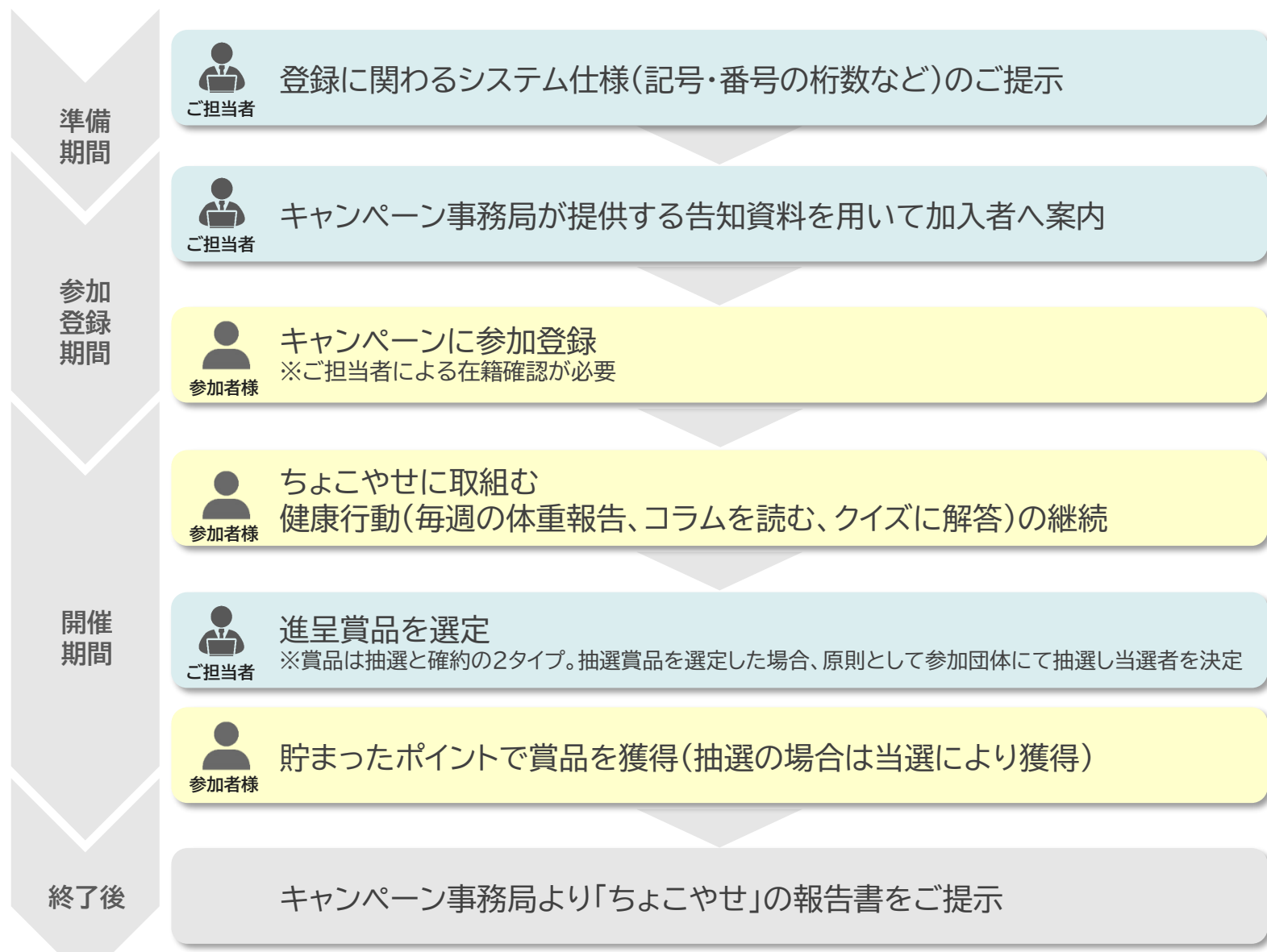
STEP.3

「お問合せ・参加申込」よりお問合せ種別「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ください。

STEP.4

キャンペーン事務局より、申込受付メールをお送りいたします。

