

すみだ1ウィーク・ウォーク 取組レポート



参加人数

?人（従業員60人中）

■ 企業内への周知方法、取組方法、工夫点について

- ・ウォーキングマップの回覧
- ・万歩計アプリの説明

■ 参加して良かった点や職場内で見られた変化等について

- ・日々歩いた歩数を共有できた。
- ・多く歩いた日は、体のケアについて話すようになった。

■ 次回に向けての改善点

スタート日を合わせられず、比較しづらかったので、早めに参加者を募る（後から参加してくれる人がいたので）

■ その他のご意見

すみだ1ウィーク・ウォーク 取組レポート



参加人数

7人

■ 企業内への周知方法、取組方法、工夫点について

■ 参加して良かった点や職場内で見られた変化等について

取組状況などお互いに刺激しあい、コミュニケーションの機会も増えました。

■ 次回に向けての改善点

■ その他のご意見

みんなで頑張って取り組んだので、その結果が早く知れたのですが、結果発表まで長すぎる（遅い）と思います。次回はより早くお願いしたいです。

すみだ1ウィーク・ウォーク 取組レポート



参加人数 約50人

■ 企業内への周知方法、取組方法、工夫点について

体操教室受付にてチラシ掲示、教室内にて配布・ご案内をしました。教室内トークでウォーキングがプログラム内にあるので、取り組みへのお話やウォーキングの重要性をお伝えしました。

■ 参加して良かった点や職場内で見られた変化等について

日常的に歩くことへの意識を持った方が多くいました。

■ 次回に向けての改善点

順位付けはしないでほしいです。

■ その他のご意見

統計を取りたいので、普段の歩数とのご案内をいただいておりますが、高齢者の方々にとって、順位付けをされてしまう事への嫌悪感を抱く方も多いです。年齢層が違い、一週間そのために歩いている団体もいる結果に、順位をつけない方がよいのではないのでしょうか…

すみだ1ウィーク・ウォーク 取組レポート



参加人数

3人

■ 企業内への周知方法、取組方法、工夫点について

互いに声かけを行った。

■ 参加して良かった点や職場内で見られた変化等について

互いに声をかけ合うことで、それぞれの中に行動しなければという意識が出てきた。

■ 次回に向けての改善点

特にありません。

■ その他のご意見

今年度も是非参加させていただければと思います。

すみだ1ウィーク・ウォーク 取組レポート



参加人数

5人

■ 企業内への周知方法、取組方法、工夫点について

ランチ時等にお互いの歩数を確認しました。

■ 参加して良かった点や職場内で見られた変化等について

ウォーキングに継続して取り組むようになりました。

■ 次回に向けての改善点

特にありません。

■ その他のご意見

特にありません。

すみだ1ウィーク・ウォーク 取組レポート



参加人数 5人

■ 企業内への周知方法、取組方法、工夫点について

- ・期間初日にミーティングで積極的な参加を呼び掛けた。
- ・期間中は意識的に取組についての話をするようにした。

■ 参加して良かった点や職場内で見られた変化等について

- ・普段あまり歩いていない人が積極的にウォーキングをするようになった。
- ・区内のウォーキングコースを歩く中で、区内の魅力を発見できた。

■ 次回に向けての改善点

- ・アプリの参加でも好きな1週間を選択できるようにしてほしいです。
- ・個人のランキングがあってもよいと思います。

■ その他のご意見

このイベントは、チームで楽しく気軽に参加することができ、また、参加することで健康づくりにもつながるよい取組だと思います。ぜひ継続実施してほしいです。

すみだ1ウィーク・ウォーク 取組レポート



参加人数

?人（従業員?人中）

■ 企業内への周知方法、取組方法、工夫点について

- ・チラシを健康支援室内に設置した。
- ・社内のイントラネット内の掲示板にて案内した。

■ 参加して良かった点や職場内で見られた変化等について

参加者のウォーキングへの意識が高まった。

■ 次回に向けての改善点

■ その他のご意見

すみだ1ウィーク・ウォーク 取組レポート



参加人数

10人（従業員 約3,400人中）

■ 団体内への周知方法、取組方法、工夫点について

支社内に周知すると共に、本社の食堂スペースにポスターを掲出しました。

■ 参加して良かった点や職場内で見られた変化等について

お互いの歩数がわかりました。

■ 次回に向けての改善点

ノベルティの当選確率アップ

■ その他のご意見

すみだ1ウィーク・ウォーク 取組レポート



参加人数

40人（従業員40人中）

■ 団体内への周知方法、取組方法、工夫点について

全体朝礼、並びにメールにて周知させ、基本全員参加の旨を伝えた。

■ 参加して良かった点や職場内で見られた変化等について

全員ではないが、「あるくと」を活用している様子です。

■ 次回に向けての改善点

特になし。

■ その他のご意見

特になし。