

# みんなで歩活2023春

## 説明資料

富士通健康経営事務局

2017年8月1日の「富士通グループ健康宣言」に基づき、社員の健康意識の向上、運動習慣の定着ならびに健康づくりの職場風土の醸成等を図るため、健康経営における全社施策の第一弾として、2018年3月19日より健康づくり支援ツール「kencom」（ケンコム）を導入し、活用いただいております。

## 歩数・体重記録

アプリ利用で、毎日の歩数を自動でカウント。体重や血圧など記録したデータは、グラフで見やすく表示されます。

## あなたへのオススメ情報

年齢・性別や登録時に回答いただくアンケート回答、閲覧頻度に応じて、オススメの記事や旬な情報が毎日届きます。

## kencom ポイント

毎日のログインやイベント参加などでポイントが溜まり、1,000ptごとに抽選にチャレンジ！  
Amazonギフトカード、nanacoギフト、WAONポイントが当たります。

## みんなで歩活

kencom内で年2回（春・秋）に開催するウォーキングイベント



kencomに登録された、歩数・体重データの健康情報システム「ヘルスアップF@mily」でも確認いただけます。  
※前月分を翌月20日頃までに反映

# 「みんなで歩活」実施状況

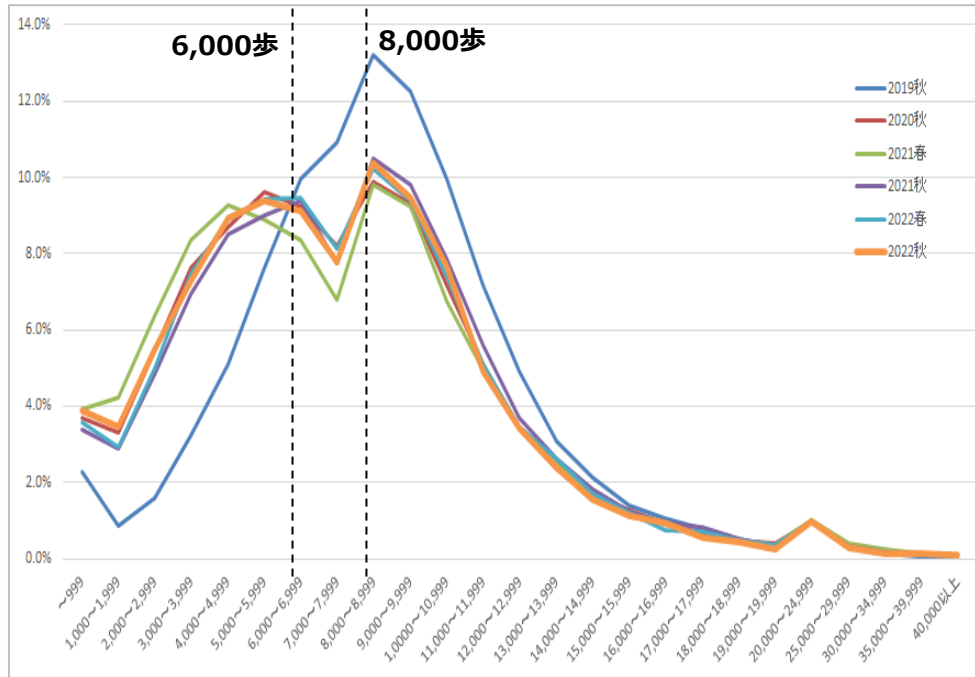
## <社員参加状況>

	参加率		参加者	対象者	平均歩数
	目標	実績			
2022秋	35.0%	33.5%	30,852	92,098	7,626
2022春	33.0%	32.7%	30,322	92,620	7,759
2021秋	28.0%	30.4%	29,589	97,462	7,911
2021春	25.0%	25.0%	24,863	99,375	7,570
2020秋	30.0%	22.8%	22,463	98,576	7,667
2019秋	23.0%	25.1%	25,018	99,574	8,855
2019春	20.0%	19.3%	19,463	100,602	8,765
2018秋	12.0%	15.2%	15,589	102,797	8,664
2018春	12.0%	7.0%	7,328	104,323	8,191

