

「Kao みんなの GENKI マイベストプログラム」概要

事業・活動名	Kao みんなの GENKI マイベストプログラム
主催団体名	花王株式会社
開催場所	花王国内グループ会社の各事業場、支社、支店
事業概要	
具体的な支援内容	<p>3ステップの取組を実施。</p> <p>① 10月から2か月間で歩数に関する目標の達成を目指す（ウォーキングチャレンジ）。</p> <p>② 2月から42日間で減量するための行動目標を設定（減量チャレンジ）。</p> <p>③ 上記チャレンジイベントを踏まえて、マイベスト目標を設定し、目標達成を目指す（マイベストチャレンジ）</p> <p>④ 社員向け Web サイトで管理運用し、健康管理スタッフが適宜助言や情報を提供。</p>
対象者	従業員向け
マイベスト目標の例	<ul style="list-style-type: none"> ・1日当たりの歩数を○歩増やす ・1日30分早歩きする ・週に○日ノンアルコールデー等
参加者が行動を継続するための工夫	<ul style="list-style-type: none"> ・社員向け健康管理 Web サイトにおいて、各種ランキング掲示等のコミュニケーションの場を提供。3つのイベントにすることで、長期間の取り組みに対する飽きを防止し、また脱落からの復活機会を提供。
URL	https://kaogenki.com