

JAL Wellness活動実施報告

実施事業名：住友生命Vitarityプログラム

実施期間：2024年11月25日(月)～2024年12月22日(日)

参加会社名：JALI九州支社/JNV FUK/JPKJCF

参加者数：59名（任意）

活動概要：1週間のご褒美「アクティブチャレンジ」達成する事を目指しながら1日8,000歩を目指す。活動実施前後の歩数を比較してみる。

- 1週間の個人目標ポイントを達成すると、もれなくドリンクチケット(スタバやコンビニドリンク)などが当たります！
- スマートウォッチの無料レンタルもあります！(先着20名程度)
- チーム対抗戦で楽しみながら健康になれます。

対象期間：11月25日～12月22日の4週間

➤ 全期間の参加者全体の平均歩数は**8180歩**でした。

➤ アクティブチャレンジは、
1週目達成**34名**、2週目**32名**、3週目**36名**、4週目**35名**が達成されています。
21名の方が全ての週でアクティブチャレンジを達成されました！

所感／参加者の声など

貴重な機会をありがとうございました。/健康への意識向上に繋がりました。/期間限定だからこそ頑張れたと思います。スマートウォッチを借りた社員は、ほとんど機能せず、結局外していたので残念でした。/短い間でしたが、期間中は歩数を意識することができ健康に過ごせたと思います。/無料で参加できるキャンペーンでクーポンがいただけてありがたかったです。/期間中は目標達成に向けてたくさん歩きました。引き続き通勤時は歩くよう心がけて健康な身体の維持を目指したいと思います。

感想

「アクティブチャレンジ」は、参加者の健康増進に貢献する結果となりました。社員間のコミュニケーション促進や仕事への意欲向上といった、仕事に対する好影響も確認され、参加者からも「アクティブチャレンジがモチベーションにつながった」という声も届いています。今後も、参加者のモチベーション向上に繋がるよう効果的な活動を目指してまいります。

JAL九州支社・ナビア・JPK合同

WELLNESS 活動

健康増進ウォーキングキャンペーン



実施期間： 11/25 (月) ~ 12/22 (日) (4週間)

申込〆切： 10 / **参加者募集!!**

説明会 : 11 / 11 (月) 13:30-14:30 (A会議室)

: 11 / 15 (金) 14:30-15:30 (C会議室)

※両日ともにZOOM参加可能です。

□ ウォーキングなどの運動で目標達成すると特典が獲得できます！

□ 実施期間を通じて **チーム戦・個人戦も実施** しますので、

お誘い合わせのうえ、お申込みください !! ご参加お待ちしております

す！

【取組みの流れ】

れ】



1週間の
目標ポイントが
自動設定されます

歩数等により
ポイントが
獲得します

週間目標を達成すると
各種ドリンク等と交換できる
チケットが必ず獲得できます！

参加するだけで
ルーレットを
1回まわせます♪

<留意事項>

- ・参加には【説明会への参加】及び【LINEお友達登録】が必要です。
- ・住友生命「Vitality」アプリをインストール可能なスマートフォンが必要です (PCではご利用いただけません)。なお、期間終了後はアプリへのログインができなくなります。
- ・参加には住友生命「単品型Vitality健康プログラム規約」に同意 およびEメールアドレス等の登録をいただく必要があります (参加申込み後に別途ご案内する住友生命専用Webにて手続きください)。
- ・期間中は住友生命から健康増進活動をサポートするメール等が届きます。