2020.9.2　立命館保健センター

ヘルシーキャンパスイベント
『朝活応援!!早起きで GO!!』を実施しました

　前回のキャンペーンに引き続き、学期末の大切な時期も生活リズムを整え、また家で過ごすことが多い中でもつながりを持ってほしいと願いを込め…2020 年 7 月 13 日(月)～7 月 31 日(金)に『朝活応援!!早起きで GO!!』を実施しました。

参加人数は 226 名、達成した学生は 131 名
キャンパス対抗戦は BKC が見事勝利しました。

　今回は早起き回数が多いほど当選確率が UP や、キャンパス対抗戦を行い勝ったキャンパス所属参加者全員に当選確率が上がるなど競争要素を盛り込みました。

　立命館保健センターの Twitter で毎日 HealthyPhoto をご紹介しました。参加者からは「Healthy　Photo のために料理を頑張って作ってみたら Twitter や ZOOM 体操で取り上げてもらえてうれしかった」「他の人が作った料理を Twitter で見ることが楽しかった」「皆と一緒にするとやる気が出た」という声が聞かれました。ほかの人の頑張りをみて自身の継続の力に変換したり、学生間の繋がりを感じてもらえたのではないでしょうか。

　たくさんご参加いただきありがとうございました。

　11 月 1 日(日)～11 月 30 日(月)には毎年恒例の WalkingChallenge2020 が開催されます。1 日平均 8000 歩達成した人の中から抽選で豪華賞品が当たります！参加登録期間は 9 月 1 日(火)～10 月 20 日(火)です。是非友達、同僚、家族とご参加下さい！

Healthy Campus Ritsumeikan

Walking Challenge2020　URL:https://wc.hckn.org/2020/