

Wellmira、スポーツ庁より 「スポーツエールカンパニー2026」に認定

今回で 4 度目の認定！自社アプリを活用した肩こり・眼精疲労対策の健康施策を実施

テクミラホールディングスの子会社であり、AI 健康アプリ「カロママ プラス」や健康経営サポートサービスの歩数計アプリ「RenoBody(リノボディ)」を提供している株式会社 Wellmira(本社:東京都千代田区、代表取締役社長兼 CEO: 渡辺敏成、以下「Wellmira」)は、従業員の健康増進を目的としたスポーツ活動の促進に積極的に取り組む企業として、スポーツ庁より「スポーツエールカンパニー2026」に認定されました。Wellmira は従業員の健康維持・増進を目指した取り組みを2018 年から継続して実施しており、「スポーツエールカンパニー」は今回を含め 4 度目の認定となります。

今後も Wellmira はヘルスケア企業として、従業員自らがからだと心の健康づくりを実践し、生き活きとした働き方を実現することを目指します。



スポーツエールカンパニーとは

「スポーツエールカンパニー」とは、スポーツ庁が、従業員の健康増進のためスポーツの実施に向けた積極的な取り組みを行っている企業を認定している制度です。朝や昼休みなどに体操・ストレッチをするなどの運動機会の提供や階段の利用、徒歩・自転車通勤の奨励、スタンディングミーティングの実施など、スポーツ競技に限らず、従業員の健康増進のために積極的な取り組みを行っている企業が認定されます。

■Wellmira の取り組み:AI 健康アプリ「カロママ プラス」を活用した、肩こり・眼精疲労対策の健康施策を実施

Wellmira の従業員にヒアリングした結果、肩こりや眼精疲労を健康課題と感じている従業員が多いことがわかりました。そこで、肩こり・眼精疲労を対策・解消する行動を習慣化するために、以下の取り組みを実施しました。

●プロのトレーナーによる講習会を開催

プロのトレーナーから、肩こり・眼精疲労に効果的なストレッチ方法をレクチャーいただく講習会を開催し、適したストレッチ方法を学びました。



●AI 健康アプリ「カロママ プラス」を活用した施策でストレッチ実施の習慣化を促進

講習会実施後 3 週間、Wellmira が提供する AI 健康アプリ「カロママ プラス」を活用し、ストレッチや運動などの健康行動でポイントが貯まるイベントの開催や、ストレッチ方法を紹介する画像・動画付きメッセージを毎日配信しました。

アプリを活用した施策以外にも、社内コミュニケーションツールによる週 1 回の声掛けや、定例会議や全員参加の会議でストレッチを実施することで、健康行動の習慣化を促しました。



本取り組みの結果、「ストレッチなど身体を動かす頻度が増えた」とアンケートで回答した Wellmira の従業員は約 60% でした。また、「今回の施策を機に、チームのミーティングで毎週時間を設けてみんなでストレッチをするようになった」「社内でもストレッチしやすい雰囲気になった」との声もあり、コミュニケーションの醸成にも寄与する効果がありました。

●AI 健康アプリ「カロママ プラス」の概要

食事・運動・睡眠などのライフログを入力すると、パーソナル AI コーチ「カロママ」から実践的な健康アドバイスが届きます。健康診断結果やウェアラブルデバイスとのデータ連携が可能で、PHR データやライフログデータを日々記録することで、パーソナルな健康アドバイスを提供します。個人・法人共に利用が可能で、企業・健康保険組合の健康経営での活用その他、自治体やスポーツクラブにも導入されています。



AI 健康アプリ「カロママ プラス」URL: <https://calomama.com/>

今後も Wellmira はヘルスケア企業として、従業員自らがからだと心の健康づくりを実践し、生き活きとした働き方を実現することを目指します。

<テクミラホールディングスについて>

【商 号】テクミラホールディングス株式会社

【本 社】東京都千代田区神田須田町 1-23-1 住友不動産神田ビル 2 号館

【上場市場】東京証券取引所 スタンダード市場（証券コード: 3627）

【代表者】池田 昌史

【URL】<https://www.tecmira.com>

【グループ事業内容】

◆ライフデザイン事業

エンタメや HealthTech、FinTech、HRTech、EdTech 等のデジタルテクノロジーを活用したサービスとソリューションを提供

◆AI&クラウド事業

AI チャットやクラウドアドレス帳などの SaaS や AWS 等を活用した Tech ソリューションを提供

◆IoT&デバイス事業

通信デバイスの開発・製造や関連したプラットフォーム・アプリの開発を通じて、モノとインターネットを融合した価値を提供

<Wellmira について>

【商 号】株式会社 Wellmira

【本 社】東京都千代田区神田須田町 1-23-1 住友不動産神田ビル 2 号館

【U R L】<https://www.wellmira.jp/>

【代表者】渡辺 敏成

【事業内容】

- ・企業/健保/自治体/スポーツクラブ向け AI 健康アプリ「カロママ プラス」
- ・健康経営サポートサービスの歩数計アプリ「RenoBody」
- ・指導員×AI のハイブリッド型オンライン特定保健指導サービス「カロママオンライン」
- ・管理栄養士・栄養士向けのポータルサイト「かわる Pro」
- ・ヘルステックニュース「HealthTechWatch」
- ・その他、ヘルスケア IT サービスの開発、食や健康関連のメディア運営

<このニュースリリース・素材の提供に関するお問合せ先>**テクミラホールディングス株式会社**

担当： 経営企画部 広報チーム

Email: info@tecmira.com

〒101-0041 東京都千代田区神田須田町 1-23-1 住友不動産神田ビル 2 号館

<https://www.tecmira.com>

※記載されている社名、製品名、ブランド名、サービス名は、すべて各社の商標または登録商標です。