

健康づくりカレンダーをご活用ください

健康づくりカレンダーの令和5年度版（令和5年4月～令和6年3月）を作成しました。

毎月、運動・減塩・禁煙のポイントを分かりやすく掲載しており、見るだけでも健康になれるような情報となっております。人目につく場所への掲示や社内報への記事掲載などに活用頂き、多くの従業員様へ周知をお願いいたします。

中面

今日から ノンスモーカー 宣言！

禁煙に成功した人の多くから、「もっと早く禁煙すればよかった」という声が聞かれます。禁煙すると心身ともに健やかになるだけでなく、時間や経済的なゆとりがで、大切な人の健康も守ることができます。

大切な人と笑顔で過ごしたい

禁煙で、大切な人の健康を守ろう

禁煙治療でたばこ依存を断ち切ろう

禁煙できないのは意志の弱さでなく、「ニコチン依存症」という病気のせいです。禁煙治療を受けた人の禁煙成功率は自力に比べて4～6倍も高くなっています。禁煙外来で相談しましょう。

2023
令和5年
May

5月

「健康増進法」第15条第15号「たばこ受動喫煙防止」
「たばこ受動喫煙防止」専用サイトはこちらから！

全国健康保険協会 宮城支部
協会けんぽ

日 SUN	月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI	土 SAT
1	2	3 産後1日目	4 みどりの日	5 こどもの日	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 か月ごとにテーマを変えて、「生活習慣の改善」や「健康づくりに役立つ情報」を掲載しております。

健康習慣 3 つのコツということで「運動」、「減塩」、「禁煙」をテーマとした記事を掲載しております。「運動」は動画で実際の動きをご覧いただくことができますので、ぜひ実践してみてください。

加工食品や調味料などに含まれる「塩分量」の一覧表を写真付きで掲載しています。

裏表紙

今日からできる！ 血圧リセット習慣

1 食塩を無意識に多く摂らない

2 加工食品に潜む食塩量を「見る」

3 たったナトリウム（食塩の主成分）は、カリウムで出す

食塩の量も抑えておこう！

品名	塩分量
味噌汁	1.0g
味噌	1.0g
醤油	1.0g
しょう油	1.0g
塩	1.0g
食塩相当量	1.0g



全国健康保険協会 宮城支部
協会けんぽ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/miyagi/>

協会けんぽ 宮城 検索

職場内で、掲示・回覧などお願いいたします。 「職場健康づくり宣言」事業所通信

令和5年3月発行
第7号

「健康づくり好事例」5社を紹介します！

協会けんぽ宮城支部では、健康経営に熱心な事業所様の健康づくりに関する取組を取材しております。令和5年1月発行の第6号の4社に引き続き、今回は、以下の5つの事業所の取組を紹介しておりますので、ぜひ参考にしてみてください。また、6,7ページには過去に特集しました「健康経営好事例」について、8ページには同封の「健康づくりカレンダー」について記載しておりますので、そちらもご覧ください。

- ◆社会福祉法人 ありのまま舎(障害福祉サービス業)【P1】
- ◆株式会社 東京海上日動パートナーズ東北(損害保険代理店)【P2】
- ◆株式会社 登米プラス(機械部品製造業)【P3】
- ◆ナカリ 株式会社(米穀卸売業)【P4】
- ◆株式会社 ミヤックス(オフィス用品・教育遊具施工業)【P5】

社会福祉法人ありのまま舎



- 本社所在地 宮城県仙台市太白区西多賀4丁目19-1
- 主な事業内容 社会福祉・介護事業
(障害福祉サービス事業所等運営)
- 従業員数 115人

健康経営優良法人認定
2019～2023 認定(2020～大規模法人部門)



