

Success! Weekly Letter

今週号のポイント



- 79%が運動不足を実感
- 「運動不足」感じても重い腰に様々な対策
- フィットネスジム入会費を市が助成
- 「免疫」より「脂肪に効く」人気

在宅で運動不足を実感 企業・自治体が解消策

by田村真二

新型コロナウイルスのワクチン接種を加速させれば感染者が減り、経済は急回復する……。そんな楽観的なシナリオが揺らいでいます。

国内でも23日までに国民の4割がワクチン2回の接種を終えましたが、8月に入り新規感染者数が急増。アメリカでは1人あたり「3回目」のワクチン追加接種を9月から始めるとの発表もありました。

そうしたなか、1年半以上続くコロナ禍の影響で、外出自粛や在宅勤務などによる運動不足が問題になっています。企業や自治体では、自発的に体を動かしたくなる制度を設けたり、イベントを企画したりと、様々な工夫をするところが増えていきます。

とはいえ、運動するように呼びかける「だけ」では効果が薄いようです。スポーツジムの展開するRIZAP(ライザップ)による企業調査(21年6月実施)によれば、「テレワーク普及前後の従業員の健康面の変化を尋ねると、79%が運動不足を実感しており、22%がメンタル不調」(複数回答)と答えました。

運動不足を感じている人が多くいるわけですが、運動不足解消について実際にどのような対策をしているかを聞いたところ……

「運動不足」感じても重い腰に様々な対策

運動不足の対策については、「特に対策をとっていないが48%で最多」でした。企業や自治体が、従業員や市民の運動不足解消に取り組む流れは以前からありましたが、在宅時間が増え、効果を上げるのが難しくなっているようです。

そうしたなか、運動を呼びかけるだけでは効果が薄いと考え、「イベント開催」「手当支給」「ジムの入会費を助成」などを行う企業や自治体も出始めています(以下、事例を紹介します)。

「aruku&」を活用した社内イベント

スポーツ用品大手ミズノは、スマートフォン向けウォーキングアプリ「aruku&(あるくと)」を活用し、平均歩数を競う社内イベントを昨年11月と今年5月に開催。職場のグループごとに期間中の1日あたりの平均歩数を競い合うほか、目標歩数クリアを目指す個人の部も設定しました。

2回とも、国内で働く従業員の半数に相当する約800人が参加し、「イベントをきっかけに運動するようになった」という声も寄せられ、今後、定期的な開催することも検討しています。

カロリー消費量に応じた手当支給

ソフトウェア会社のアジャイルウェアは昨年末、約40人の全社員に消費カロリーを計測できる端

末を配布。カロリー消費量に応じた手当の支給を始めました。

手当額は最大で1日100キロカロリー以上の運動につき400円。勤務日が月に20日なら、月2000キロカロリー以上の消費で計8000円の手当が支給される仕組みです。現在、従業員の約9割が端末を身につけ、ランニングなどの運動に励んでいます。

歩数に応じて従業員にポイント支給

結婚情報サービスを提供するウェディングパークは4月、歩数に応じて従業員にポイントを付与する制度を開始しました。歩数の計測には、各自のスマホにダウンロードした歩数計のアプリを使用。ためたポイントは、健康食品やバランスボールなどの健康器具と交換できます。

制度を発案したのは、昨年度の新入社員たち。チームを編成してポイントを稼ぐことも可能で、業務で直接の関りが無い部署の従業員同士が交流する機会にもなっていると言います。

同社人事・広報統括の内田さんは、「運動不足やコミュニケーション不足といったコロナ禍の課題を前向きに解決していきたい」と話します。

フィットネスジム入会費を市が助成



茨城県取手市は、市内のフィットネスクラブに新規に入会する市民を対象に、費用を助成する制度を始めました。市民の健康増進を図ると同時に、増大する医療・介護費用抑制を図る目的です。

同市内のフィットネスクラブ7事業者に入会する際、入会費や毎月の利用料など1人あたり5千～7700円を助成します。受け付けは10月29日まで。定員490名になり次第受付終了となります。

