

## 単位会エントリーNo.3 ■

# 「健康経営でパフォーマンスアップ！」

札幌局連 北海道連

富良野地方法人会

# 「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表



# 「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表



早朝のチーム練習



グループラインで互いに鼓舞



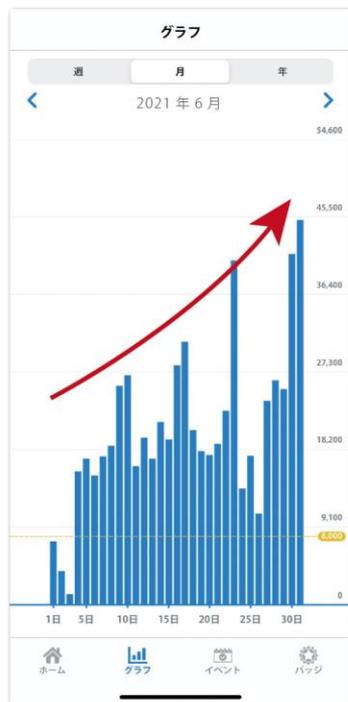
夜の自主練習



たまに人助け！

## 苦労した点

▶共有される歩数は、やがてプレッシャーとなる



## 今後の課題



部会員へ輪を広げる



会員増強へ

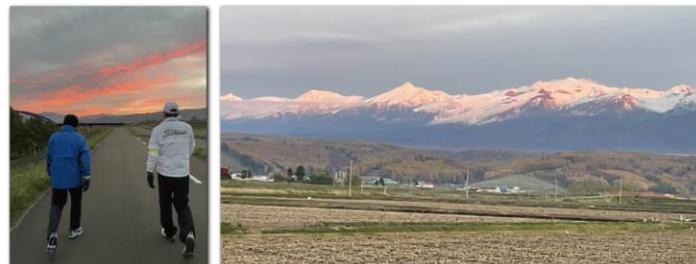


更なる地域貢献へ



# 「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表

## 北海道連団体賞 1位!



- > 生活リズムの改善
- > 脳が活性化! パフォーマンスの向上
- > 街の魅力を再発見♪

| 検査項目           |   | 測定値   | 基準値     |       |
|----------------|---|-------|---------|-------|
| 尿酸             | H | 8.5 * | 3.7~7.0 | mg/dl |
| 総コレステロール       | H | 231   | 130~220 | mg/dl |
| LDLコレステロール     | H | 152   | 65~140  | mg/dl |
| HDLコレステロール     |   | 57    | 40~75   | mg/dl |
| non-HDLコレステロール | H | 174   | 90~149  | mg/dl |
| 中性脂肪           | H | 188   | 30~149  | mg/dl |

| 検査項目           |  | 測定値 | 基準値     |       |
|----------------|--|-----|---------|-------|
| 尿酸             |  | 7.0 | 3.7~7.0 | mg/dl |
| 総コレステロール       |  | 157 | 130~220 | mg/dl |
| LDLコレステロール     |  | 88  | 65~140  | mg/dl |
| HDLコレステロール     |  | 51  | 40~75   | mg/dl |
| non-HDLコレステロール |  | 106 | 90~149  | mg/dl |
| 中性脂肪           |  | 140 | 30~149  | mg/dl |

健康面でも効果が!

## バトンを繋げよう健康の輪

青年部会員のみなさまへ 北海道青年部会連絡協議会 大同生命保険株式会社

**第2回**  
ウォーキングキャンペーン  
のご案内

**キャンペーン内容**  
チームでエントリーいただき、チームの1日平均歩数をもとに表彰を行います。  
※上位チームには会合予算を贈呈します  
※1日平均歩数8000歩以上全員がクリアしたチームには特別賞として健康関連商品を贈呈します。

**参加方法**  
・KENCO SUPPORT PROGRAMへの登録、スマホからのエントリーが必要となります。  
※登録・エントリー方法は裏面をご確認ください。  
・1チームは5人以上となります。  
(青年部会から複数チームの参加ができます)

**キャンペーン期間**  
2021年**10月4日**(月)～**31日**(日)  
・KSP登録開始(登録未済の方) : 9月13日(月)より  
・エントリー開始 : 9月21日(火)より

頑張るだワン!



## 地域貢献型のウォーキングに ブラッシュアップ!

## 北海道連では1・2位を独占!

| 順位 | チーム名          | 平均歩数     |
|----|---------------|----------|
| 1  | 富良野法人会 青年部会 A | 37,046 歩 |
| 2  | 富良野法人会 青年部会 B | 26,886 歩 |
| 3  | 釧路法人会青年部会 A   | 21,804 歩 |

## ついに、全国優勝!

| 順位 | チーム名          | 平均歩数     |
|----|---------------|----------|
| 1  | 富良野法人会 青年部会 A | 37,046 歩 |
| 2  | AD BANK 京都A   | 33,621 歩 |
| 3  | 松本あづみのウォーカー A | 28,886 歩 |
| 4  | 富良野法人会 青年部会 B | 26,886 歩 |