健康経営に取り組むきっかけ

重度の障害者や難病の方が利用している当施設にとって、働いている職員も健康であることは何よりも重要なことです。今般のコロナウイルスが発生する以前から、手洗いやうがいの励行など、職員の衛生管理や健康管理を徹底するようにしており、一般的な病気だけでなく感染症の予防にも努めてきました。協会けんぽから健康経営への取組の案内をいただいたことをきっかけに企業のイメージアップを図りたいと考え、健康経営に取り組みました。



各種認定証

注力している取り組み

コロナ抗原検査キットを配布し、定期的に検査を行い、ウイルスに感染した職員には出勤を控えるなど、しっかりとした管理を実施しています。また、流行以前から体調確認と検温を実施し、出勤時のチェックシートとともに記録も残しています。

希望の職員には胃カメラや婦人科検診を事業所負担で実施しています。また、職員とその家族がインフルエンザワクチンを接種する際には、併設する診療所を利用することで、費用の半額を負担しています。

離職率や怪我、事故を減らすための取り組みとして、ロボットスーツを導入しています。これは電気を使わずに人工筋肉で動作を補助するマッスルスーツで、介護業務の負担を軽減することができます。さらに、業務に必要な介護リフトなどの導入や施設内での業務の連携強化と効率化を図るためインカムの導入など、業務の改善を図っています。(インカムとは、ヘッドフォンとマイクが一体化した無線通信機器)



感染症対策 社内掲示



感染症対策

取り組みの課題

慢性的な人材不足は、どこの福祉介護事業所でも抱えている課題だと思います。健康経営優良法人の認定を受けることで事業所イメージのアップを図り、人材確保にも繋がりたいと考えていますが、もう少し外部に向けてPRしたいと考えています。職員の定着率については、惜しまれながら退職するような離職案件が徐々に減ってきています。

取り組みの効果

毎月、法人内の会議を開催し、課題や情報の共有、人材確保、健康対策などについてのミーティングを続けています。併設する診療所では定期的に会報を発行し、病気や感染症・健康に関する記事を掲載して啓発に努めています。また、朝のミーティングではストレッチを行っております。

健康診断の結果は協会けんぽからの「事業所カルテ」で確認しています。メタボリックシンドローム予備群の割合が徐々に減少し、特定保健指導の該当者も減少するなど、状況は改善してきています。

障害者支援施設では、栄養管理された食事を希望する職員に提供しているほか、理学療法士などが腰痛や肩こりなどを訴えている職員のサポートもしています。また、看護師、作業療法士、理学療法士、管理栄養士など、健康管理に欠かせない職種の人材が揃っており、常勤ではありませんが医師も在籍していますので、チームワークで入居者の健康管理だけでなく健康的な職場づくりを行っています。

今後の展望をお聞きました！

健康経営の取組は継続していきます。課題を結果へとつなげ、取組を対外的に発信していきたいと思っています。ハローワークでの求人票にも健康経営優良法人の認定を表示しています。働きやすい職場作りは課題でありますので、職員からのフィードバックをもらいながら出来るところを改善していきたいと考えています。



法人本部事務局次長
嶺岸 智 氏

株式会社 東京海上日動パートナーズ東北



- 本 社 所 在 地 宮城県仙台市宮城野区榴岡 3-4-18
オークツリー榴岡 3F
- 主な事業内容 損害保険代理業、
生命保険の募集に関する業務
- 従 業 員 数 191 人（派遣社員含む）

健康経営優良法人認定 2018～2023 認定
(2023 はブライト 500)



健康経営に取り組むきっかけ

当社は東北6県に全19支社を構えていることから、健診等が各々の方法で実施され、会社としての統率が取れていない状態でした。しかしながら、社員が心身ともに健康であることがお客様からの信頼の基盤であると考え、『健康経営』に取り組み始めました。本社で一括して健康づくりを推進する体制を整え、全拠点に健康づくり担当者を置き、2018年からは本社担当者から社員に対して、健康経営の指針や健康づくりに関する情報を月1～2回の頻度で発信するなど、独自の取組を開始しました。