9. 申込後～終了までの流れ





数週間も？続かないのでは？

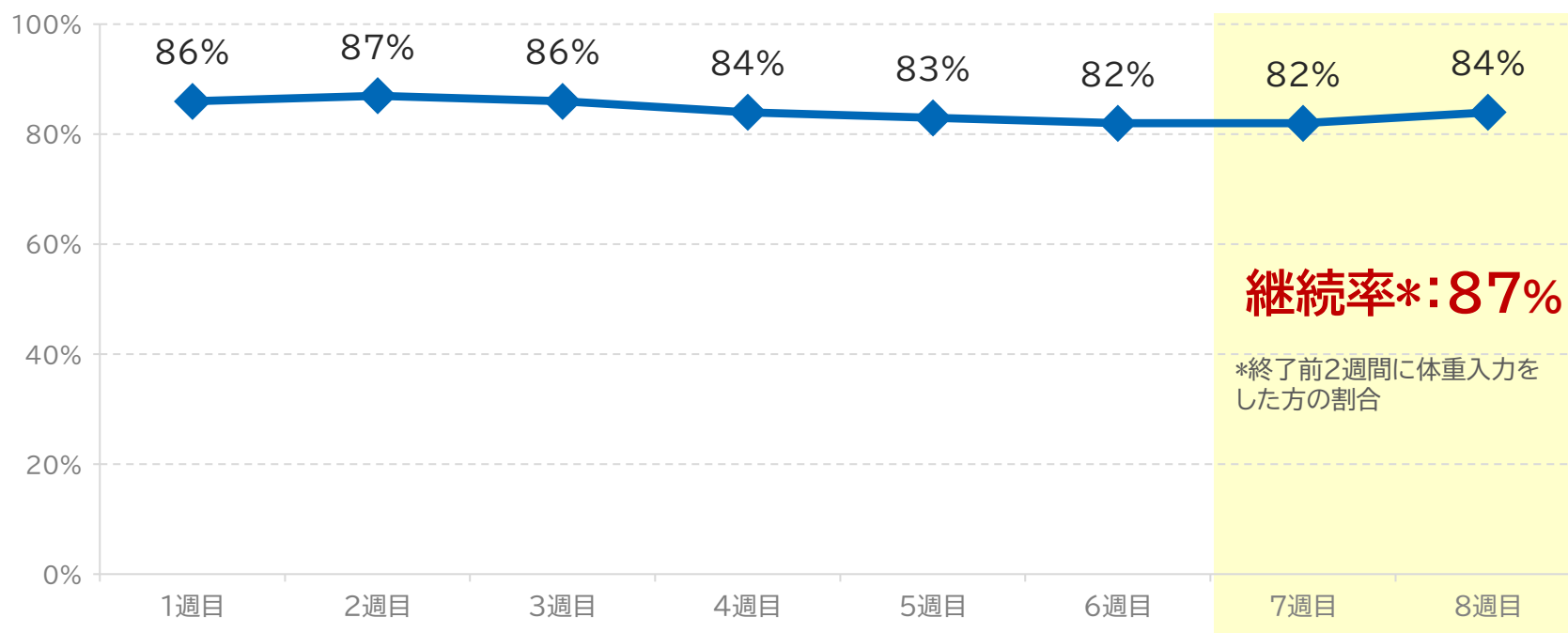
「減量キャンペーン」は、「週に1回の体重報告から」のスタートで参加しやすく、また、事務局からの定期メールは取り組みの継続をサポートするリマインドの役割を果たしています。

