



自分のペースで体重や「カラダにいい」行動を記録！

参加者
募集

登録期間

2025. 9/29 月 → 10/17 金 14:00



みんなで
ちょこやせ
キャンペーン
2025



体重
マイナス2kg
目標達成で
賞品獲得

貯めたポイントで
Amazonギフトカード
1,000円分が抽選で当たる!!

※本キャンペーンは株式会社インサイトによる提供です。
本キャンペーンについてのお問い合わせは Amazon では
お受けしておりません。
ちょこやせ事務局
<https://wellme.jp/camp/miduhu/hg2025/inquiry2/>
までお願いいたします。

※Amazon、Amazon.co.jp およびそれらのロゴは
Amazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。

amazon

実施期間

2025.10/20 月 → 12/14 日

募集対象

参加費無料！ 先着200名

みづほ健康保険組合 20歳以上の加入者

お問合せ

ちょこやせ事務局

※お問合せの前に案内サイトの「よくあるお問合せ」をご確認ください。



PC、スマホからご登録ください。

<https://wellme.jp/camp/miduhu/hg2025/site/>

みづほ健康保険組合 キャンペーンスタートガイド みんなでちょこやせキャンペーン 2025について詳しくはこちら
<https://wellme4.jp/camp-startguide/miduhu2025/>



登録時の注意点

※スマートフォン等で「受信指定」を設定されている方は、「wellme.jp」からのメールが届くよう設定をお願いします。

※個人のパソコン・スマートフォン等を使用され発生した通信料・パケット代はご自身負担となります。

※個人情報取扱についての詳細はこちらからご確認ください。(https://insights.jp/policy/)

企画・運営：株式会社インサイト

【参加登録手順】

STEP
01

案内サイトトップ「登録フォームはこちら」から
仮登録画面へアクセス



こちらは「sampleキャンペーン」案内サイトです。
読者さん登録がなくても大丈夫な方、読者さん登録を目的としたキャンペーンを開催いたします！
参加費は無料です。

キャンペーン期間中は自分で決めた目標体重を目指して、週に1回、体重をはかってみるだけです。
あなたの登録をお待ちしております！

※病歴があり医師・栄養士の方は主治医に確認の上、ご参加ください。

募集対象
XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

登録フォームはこちら

概要
利用規約
【ニコニコ】読者さん登録は健康増進の第一歩！
よくあるお問合せ

ログインはこちら

STEP
02

利用規約に同意の上、
メールアドレスを登録



sampleキャンペーン
仮登録フォーム

メールアドレスを入力し、利用規約をご確認の上、送信ボタンを押してください。
本登録用メールをお送りいたします。

※メールアドレスを入力してください。
※メールアドレスは、メールアドレスにより事務局からのメールが受信できなくなる場合があります。【readline.jp】からのメールが届くように事前に設定をお願いします。
※同一メールアドレスで複数の登録はできません。

※利用規約の同意を「同意します」にチェックを入れてください。

第1条 本規約の目的
XXXXXXXXXXXXは、株式会社インサイト（以下「インサイト」といふ）が提供するサービス（以下「サービス」といふ）について、以下のとおりその利用条件を定めます。サービスの提供は、本規約の同意を前提とし、本規約の同意をしない場合は、本規約の適用をしないものとします。

第2条 サービスの内容及び変更
本サービスの目的は、インサイトがこれを決定し、利用者は同意するものとします。また、インサイトが本サービスの内容を変更する場合は、同意はインサイトが別途決定し、その変更前に同意した利用者のみがサービスを利用できるものとします。

第3条 利用者の同意
☐ 同意します

送信

STEP
03

登録したメールアドレス宛に届く
本登録用 URL から登録画面へ進む

件名：本登録用URL [sampleキャンペーン]
本文：
このメッセージは「sampleキャンペーン」より事務局から送信されています。
お読みいただきありがとうございます。本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。
この度はsampleキャンペーンのご登録手続きをお送りいたします。誠にありがとうございます。
※本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。
https://XXXXXXXXXXXX
※本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。
※本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。

STEP
04

画面の案内に従って入力



sampleキャンペーン

sampleキャンペーンの本登録を行います。

メールアドレス
XXXXXXXXXXXX@XXXXXX.ne.jp

生年月日
1970 年 1 月 1 日

次へ

STEP
05

登録完了

本登録が完了いたしました

ご入力いただいた情報を登録のメールアドレスに送信しました。
ご登録内容の確認をお願いします。

「sampleキャンペーン」は、月々××日（××）から開始します。
※本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。

sampleキャンペーンへのお問合せはこちら
よくあるお問合せはこちら



【キャンペーンでの取り組み】



カラダにいい行動を上手に続けていくためには、**取り組んだ行動の記録づけが大切です。**
食べること、運動すること、休むこと、いろいろなカラダにいい行動にチャレンジ。
そして記録を積み重ね、振り返ってみることで、ココロもカラダもいい感じに整えていきましょう！

POINT
01

カラダにいい行動を
記録しよう

POINT
02

週 1 回は体重をはかって
報告しよう

POINT
03

記録を
積み重ねよう



記録ツールのイメージ

ニコニコカラダの調子を整えるサポーター。野菜のチカラを味方につけよう！
カラダの調子を整えるサポーター、野菜のチカラを味方につけよう！

健康管理に大切なのは
野菜、食べていますか？
いつも以上に健康管理への意識が大切になってきている時や、
まずは野菜の摂取と食べ方を確認、カラダをしっかりとサポートしていきましょ。

ポイント：週に3回以上記録し、1000ポイント以上貯めると、抽選で豪華賞品が当たる！
※本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。本登録用URLは、本登録用URLからアクセスしてください。

キャンペーン終了後、
貯めたポイントで
抽選賞品に申込！

行動の記録や体重の報告など、さまざまな取り組みでポイントが貯まります！