認定証

注力している取り組み

社員の健康課題を把握するため、アンケートを実施したところ78%の社員が「運動不足」と認識していたため、2020年から毎年10～11月を健康増進月間と定め、『みちのく健活プロジェクト』と題した健康増進プログラムをスタートしました。コロナ禍でもあり、従業員用のオンラインシステムで、実践した活動内容を共有することにしました。例えば、津軽支社では『朝礼時にラジオ体操』をしたり、本社では3階の事務所で階段を使う『ツアアップスリーダウン運動』という様に、社員自身が立てた目標を2か月間実践するものです。それぞれの取組を宣言することで、運動不足を楽しみながら解消し、社内のワーク・エンゲージメントにも繋がると考えます。

また、協会けんぽの『出前健康づくり講座』をいち早く取り入れ、成人病予防協会の講師によるランチセミナーを実施。各拠点をオンラインで結び、お弁当を食べながら、「バランスのとれたコンビニ食料品の選び方」など食習慣の改善を学びました。ランチタイムを活用したという点も含め、社員に大変好評でした。

取り組みの課題

拠点数が多いことも影響しているのか、当社の「健康づくりへの取組」

の認知度や参加率にバラつきがあることが課題でした。

そこで、多くの社員に積極的に取り組んでもらうために年に1回アンケートを取り、社員の意見を取組に反映させることにしました。取組に参加したことで得られた効果を確認したり、個人ではなくグループで参加できるイベントを企画してほしいなどの要望を取り入れました。

アンケートの結果も社員に共有することで健康意識の向上につながり、取組の参加率も年々上がってきています。

取り組みの効果

各支社ごとに各々の方法で行われなかなか取り組めていなかった特定保健指導も本社から支社へのスキームづくりで実施率が改善され、ストレスチェックも本社主導で実施できています。今では本社からの一方通行だけではなく、支社で活動を牽引してくれる人材も出始め、社員同士のコミュニケーションも深まったと思います。

また、2020年からインフルエンザワクチン接種費用の一部を、2019年から子宮頸がん検診、乳がん検診の費用を全額負担しています。以前の婦人科検診の受診率は50%に満たない割合でしたが、現在は75%となり、効果が出ていると思います。

さらに、ここ数年で『健康経営優良法人』を知っている就活生が増えたと感じます。会社説明会の際に「この認定を受けている会社はいい会社だからと母が勧めてくれた」という生の声を聞きました。健康経営への継続的な取組が、企業の評価に繋がっていると実感しています。



社内システム上で健康情報を発信

今後の展望をお聞きました！

『健康経営』を推進することは、生産性の向上、優秀な人材の確保、離職率の低下、企業のイメージアップなど、様々なメリットがあります。

この『健康経営』を自社だけではなく、社外にも広げていくことが重要と考えています。『健康経営』の範囲を取引先や周辺地域など社会全体に広げるために、これまで取り組んできた自社での事例や『健康経営優良法人』認定の経験を発信していきたいです。



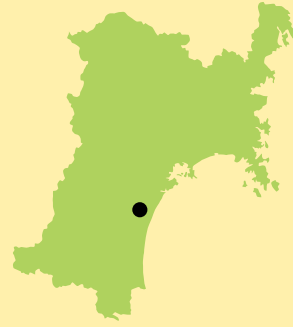
代表取締役
浦上正人 氏

株式会社 登米ブラス



- 本 社 所 在 地 宮城県名取市上余田字千刈田 543-1
- 主な事業内容 樹脂・非鉄金属精密加工品及び
印刷加工品の製造
- 従 業 員 数 30 人

健康経営優良法人認定
2020～2023 認定
(2022 はブライト 500)