※この他に任継・特退・家族は885名(1.3%) 参加 (2022秋)

(結果報告・会社別一覧は [事業所担当者用HP→ニュース&トピックス](#)

## <社員平均歩数分布>



(パスワード: staff222) をご覧ください)

# 「みんなで歩活2023春」開催概要

エントリー期間 : 2023年4月3日(月)14:00~4月27(木)  
イベント期間 : 2023年4月28日(金)~5月31日(水)  
結果発表 : 2023年6月9日(金)

社員  
参加率目標  
**35%**  
(32,200名)

## 参加対象

富士通グループ社員（富士通健康保険組合被保険者）とその扶養家族※  
富士通健康保険組合 任意継続被保険者/特例退職被保険者とその扶養家族※  
※ご家族のkencom利用は、富士通健康保険組合加入の2023年4月1日時点で18歳以上の方が対象となります。（2005/4/1以前にお生まれの方）

## 申込方法

- ・ kencomへの登録後、ログインのうえ歩活イベントページよりエントリー
- ・ 自分でチームを作る、または既存のチームに加入（チームは2名~10名）

## 実施方法

- ・ チーム単位での対抗戦を開催（1チーム2~10名）
- ・ kencomのスマホアプリを利用の場合、歩数は自動でカウント \* パソコンを利用の場合は歩数を入力して登録
- ・ ランキング表示
  - ① チーム・個人の平均歩数を毎日自動集計し順位を表示
  - ② チームメンバーの歩数が1歩=1スコアに換算され、1人1日8,000歩を上限にチームの通算スコアで順位を表示

※ イベント期間中の1日上限歩数は4万歩 ※ 歩活終了後、平均歩数等の会社別一覧を発表

# 「みんなで歩活2023春」賞品

〈画像はイメージ〉

## ■ チーム賞（富士通グループ独自）

平均8,000歩チーム賞	イベント期間中、チーム平均歩数が8,000歩以上を達成した全チーム・全員にAmazonギフトカード500円／人をプレゼント
--------------	---

※ギフトカードは個人にkencom内で付与

## ■ 個人賞（富士通グループ独自）

毎日8,000歩達成賞	イベント期間中、毎日8,000歩以上を達成した参加者全員に1,000円のAmazonギフトカードをプレゼント
平均8,000歩達成賞	イベント期間中、平均歩数8,000歩以上を達成した参加者全員に500円のAmazonギフトカードをプレゼント

※個人賞各賞の重複受賞不可 ※ギフトカードはkencom内で付与

## ■ kencom提供

みんなで歩活参加賞	みんなで歩活に参加された方全員に、kencomポイント1,000pt！
-----------	-------------------------------------

## 第2回 歩活 Fujitsu Sports杯



みんなで歩活  
— minna de arukatsu —

× Fujitsu Sports

## 歩活に春が来た！ Fujitsu Sportsと一緒に大運動会！？

2023年春も『歩活 Fujitsu Sports杯』を開催いたします！！

第1回大会は歩数競争に加えて様々なイベントを企画し、参加者の皆様に大変ご好評をいただきました。

今回は第1回大会よりもさらにパワーアップしての開催を予定しておりますので、「みんなで歩活2023春」に併せてFujitsu Sports杯への参加をお待ちしております！

※案内等の詳細は、別途Fujitsu Sports Yammerにてご案内いたしますので、

Yammerのフォローをお願いいたします。（参加ボタンを押下）

[\(20+\) Yammer - Global - FUJITSU SPORTS for employees & their families](#)

※Yammerをご覧いただけない場合は、[コチラ](#)からご確認ください。

### ■ 歩活 開催期間

・エントリー期間：2023年4月3日(月)～4月27日(木)

