

平成 24 年 11 月 16 日

## 万歩計競争

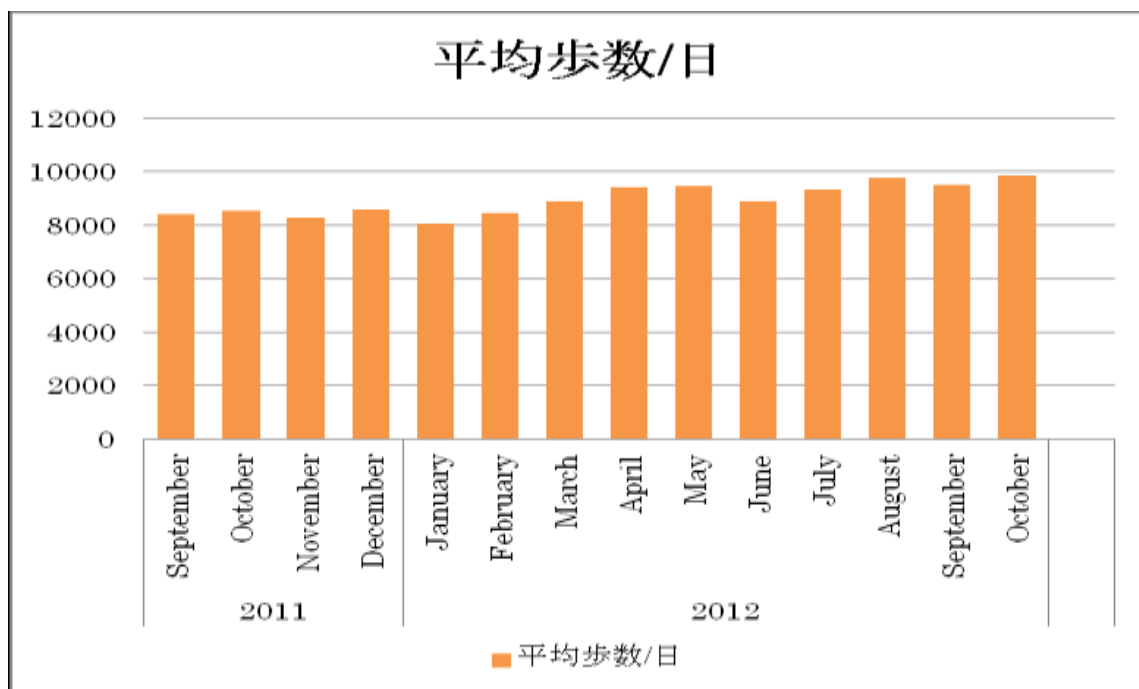
弊社では 2011 年 9 月から社員の健康増進を目的として、2 つの新しい制度を創設しました。1 つは万歩計競争、もう 1 つは非喫煙手当です。

万歩計競争は社員全員が万歩計を装着し、歩数を記録してゆくというものです。毎月集計して、次の計算式で求めたポイント（1 点 1 円）を付与しています。

<計算式>  $\text{ポイント} = (\text{月次歩数総計} - 2000 \times \text{就業日数}) \div 100$

この 1 年を見ると、月次ポイントは最大 2650 から最小 400 程度の幅で推移しています。2650 ポイントに到達するには平均して 15250 歩/日が必要ですが（就業日を 20 日とした場合）、毎日 10000 歩程度は何とかクリアできても、そこから 5000 歩への壁はかなり高いように感じます。

さて、1 年間この万歩計競争をしてきた結果をグラフで表しました。



2011 年 9 月から 2012 年 3 月までの社員の平均歩数/日は、8000 歩代でしたが、その後 9000 歩代へ進み、10 月は 10000 歩近くまで到達してきています。万歩計装着の効果は甚大です。

この万歩計競争は当初 1 年間という期間を定めての出発でしたが、社員の健康増進にも役立っているようなので、当分の間続けようと考えております。どこまで記録を伸ばしてゆくのか、楽しみです。

一方、非喫煙手当ですが、喫煙者数が減少する気配は無いようなので、当初定めた期間（こちらは 2 年間）で終了することになるでしょう。（石川記）