健康経営に取り組むきっかけ

2019年に代替わりし、程なくしてコロナ禍に陥り、状況が一変しました。半導体不足から繁忙期が続いたこともあり社員にストレスが掛かり、離職者も出てしまいました。代替わりしたばかりで「仕事が単なる作業になりつつあったのか」、「将来設計が描けない会社だったのか」と悩んでいたところ、ある遊具製造企業の方に『健康経営』を紹介されました。「従業員の満足度が高い企業は生産性が伸びる」、「社員の健康やコミュニケーションを解決している企業は、業績も良い」との考えに至り、私たちも実践してみようと『健康経営』の導入を決断しました。



各種認定証

注力している取り組み

まず、社員が健康を維持し、働きやすい環境を作ること意識しました。定期健診の受診率はもともと100%でしたが、メタボリックや高血圧で指導を受ける社員も散見されたため、食生活の改善と運動の推奨から始めました。特に、朝食を抜く社員がいるので、2か月に一度、野菜中心でカロリー表示のある弁当を提供する食事会を開き、栄養を意識する機会を作っています。また、社内の清涼飲料水の自動販売機は撤去し、代わりに水素水浄水器を設置することで、マイボトルに入れて飲む習慣も浸透して来しました。



水素水浄水器

職場環境と女性の労働環境改善にも注力しています。当社の工作機械を扱う現場では、以前から女性を多く採用しており、社員の65%を占めています。女性が働きやすい職場への改革を進め、産前産後休暇や生理休暇をはじめ、介護休暇や子育て休暇の取得促進など、社員個人への配慮はもちろん、社員の家族にも配慮した制度づくりを進めています。これは、社員同士で仕事を調整し合い、生産スケジュールを社員の自主的な管理に任せることで実現しました。以前は、土曜日出勤をシフト制にしていたましたが、社員の「週末にリフレッシュしたい」という要望を汲み、一日あたりの就業時間を少し長くすることで調整し、現在は完全週休二日制となりました。

離職者が出た頃は、生産の主な3部門である工作機械・マシニング・NC 施盤に「この人がいないと機械が動かせない」という技術の偏りがあり、特定の社員にメンタル的な負荷を掛けていました。今は製造工程ごとにグループ分けし、特定の社員に負担が集中しないようにしています。

取り組みの課題

当社の社員の平均年齢は40歳と全国の製造業の平均年齢より若いのが特徴です。年齢の高い社員は健康意識の改善が進みましたが、20代の社員にはなかなか浸透せず、健診で悪い数値が出ないと「ダイエットのために歩いてみよう」など行動に移せないのが課題です。喫煙や飲酒で健診結果に引っかかる社員がいる場合には、禁煙外来へ行くことを勧めたり、「休肝日を設けましょう」とメッセージを送っています。

取り組みの効果

全社重点方針のテーマの下、社健診で指摘を受けた社員の中には、糖質制限や野菜中心の食生活を実践したり、ウォーキングなどの運動を行ったりする姿が見受けられます。

会社としてもボウリング大会や、コミュニケーションのための花見・親睦会などを実施し、社員同士の親睦を深めるようにしています。



ボウリング大会

今後の展望をお聞きました！

社員が心身ともに健康であって欲しいと願っていますが、万が一病気になっても心配することなく仕事と生活を両立できるように、社労士・医療機関・企業が連携し、職場環境を整備する必要がありますと考えます。また、健康経営を通じて、社員一人ひとりが各家庭・周りの方々に健康の大切さを発信できる存在になって欲しいと思います。健康経営優良法人「ブライト500」の認定は、会社のイメージに大きなプラスとなっており、今後も引き続き、認定を受けられるよう取り組んでいきたいと思っています。



代表取締役
武山祐樹 氏

- ◆ 健康経営に取り組む、従業員様が健康で長く働き続けられる職場環境を作ること、従業員様の生産性向上および事業所様の発展も期待できます。
- 健康経営の取組の輪を更に広げるために、来年度も取材を行う予定ですので、取材をご希望の事業所様は、企画総務グループ（連絡先は8ページに記載）までご連絡ください。