助成対象者は①取手市在住もしくは在学、在勤、②令和3年4月1日時点で満18歳以上、③現

在フィットネスクラブ通われていない、④医師から運動を禁止されていない人。

近年、病気やけがなどで健康を損なう前に、日々の体力増進でリスクを軽減する「未病」の概念が広がっています。取手市は助成金を通じてフィットネスクラブの利用を促し「市民の健康増進と医療費抑制を両立させる」(健康増進部)考えです。

乳業大手、ヨーグルトで差

最後に、運動不足解消取り組みではありませんが、巣ごもり生活が長くなるにつれ、消費者の関心が「免疫」からコロナ太りなどの「脂肪」の解消に移ってきたという内容を紹介しします。

乳業大手3社が今月12日発表した21年4～6月期の連結決算は機能性ヨーグルトの売れ行きで明暗が分かれました。

3社のうち免疫効果があるとされるヨーグルト「R-1」が振るわなかった明治ホールディングスだけが営業減益でした。同社はコロナ初期の前年同期に好調だったR-1などヨーグルト・チーズ事業が11%減収。同事業が足を引っ張り、営業利益は20%減の186億円でした。

一方、森永乳業、雪印メグミルクはそれぞれ中性脂肪、内臓脂肪に効くとうたうヨーグルトが伸びました。森永乳業は「トリプルヨーグルト」が好調で同期の営業利益が34%増の98億円。「恵ガセリ菌SP株ヨーグルト」の人気の高まった雪印メグの営業利益は30%増の65億円でした。

長引くコロナ禍における消費者ニーズの変化に対応した商品・サービスの提供、運動不足解消ニーズへの実効性ある施策の提案は、企業業績や自治体の医療・介護費抑制の成否を左右すると言えそうです。いずれにしても運動不足解消に対する潜在ニーズ自体は高いわけですから、いかに需要を顕在化させるかがカギとなるでしょう。

※事例紹介記事は読売新聞(2021年8月13日)、日経MJ(同)、日経新聞(同)より転用しました。

本日も最後までお読み頂きありがとうございます。それでは次号をお楽しみに！

著者プロフィール



田村真二 (Tamura Shinji)

ウェルネスビズ株式会社 代表取締役

会員制健康ビジネス専門の経営コンサルタント/マーケティングコンサルタント/FP。1962年東京都出身。法政大学卒。'85年ジャスコ株式会社(現イオン)に入社。販売担当を皮切りに、小売業・フィットネス事業などで経営全般・新規事業開発・店舗開発・店长・営業企画・マーケティング・人事・経理などの様々なマネジメントポストを歴任。'07年同社退社、会員制健康ビジネスに特化したコンサルティング会社を設立。会員数拡大、客単価向上、継続月数増をかけた「かけ算式経営」の仕組み導入で高収益企業が多数続出中。全国各地からコンサルティング、講演、セミナー、執筆等の依頼が絶えない。

出版・編集・お問い合わせ先	免責事項
<p data-bbox="193 797 576 837">ウェルネスビズ株式会社</p> <p data-bbox="188 875 466 904">TEL:03-4530-6263</p> <p data-bbox="188 920 472 952">FAX:03-3562-7822</p> <p data-bbox="188 969 553 1003">Mail :info@wellness-biz.jp</p> <p data-bbox="188 1016 654 1052">URL:https://www.wellness-biz.jp</p> <p data-bbox="188 1066 351 1097">〒104-0061</p> <p data-bbox="188 1113 539 1146">東京都中央区銀座1-3-3</p> <p data-bbox="188 1162 469 1193">G1ビル7階 1180号</p>	<p data-bbox="812 826 1433 1099">このニュースレターで提供された情報およびアドバイスによって起きた問題に関しては一切、当方やライターに責任や義務は発生しません。ここでの情報や助言を参考にした判断は、当然ですが、すべて読者の責任において行ってください。</p>

追伸

いつもレターをお読みいただきありがとうございます。

このレターについてのご感想や私(田村)あてにご相談などありましたらメールでご連絡ください。

Eメールアドレスは tamura@wellness-biz.jp です。