

「初夏のHappy! Bodyキャンペーン」の開催について

- ・ 1人ひとりが「健康」について考える機会をつくる。
- ・ 事業所単位の独自の「健康への取組み」を支援する。

1. Happy! Body検定(個人の取組み)

<実施期間> 2018年 6月 1日(金) ~ 15日(金) 15日間

<対象者> 丸井健康保険組合の加入者(本人)

<出題形式> マルコミアンケートによる択一式の10問

*解答はマルコミアンケートの入力のみになりますが、問題用紙は丸井健保のHPからも印刷可能です。

答え合わせ、入力時間の短縮など必要な方は各自ご利用ください。

<景品> おしゃれな?健保オリジナルQUOカード 1,000円分 × 100名

<抽選方法> 上記期間中に解答いただいた成績上位者の中から抽選で決定。

景品は、6月中に各事業所の健康管理委員宛に発送しますので、健康管理委員の方から当選者ご本人にお渡しください。

※前回の出題例

酒は百薬の長だろ? 顔色なんて気にして飲んでられっかあと、今日も「ビール中ジョッキ」「焼酎ロック」「ハイボール」をそれぞれ1杯と「日本酒」を1合飲んでしまいました。

この場合のお酒はどれも約20gのアルコールを含みますが、男性と女性それぞれ身体からアルコールが完全に抜けるまでにどのくらい時間がかかるのでしょうか?

- ①男性 3時間 女性 4時間 ②男性 6時間 女性 8時間
③男性 9時間 女性 12時間 ④男性 12時間 女性 16時間



正解③

2017.6 景品



2017.12 景品



2. Happy ! Bodyキャンペーン(事業所の取組み)

<実施期間> 2018年 6月 1日(金) ~ 30日(土) 30日間

<対 象> 丸井グループの各事業所

<実施内容> 各事業所で取組み内容を任意に企画

*各事業所の健康管理委員、ウェルネスリーダーが中心となり、プロジェクトメンバーに協力をいただく他、上記メンバーが不在の事業所等は所属メンバーで企画してください。

*取組み内容は、前回キャンペーンの各事業所の事例を紹介した「サラダ4月号」や、「2017年度 事業所別健康実態一覧(健康通信簿)」の事業所ごとの健康課題もご参考ください。

上記の資料は以下の共有フォルダからもご覧いただけます。

「共通→丸井健保・各社共有→健保⇄事業所→★健保⇒事業所→Happy!Bodyキャンペーン」

◎事業所の取組み事例

ストレッチ体操実施、階段利用促進、チーム対抗ウォークラリー
禁煙促進(禁煙デー・喫煙室利用時間短縮、メルマガ情報発信)
共有会開催(婦人科検診促進・乳がんモデル触診体験、食事セミナー)

<応募方法>

①キャンペーンの企画内容を別紙「初夏のHappy ! Bodyキャンペーン報告書」の1に記載し、6月5日(火)までに丸井健保へ送付。

②キャンペーン終了後、結果報告を報告書の2と3に記載し、7月10日(火)までに丸井健保へ送付。

*ご提出が遅れた場合、表彰選考対象から外れる場合がありますので期日厳守をお願いします。

*取組み状況が分かる写真や補足資料等も有る場合は添付してください。

*3の「その他の活動報告」には、普段から取り組まれている活動を記入。
1・2の実施が難しい場合には、3の記入のみで結構です。

<送 付 先>

丸井健康保険組合 保健事業担当宛に以下のいずれかの方法で送付。

①社内メール 丸井健康保険組合 保健事業担当宛

②Eメール info@maruikenpo.or.jp

③FAX (外線) 03-5385-0571 (トル) 8-11-7770

*写真等の添付資料をお送りいただく場合は、極力、社内メールかEメールでの送付をお願いいたします。

<表 彰>

以下の①~④を基準に優れた取組みを行っていただいた事業所を表彰し各事業所の規模に応じて賞金5,000円 ~ 25,000円を授与。

- ①キャンペーンの参加状況・健康づくりの効果
- ②キャンペーン期間外の取組み・継続状況
- ③Happy ! Body 検定の参加率
- ④禁煙の取組み

*優れた事業所の取組みは、広報誌「サラダ」等でご紹介させていただきます。