・イベント期間：2023年4月28日(金)～5月31日(水)

### ■ Fujitsu Sports杯エントリー期間

・エントリー期間：2023年4月3日(月)～4月27日(木)

※歩活とは別でエントリーが必要です。

### ■ イベント内容

・リアルイベントの開催（歩き方セミナー、ゴミ拾いウォーキング）

・大運動会の開催、歩活雑学カウントダウン etc

### ※第1回Fujitsu Sports杯結果発表（ご参考）

[みんなで歩活 2022秋 第1回 歩活Fujitsu Sports杯 結果発表 \(sharepoint.com\)](#)



# 「みんなで歩活2023春」開催周知・参加促進



■ 社内報



■ Compass



■ ポータルサイト



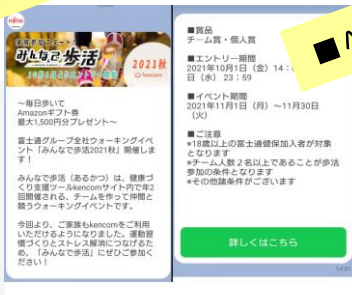
■ Fujitsu Sports



■ Yammer



■ LINE



■ ヘルスアップ F@mily



■ メール配信

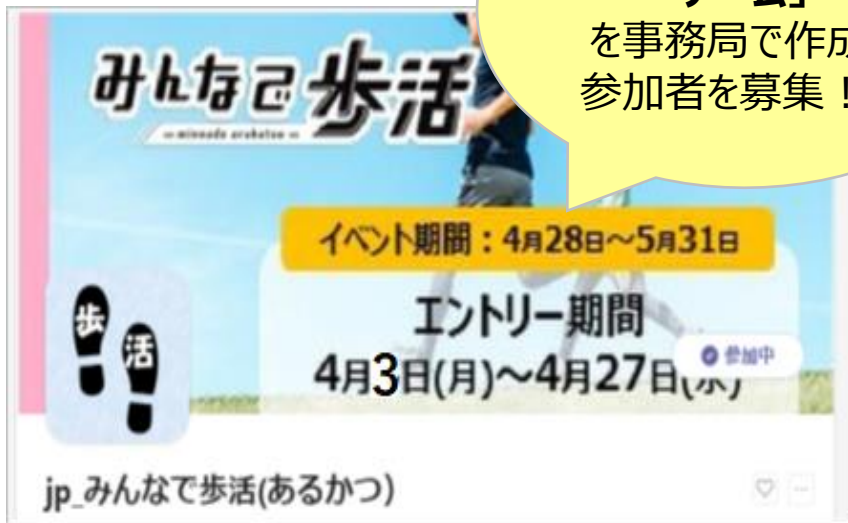


■ デジタルサイネージ

■ 各種HP



「誰でも入れる  
チーム」  
を事務局で作成し  
参加者を募集！！



[みんなで歩活yammer](#)

エントリー開始後チームをご案内予定

## Fitbit (ウェアラブル端末) 社内特別販売



【購入方法】  
専用サイトへ「パスワード認証コード」  
を入力して購入

- [専用サイト](#)
- パスワード認証コード  
fujitsu2022
- 有効期間  
3月22日(水)～5月31日(水)

－ F Life+ポイント制度の対象になります －  
(導入会社のみ)  
お手続きは[コチラ](#)から

## <各社の取り組み事例>

これまでの各社の取り組み事例を、健康保険組合) 事業所担当者用ホームページにて紹介しております、施策検討にご活用ください。

[https://kenpo.jp.fujitsu.com/content/files/staff/seminar\\_event/torikumijirei.pdf](https://kenpo.jp.fujitsu.com/content/files/staff/seminar_event/torikumijirei.pdf)

パスワード : staff222

TOP→セミナー・イベント → 健康づくり支援ツールkencom/ウォーキングイベント「みんなで歩活」

**Thank you**

