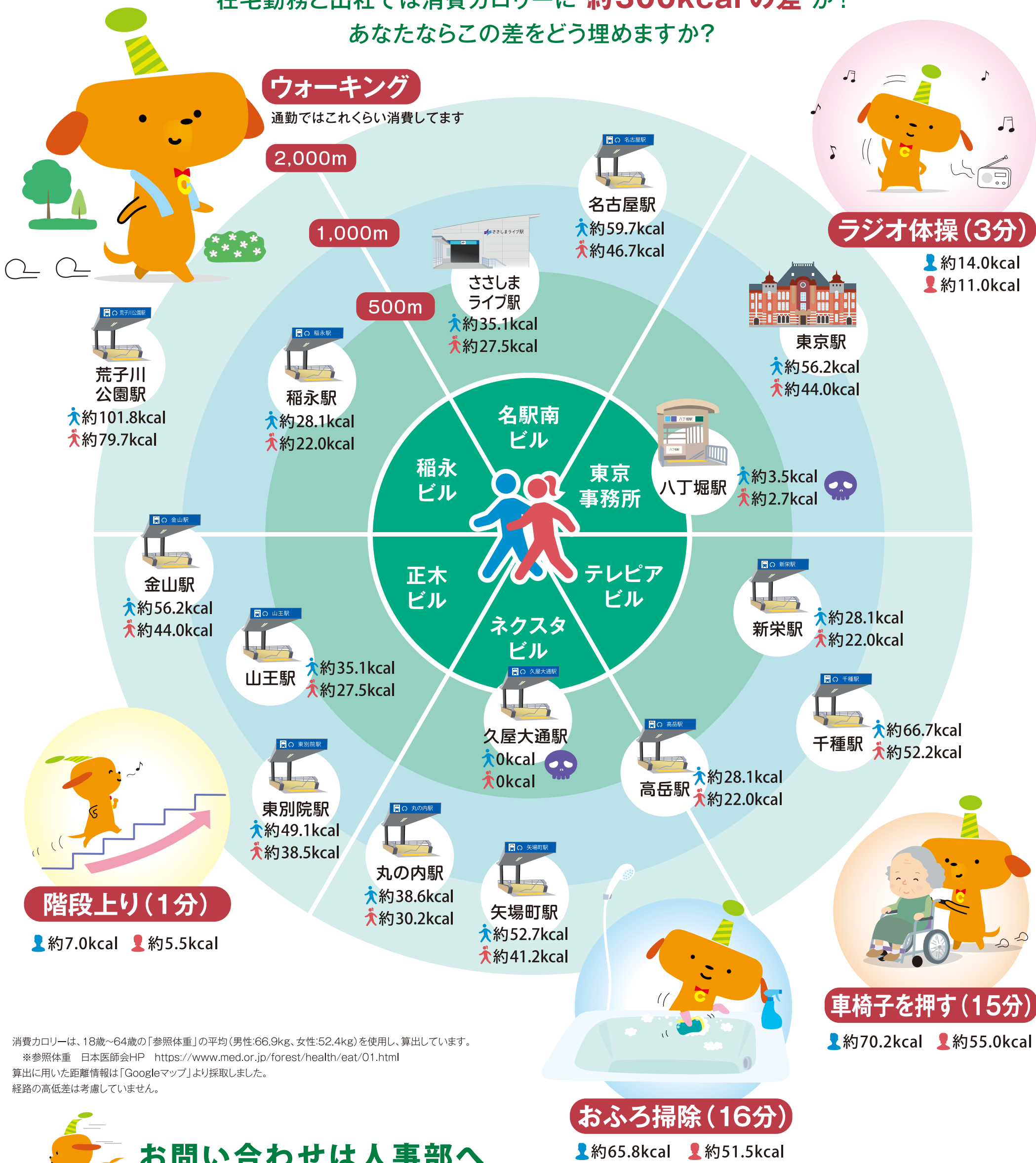


私たちのワークスタイル変革

何をしたら300kcal?

健康
増進編
1

在宅勤務と出社では消費カロリーに **約300kcal** の差 が！
あなたならこの差をどう埋めますか？



消費カロリーは、18歳～64歳の「参照体重」の平均（男性：66.9kg、女性：52.4kg）を使用し、算出しています。
※参照体重 日本医師会HP <https://www.med.or.jp/forest/health/eat/01.html>
算出に用いた距離情報は「Googleマップ」より採取しました。
経路の高低差は考慮していません。



お問い合わせは人事部へ