

株式会社 有明 [郡山市]

- ◆ふくしま健康経営優良事業所2021県知事賞
- ◆健康経営優良法人2022(中小規模法人部門)認定

Profile

- 本 社 〒963-8828 郡山市大河原 169-5
TEL 024-941-3000 <https://www.ariakeweb.co.jp/>
- 設 立 1969年(昭和44年)
- 代 表 者 代表取締役 内田 善啓
- 従業員数 17名(男性7名、女性10名:2022年10月現在)

事業内容

創業から50年以上、ポリエチレンの加工製造・販売を行っている。衛生や鮮度、品質保持などで、重要な役割を担うポリエチレンシートは食品、工業、医療、農業など、幅広い分野で活用されている。



社員の声に耳を傾け 全員の足並みを揃えることが大切



薄さ数ミクロンというポリエチレンフィルムを使って、シートやカバーなどの加工製造から販売を行っています



ストレス緩和につながればと設置した休憩室。室内には人目を気にせずリラックスができるブースも設けました



始業後には全社員でラジオ体操を実施。身体を動かしてリフレッシュしてから業務に臨んでいます

取り組みのきっかけ

ひたむきな社員の姿を見て 変わっていった 健康経営への意識

もともと健康意識が高いというわけではありませんでしたが、空気のきれいな施設認定や敷地内全面禁煙、血圧対策や健康診断の受診、スポーツイベントへの参加等は行っていました。しかしそうした取り組みによっても健康改善のアクションや運動の継続になかなか結びつかなかったため、少しでも社員の意識を変えるきっかけになればと、2017年に健康事業所宣言にエントリーしました。

改善を加えながら、2018年には認定を受けましたが、考えが大きく変わったのは2019年に台風19号の浸水被害

を受けたときです。会社が再生できるのかという状況にまで陥った時、何も言わずとも全社員が出社して自発的に清掃をしてくれるその姿を見て、会社は社員あってこそ、社員を大切にしなければという思いがより一層高まりました。社員が元気に働き続けるためにはまず健康でなければと、健康経営をより充実させていこうと強く思うようになりました。

代表取締役社長
内田 善啓さん



具体的な 取り組み内容

1

自分の健康を見える化して 健康意識を高める環境をつくっていく



▲アプリで自分の健康情報を管理できるようにしています

特保飲料やロカボ食品は電子マネーで手軽に購入できるようになっています▶



健康アドバイザーの資格を取得した社員を中心に、随時健康情報の発信を行っています。また、自分のBMIを月に1回社内ですべて測定してファイルにまとめるほか、体成分分析装置InBodyを導入してアプリで健康情報を管理し、変化を確認できるようにしています。協会けんぽから貸し出される血管年齢測定も実施しデータ化しています。給湯室には特保飲料やロカボ食品を置いたり、栄養バランスのとれたお弁当を注文できるようにしたりと、食生活の改善も積極的に促しています。

2

社員間のコミュニケーションを図り 心身ともに健全に働ける職場づくりを

毎年1回社員満足アンケートを実施し、取り入れるべき意見は積極的に反映するようにしています。アンケートにより自分に合わない職種に就いてストレスを感じている人には面談の上、配置替えも検討しています。また各部署の代表を1人選出してもらい、ワークライフバランス委員会をつくりました。委員会から出た意見で始まったのが社員間のコミュニケーションプラットフォーム「サックスギフト」※1です。うれしいことをしてもらったら「ありがとう」のコインを送ったり、チャット機能もあるので、あるテーマについて意見交換をしたりするなど社員間の交流を図っています。苦手な人は月に一度は何か投稿するというので、社員全員が参加するようにし、交流を通して働きやすい職場環境をつくり、社員のストレス軽減に努めています。

※1「ありがとう」という日々の感謝や称賛、理念に即した行動の承認や応援をコインという形で従業員同士で贈り合うことができる



サックスギフトの画面。貯めたコインは社内通貨やamazonポイントなどに替えることができます

3

できることからコツコツと 社員全員が無理せず参加できる仕組みをつくる

2021年には健民アプリを使って行うバーチャルウォーキング大会※2に参加しました。全員が参加できるよう、全力チーム、ほどこチーム、全力応援チームなどの参加パターンをつくり企業対抗で県内1位をとることができました。