続けることでポイントが蓄積され、インセンティブの獲得に繋がる仕組みのため、楽しみながら健康行動の継続が期待できます。

よくあるご質問①

【過去開催事例】

体重報告率



⇒ 87%の参加者が最後まで継続



「週に1回の報告から」に
取組んで起こる変化は？

メタボやメタボ予備軍等の改善して欲しい人の多くは、普段から体重を意識していない、または関心が低い方々です。

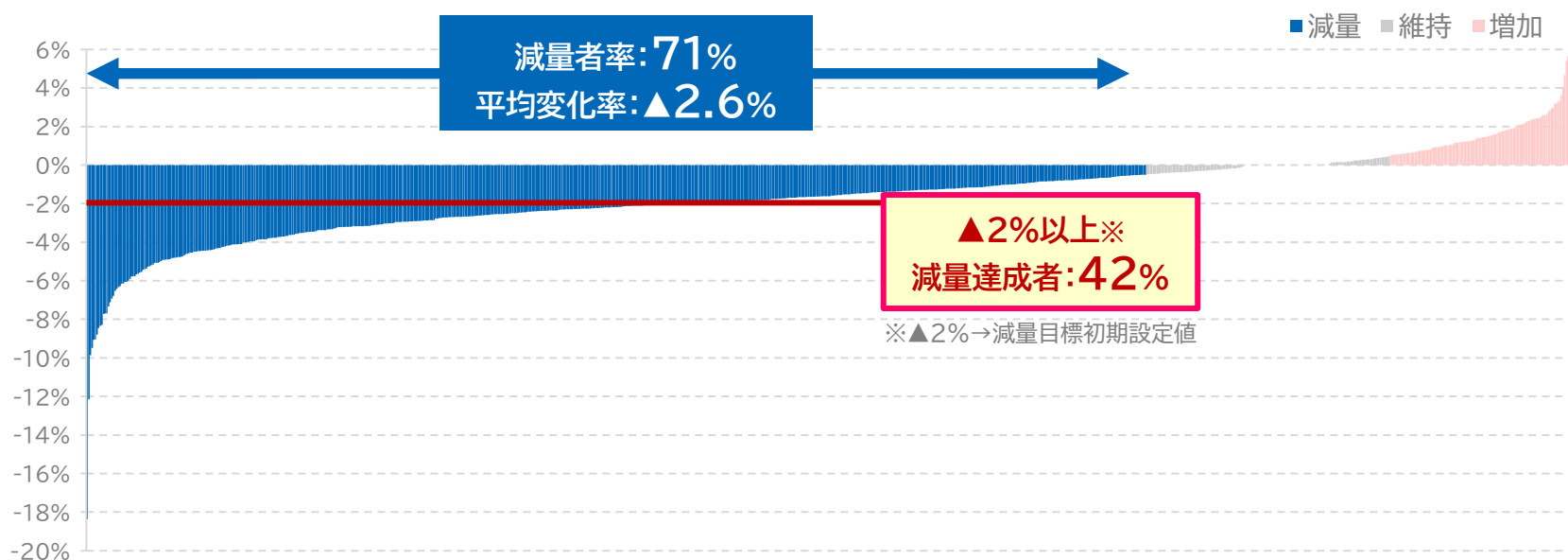
「週に1回体重を報告することから」のスタートのため、取組みやすく続けやすいことに加え、ご自身の健康管理にお役立ていただくための情報(コラムやメール)への感度が高まることが期待できます。

