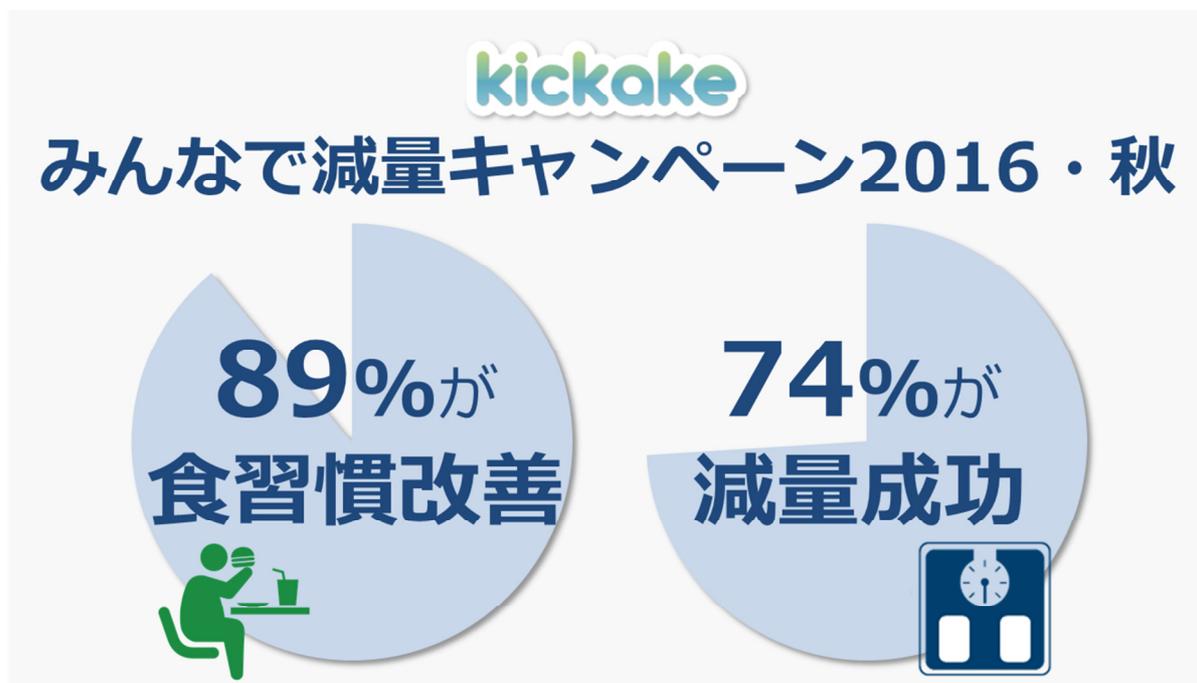


## 健保連愛知連合会パイロット事業において 参加者の 9 割が食習慣改善、7 割が減量に成功 ～『kickake みんなで減量キャンペーン 2016・秋』の成果～

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、以下「インサイト」）及び avivo 株式会社（本社：愛知県刈谷市、代表取締役：杉浦世志朗）が、健康保険組合連合会愛知連合会（以下「健保連愛知」）の会員である愛知県内の健康保険組合を対象に開催した『kickake みんなで減量キャンペーン 2016・秋』において、行動変容及び減量に関する高い成果を得られましたので、報告いたします。



### ■ 『kickake みんなで減量キャンペーン 2016・秋』企画概要

開催スケジュール：平成 28 年 9 月～11 月（8 週間）

参加健康保険組合数：5 団体

総参加者数：119 名

健康保険組合の参加メリット：

- ・ 健康保険組合職員の業務負荷が少ない
- ・ 複数の健康保険組合による合同参加企画のためリーズナブル、また他組合と実績を比較可能
- ・ 成果をデータで把握できるため、データヘルス計画にも活用できる

## ■ 成果① 89%の参加者が食習慣改善に着手

本キャンペーンの参加者には、管理栄養士や健康運動指導士による健康コラムが毎週配信されます。その内容は「コンビニで賢く選ぶコツ」や「上手なおつまみの選び方」など、減量モチベーションが高くない参加者でも取り組みやすい内容となっています。この結果、終了時アンケート回答者の89%から「食習慣改善に着手した」という回答を得ています。

## ■ 成果② 74%の参加者が減量に成功

本キャンペーンでは、週に一度、参加者自身ではかった体重を専用 Web システムに入力していただきます。たった週1回だけでも、自分の体重を確認すること、その数値を自分の手で入力することによって意識づけが行われた結果、74%の方が0.5%以上の減量効果を得ることができました。

## ■ 参加者は「良いきっかけ」、健保は「手間がかからない」とコメント

本キャンペーン終了時に参加者に対してアンケートを行った結果、「良いきっかけになった」「体重に対する意識が高まった」という声を多く頂きました。また、健康保険組合からは「期間中はほとんど手間がかからなかった」といったように、導入の容易さに関するコメントを頂いております。

## ■ 平成 29 年度も複数健保合同参加型企画として開催予定

健保連愛知では、本キャンペーンにおいて十分な成果を確認できたことから、平成 29 年度においても同様のキャンペーンを開催する予定です。

『kickake みんなで減量キャンペーン 2016・秋』の結果は下記ページで公開しています。

<http://insights.jp/services/info/201701.pdf>

### インサイトの「減量キャンペーン」とは

「週1回の体重計測でポイント獲得！」をキーワードに、健康意識の低い方々に向けた意識づけインセンティブプログラムとしてインサイトがご提供しているサービスです。



<http://insights.jp/services/campaign.html>

<減量キャンペーンの特長>

- 無関心層でも気軽に参加可能（週1回の体重計測でポイント獲得！）
- 7割以上が減量に成功し、厚生労働省「データヘルス事例集」にも掲載された実績を保有
- 厚生労働省インセンティブガイドラインにも対応
- キャンペーンで得られたデータはデータヘルス計画の評価に利用可能

**【会社概要】**

社名 : 株式会社インサイト  
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  
代表者 : 代表取締役 石川 陽介  
URL : <http://insights.jp/>

社名 : avivo 株式会社  
所在地 : 愛知県刈谷市広小路 5-1-19  
代表者 : 代表取締役 杉浦世志朗  
URL : <http://avivo.co.jp/>

**<本プレスリリースに関するお問い合わせ先>**  
**株式会社インサイト 担当：川村**  
**Tel：03-5825-4902 E-Mail：info@insights.jp**