

2025年1月8日

株式会社ディーエイチシー

## DHCと境町が共同で行う、住民の減量サポート事業「メタボサポートアッププロジェクト」を完了 プログラム継続率は96%、平均減量幅-3.3kg！

株式会社ディーエイチシー（本社：東京都港区、代表取締役社長：宮崎緑、以下：DHC）は、茨城県境町（町長：橋本正裕）と連携して実施してきた、町民を対象とした健康増進事業「メタボサポートアッププロジェクト」の「減量サポート期間（2024年8月末から11月末までの約3か月間）」を終了いたしました。また、本年度より初導入した「リバウンド防止サポート期間（11月末から12月末までの約1か月間）」を含め、全てのプログラムを完了しました。

2024年度のプロジェクトでは、境町にお住まいで応募時に20歳以上かつBMI25以上の方、男女69名が参加しました。3か月終了時点の継続者は66名（96%）と、ほとんどの方が継続しており、継続者全体の90%の方が減量に成功。減量体重の平均はマイナス3.3kg、最大減量体重はマイナス13.6kgという結果となりました。

また、今年新たに導入した「リバウンド防止サポート期間」では、減量に成功した参加者のリバウンドを防止するため、セミナーの実施、減量後の過ごし方についての情報配信などを行いました。



「減量サポート期間」に行われた「減量方法を考える受講者参加型セミナー」の様子



「リバウンド防止サポート期間」に提供したコンテンツ例

### 2024年 境町×DHC「メタボサポートアッププロジェクト」実施実績 ※3か月終了時点

- ・参加人数： 69名
- ・男女比率： 女性48.5%、男性51.5%
- ・継続率： 96%
- ・平均減量体重： -3.3kg
- ・最大減量体重： -13.6kg
- ・体重が減量している人数： 60名（90%）

■ DHC オンラインショップお問い合わせページ ■

<https://www.dhc.co.jp/guide/link.jsp>

## 2024 年 境町×DHC「メタボサポートアッププロジェクト」概要

2017 年に全国の自治体で初めて実施した境町との本プロジェクトは、これまで計 6 年に渡って実施<sup>※</sup>され、のべ 461 名の方の挑戦をサポートしてまいりました。2024 年度プロジェクトには、69 名の地域住民に参加いただき、DHC サポートのもと、メタボリックシンドロームからの脱出を目指しました。



※2021～22 年はコロナ禍等により中断

- ・減量サポート期間： 2024 年 8 月 26 日（月）～11 月 22 日（金）
- ・リバウンド防止サポート期間： 2024 年 11 月 23 日（土）～12 月 25 日（水）
- ・対象： 境町にお住まいで、応募時に 20 歳以上かつ BMI25 以上の方
- ・参加者数： 69 名
- ・参加費： 無料
- ・サポート内容：

### ① 普段の食事とおきかえる「DHC プロテインダイエット」を提供

普段の食事とおきかえる減量ドリンク「DHC プロテインダイエット」を参加者全員にご提供します。1 日 3 回の食事のうち、1 食をおきかえるだけ。1 食 169kcal 以下なのに必要な栄養素はしっかり摂れるので、健康的にメタボ脱出を目指すことが可能です。

### ② 減量方法を一緒に考える「参加型セミナー」

リバウンドしない食生活・生活習慣を身につけて、ずっと続く健康的な身体を手に入れるための「参加型セミナー」を開催。セミナーでは、参加者一人ひとりの普段の生活に寄り添い、“明日からできる減量方法”を一緒に考えます。また、減量に効果的なエクササイズも動画で配信します。

### ③ 手軽に楽しく続けられる WEB コンテンツ

減量に役立つ豆知識コラムや、どこでも手軽にできるエクササイズ動画の紹介など、楽しく取り組めるコンテンツをたくさんご用意しています。さらに、境町メタボ減量プログラム事務局より、健康トピックスなど、オリジナルコンテンツも配信。減量マイページ上で減量月間ランキングの発表などもあるので楽しく減量でき、モチベーションをキープいただけます。

### ④ 「腹部 CT スキャン」や「血液検査」で内側から健康状態を確認（希望者のみ）

ご自身の内臓脂肪の CT スキャン撮影、ならびに血液検査で健康値の Before・After を測定いただけます。コレステロール値や血糖値など、ご自身のからだを詳細に知ることで、減量とリバウンド防止のモチベーション向上に繋がります。

DHC は、ビューティとヘルスケア領域での取り組みを通じてウェルビーイング経営を目指し、お客様の健康と幸福に貢献することを使命とし、これからも安全で安心、品質にこだわった商品とサービスを提供してまいります。

DHC オンラインショップはこちらから：<https://www.dhc.co.jp/>