

朝食でタンパク質
を取り入れよう

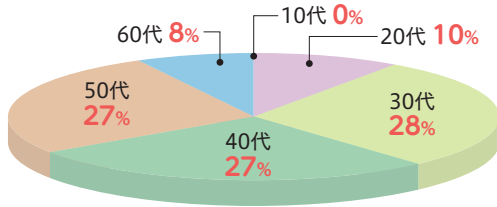


令和4年8月1日から8月31日まで実施したかがやきメイト健康づくりキャンペーンは、5,175名とたくさんの方にご応募・ご回答をいただきました。ありがとうございました。健康コラム「目指せ健康美！タンパク質でシェイプアップ」は皆さまの健康づくりに役立っていますでしょうか。今回はアンケートの集計結果の一部をご報告します。

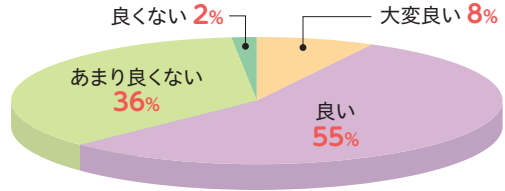
タンパク質+運動で
脂肪燃焼効果up!



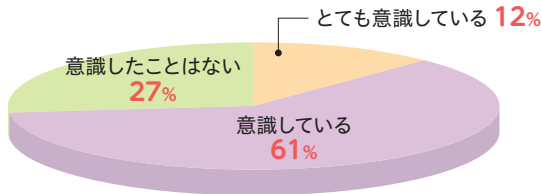
■年代別



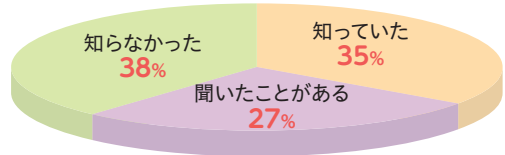
■ご自身の健康状態



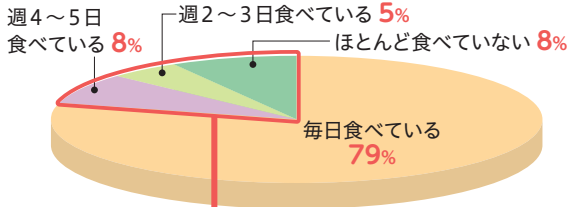
■日ごろタンパク質を意識して食事をしていますか



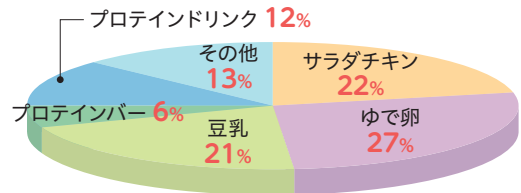
■朝食でタンパク質を摂ると代謝が良くなり脂肪燃焼効果が期待できることをご存じでしたか



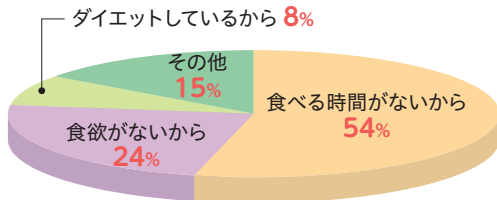
■毎日朝食を食べますか



■日頃、タンパク質を意識して購入されている商品は



■毎日朝食を食べていない理由は



■健康維持のために利用されているサービスなど

- 健康ポイント
- 歩数計アプリ
- オンラインヨガ
- 筋トレ
- スポーツジム
- 体重記録
- ウォーキングチャレンジ など



かがやきメイトでは、皆さまのご意見・ご要望にお応えしようと日々奮闘中！引き続きご意見やご要望をお待ちしております。

電話で

(株)ベネフィット・ワン
☎0800-100-0157

パソコン・スマホで

かがやきメイトホームページ
<https://bs.benefit-one.co.jp/k-tokyo/>



▶閲覧にはログインIDとパスワードが必要です(ホームページ上でご案内しています。)

申込み方法等に関する
問合せ先(受託事業者)

(株)ベネフィット・ワン

☎0800-100-0157

制度に関する問合せ先

福利厚生課厚生事業担当

☎03-5320-6821