また(株)エヌジェイアイとアクサ生命の力を借りて健康セミナーを実施しています。エヌジェイアイからは選任のトレーナーを年に4回派遣してもらい、内容も社員から希望を聞いて、オーダーメイドで実施してもらっています。

ほかにも社内に運動器具を置いてジムをつくりました。有志が集まって始業前にストレッチや筋トレをしたりサーキットトレーニングをしたりと個々で活用してもらっています。スポーツジムも1回500円で利用できる法人契約をしているほか、社内には登山部、筋トレ部、ヨット部があり、活動の一部費用の助成も行っています。

※2 スマートフォンを利用し、ネット上でチームメンバーが期間中に歩いた「総歩数の平均」を競う



健康セミナーの様子。2022年は「筋トレを中心としたプログラムで、貯金をテーマに実施しました」



始業前に社内のジムで運動する社員。パーティションの奥にはInBodyも設置しています

病欠や遅刻する社員がいなくなったことは 健康経営の大きな効果

当社の健康経営の目的は、社員のワークライフバランスを向上させることを一番に行っていますが、はじめは社員それぞれ健康に対する考えが違うため、なかなか足並みが揃いませんでした。その中で、バーチャルウォーキング大会に会社をあげて参加したことはとても有意義だったと思っています。社員間でさまざまな情報を共有し体験を分かち合うことで、新たな結束力や団結力が高まったと感じています。県内で1位という成績も社員の健康意識を高め、チームワークも強化され、職場の雰囲気も明るく快活になりました。社員からも「仕事だけの方が疲れが溜まる」、「ウォーキング期間の方が疲れなかった」という声が聞かれたほか、健康診断の受診後には、「再検査を受けてみようと思う」と自ら手を挙げる社員が出るなど健康に対して前向きになっていると感じます。



健康アドバイザーの資格を取得し、社員に情報発信を行っている総務の橋本紗希さん（左）。病欠や遅刻する社員がいなくなり、その効果を実感していると話します



さまざまな社員の取り組みから、スポーツエールカンパニー 2022 や、経産省が行う健康経営優良法人 2022 の認定も受けています

Real Voice

社員の 声

みんな意外ときっかけを待っている 楽しくやることが継続のカギ

業務部 部長
酒井 敦さん



普段から身体を動かしていたので、初めは業務が増えて少し面倒だなと思うところもありました。しかし全員で参加するという方針がよかったのか、だんだん楽しくなっていました。期間限定で始めたアプリも継続して使っている人が多く、習慣になってきていると感じます。自身も体重が3kgくらい減り、成果が出ると甘い物を控えようなど、自然と食事にも意識するようになりました。

セミナーで正しい知識をつけて 心身共に健康になっていることを実感

営業部
鈴木 真美さん



運動をする習慣がなかったので、会社がきっかけをくれたような感じでした。私は正しい知識を得られる健康セミナーがとてもためになっています。登山部にも所属し新しい趣味にもなりました。始業前に社内のジムで身体を動かすようになり、部門を超えた交流も生まれています。体重も減って、スーツがサイズダウンしたのはうれしかったです。

今後の 取り組みに ついて

社員の手でどんどん進化させていってほしい

今までは仕組みをつくってみんなでやっていたという流れでしたが、今後は社員それぞれが自主的に取り組んでいってくれたら良いと思っています。今ある仕組みや取り組みを社員同士で高め合い進化させていってくれたらうれしいですね。会社としても良い仕組みがあれば導入して、今後も健康に関する福利厚生を充実させ、社員のやる気をバックアップしていきたいと考えています。

Advice

他事業所へのアドバイス

健康経営の実現には社員全員の足並みを揃えることが大切です。そのためにはまず社員の声に耳を傾け、改善できることに取り組んでいくことが必要だと考えます。とりわけ健康改善に積極的な社員に意見を聞き、焦点を合わせていくことがポイントになってくると思います。