少しずつ行動として落とし込まれるようにすることで、減量と生活習慣改善の意識づけに繋がると考えています。

よくあるご質問②

【過去開催事例】

体重変化率人数分布

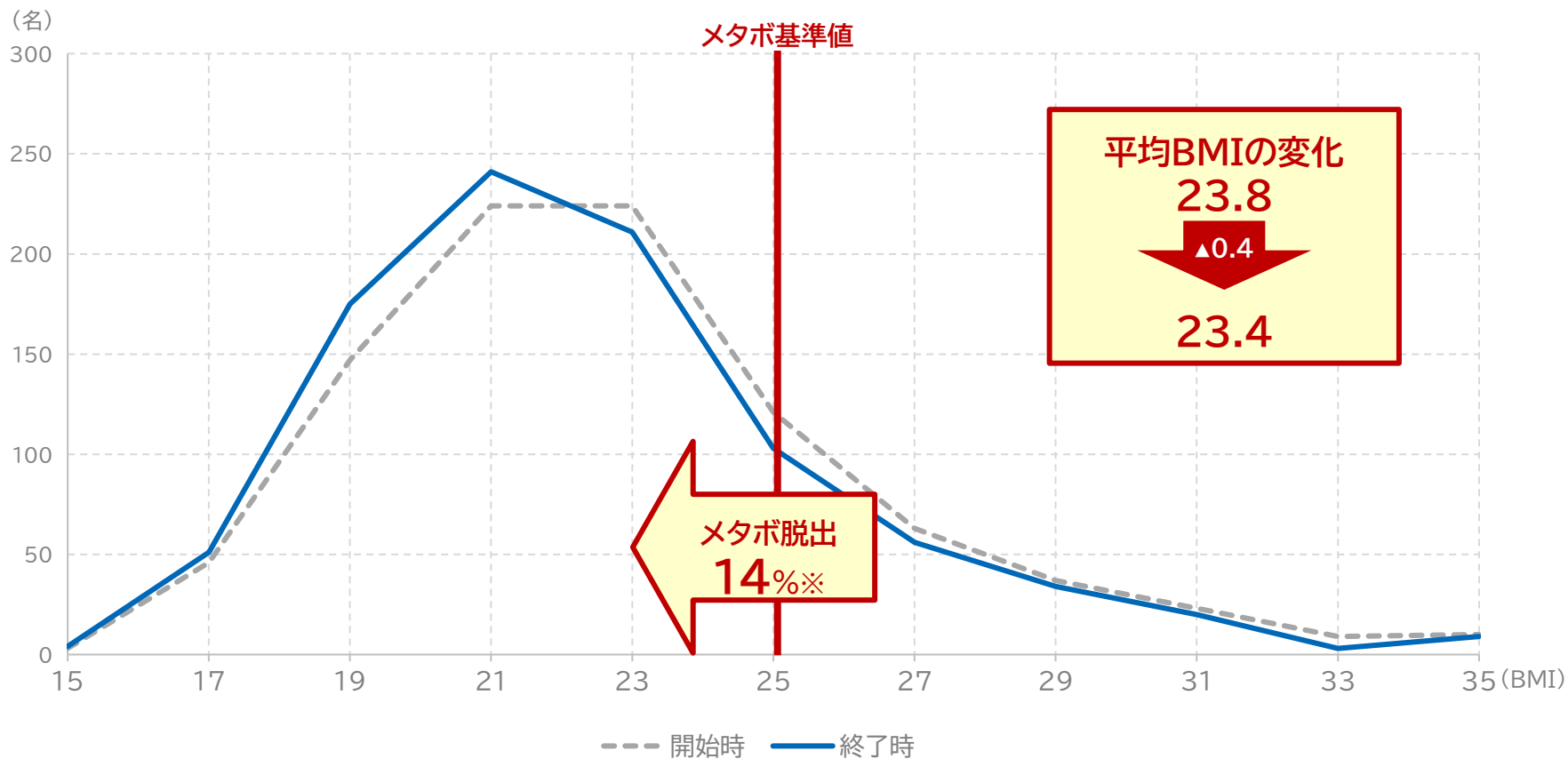


体重変化率: 減量 → -0.5%以下、維持 → ±0.5%未満、増加 → +0.5%以上

⇒ 71%の参加者に減量効果
⇒ 減量者の平均変化率は▲2.6%

よくあるご質問②

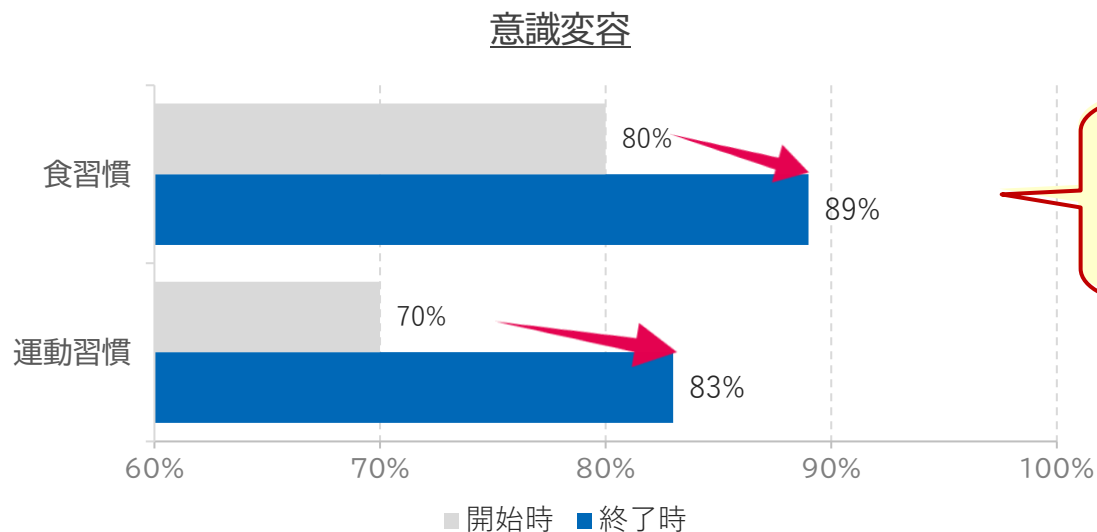
BMIの人数分布変化



※開始時にBMI25以上に該当する参加者からの割合

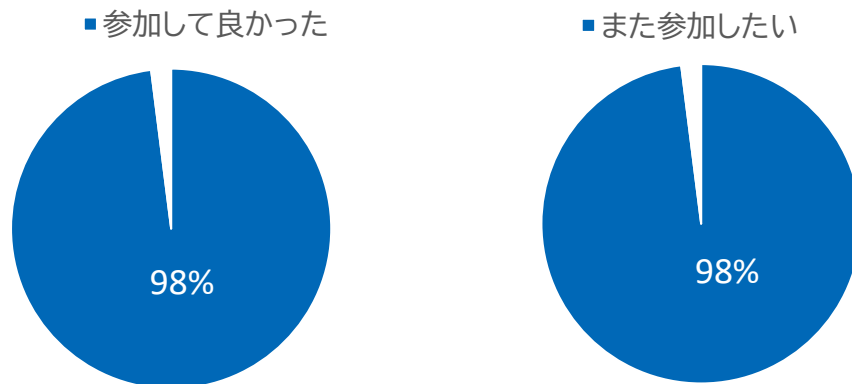
よくあるご質問②

終了時アンケート回答者:81%で集計



本キャンペーンの参加を通して
食習慣: **9ポイントUP**
運動習慣: **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%**
と高い参加満足度



賞品はどんな種類があるの？

デジタルギフトやカタログギフトなどをご用意しています。



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ではお受けしておりません。
株式会社インサイト<https://insights.jp/site/contact.html>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。



- ※獲得ポイントに応じて申込条件が設定される場合があります
- ※進呈賞品は、参加団体ごとに選定いただきます
- ※賞品は、「抽選賞品」と「確約賞品」の2パターンがあります。「抽選賞品」を選定した場合、原則として参加団体にて抽選の上、当選者を事務局へご連絡いただきます(当選発表は事務局より発表)



ご担当者の発送にかかる手間や費用の負担が軽く、参加者も自分で好きなものを購入できるため人気の賞品です。



共同事業型と単独開催型
どちらが安いのか？

360名以下で2か月実施した場合、共同事業型の方が安く実施いただけます。

■1人あたりの単価（基本料、賞品費用1人あたり500円を含む）

