MARUHA NICHIRO
海といのちの未来をつくる

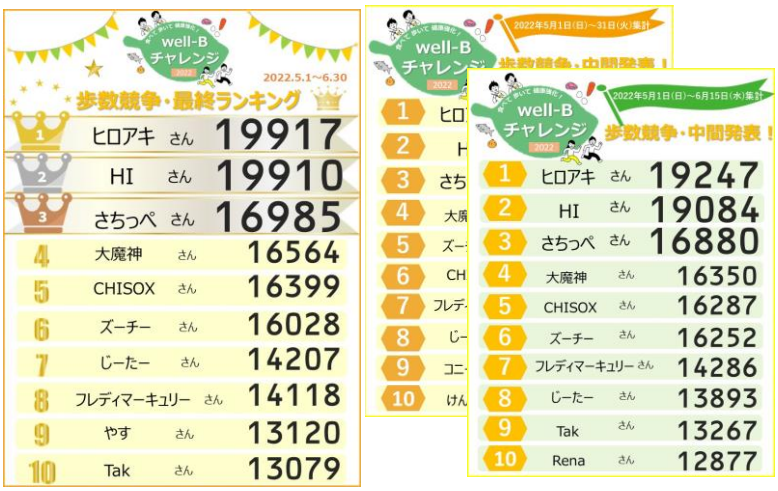
歩数競争（well-B チャレンジ 2022）

well-B チャレンジ 2022 の中で実施した歩数競争では、健康支援アプリを活用した歩数計測を行い、歩くことへの意識を高めました。

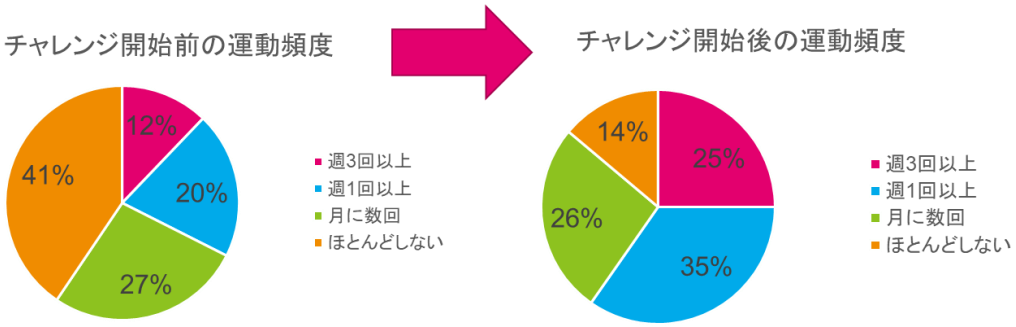
【実施期間】
2022 年 5 月 1 日～6 月 30 日

【実施概要】
・健康支援アプリを活用し、歩数を計測。
・アプリ内で毎日更新されるランキングとは別に、社内サイトにも期間中 3 回ランキング上位 50 名の発表を実施。
・上位 3 名は well-B チャレンジ 2022 アワード内で表彰

well-B チャレンジ 2022
参加募集ポスター



社内サイトで公開したランキング発表

健康支援アプリの活用

【参加者の反応】
歩数競争実施前後で、週 1 回以上運動をする割合は、チャレンジ開始前 32%からチャレンジ開始後 60%に増加しました。また、「日々更新されるランキングが励みになった」との声が多く挙がりました。