参加人数	単独実施型(税抜)	共同事業型(税抜)
100名	7,477円	4,880円
300名	11,431円	10,680円

※単独開催型の費用見積りについてはお問合せください。

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、サンデン健康保険組合、日本信号健康保険組合、コニカミノルタ健康保険組合、明治グループ健康保険組合、日本製紙健康保険組合、ブリヂストン健康保険組合、東京都電機健康保険組合、東日本プラスチック健康保険組合、テルモ健康保険組合、総合警備保障健康保険組合、ミドリ安全健康保険組合、L I X I L 健康保険組合、税務会計監査事務所健康保険組合、日本事務器健康保険組合、富士フィルムグループ健康保険組合、京三製作所健康保険組合、富士通ゼネラル健康保険組合、上野グループ健康保険組合、アマダ健康保険組合、古河電池健康保険組合、エーアンドエーマテリアル健康保険組合、そごう・西武健康保険組合、いすゞ自動車健康保険組合、アンリツ健康保険組合、サクサ健康保険組合、ウシオ電機健康保険組合、ミクニ健康保険組合、ヤマハ健康保険組合、日本ガイシ健康保険組合、デンソー健康保険組合、近藤紡績健康保険組合、大同特殊鋼健康保険組合、ブラザー健康保険組合、中部電力健康保険組合、トーエネック健康保険組合、ATグループ健康保険組合、石塚硝子健康保険組合、東海マツダ販売健康保険組合、CKD健康保険組合、ユニーグループ健康保険組合、FUJI健康保険組合、オムロン健康保険組合、大阪府電気工事健康保険組合、兵庫県運輸業健康保険組合、みづほ健康保険組合、山陽電鉄健康保険組合、神戸電鉄健康保険組合、ナブテスコグループ健康保険組合、日工健康保険組合、神戸貿易健康保険組合、兵庫自動車販売店健康保険組合、兵庫県建築健康保険組合、ワールド健康保険組合、ジャヴァグループ健康保険組合、三菱鉛筆健康保険組合、林野庁共済組合、地方職員共済組合兵庫県支部、島根県市町村職員共済組合、藤岡市、品川区、長岡京市、泉南市、相生市、光市、由布市、延岡市、他



本事業に関する
お問合せ先

Tel:03-5825-4902
E-mail:marketing@insights.jp
ヘルスケア事業グループ