- ◆ また、健康経営に関してのご相談も随時受け付けておりますので、同グループまでご連絡ください。

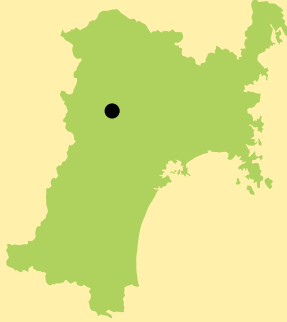


ナカリ株式会社



- 本 社 所 在 地 宮城県加美郡加美町羽場
字山鳥川原 9-28-4
- 主な事業内容 各種米穀の製造及び販売
- 従 業 員 数 65 人 (グループ計 150 人)

 **健康経営優良法人認定**
2019 ～ 2023 認定



健康経営に取り組むきっかけ

2018年に「健康経営セミナー」に参加することになりました。会社の健康＝健全な財務・経営がテーマと想定していましたが、文字どおり『社員の健康改善が企業の成長につながる』という内容で衝撃を受けました。会社が社員の健康に深くかかわることが重要であると気付き、「健康経営優良法人」の認定を受けるための準備を整え、2019年から現在まで継続して認定を受けています。



注力している取り組み

最初の1～2年は、日常の取組が『健康経営』に該当しているかどうかを確認し、整理しました。経営者自らが健康意識を持っているか、健康診断結果、メンタルヘルスのケアなどを改めて見直しました。

健康に働くためには社員への意識付けも重要と捉え、健康に対する「情報」の提供にも注力しました。パートナー企業の健康アドバイザーと契約し、健康セミナーを年3回実施しました。その中の1つで「ストレスとタバコ」に関するセミナーでは、タバコは、実際に吸い込む煙のほか副流煙が15分間も周囲に害を及ぼすことなど体への影響が大きいことを改めて学ぶことができました。さらに、構内の分煙に取り組むとともに、安全衛生委員会を中心に禁煙活動を行っています。



痛みの相談の施術

また、体を使うことも多い職場なので治療院の方を呼んで「痛みの相談」も実施しています。体が気になる社員に20分間のアドバイスと施術を受けてもらいました。

2021年からはメンタルヘルスのアンケートとカウンセラーによる個別面

談も実施し、家族の病気に悩んでいる社員に対しては、健康相談の対象に社員の家族も含めました。その他には、脳検診と歯科健診に通った社員には費用の一部を会社が支給し、3大疾病保険も会社負担で加入しています。保険金は会社に支払われるものが一般的ですが、早く回復し、職場復帰をして欲しいという思いから、当社では社員が直接受け取れるようにしています。さらに、通院などの利便性を向上させるために有給休暇は「30分」から取得できるようにしています。

取り組みの課題

健康に関する情報提供を継続していますが、各社員の個別の健康づくりに対しては強制せずに個人の自主性に任せている部分があり、全ての社員が健康づくりに積極的に参加できていないことが課題です。また、以前は社員同士のコミュニケーション不足により業務に支障が出ることもありました。

取り組みの効果

全社重点方針のテーマの下、社員同士の声を共有する会議を設け、「共有」→「共感」→「納得」→「共走」のアップデートを実施したところ、良好なコミュニケーションが図れるようにしました。さらに、お互いに声を掛け合うことで心のわだかまりが軽減し、繁忙期には他部門とも協力し合えるようになりました。風通しの良い職場環境づくりに取り組むことで、同じ目標を共有する強い組織にも繋がっていくと思います。



「いい会社をつくらう」のポスター

今後の展望をお聞きました！

当社は主食用から加工用原料米までのすべてのお米を提供するオールライスメーカーでSDGsにも積極的に取り組んでいます。中でも「すべての人に健康と福祉を」というテーマは健康経営にもつながり、社員の幸せ、達成感、やりがいを抜きにして伸びる会社はないだろうと考えます。今後も継続的な健康経営により、いつの時代も一番に選ばれるファーストコールカンパニーを目指します。



代表取締役
中村信一郎 氏

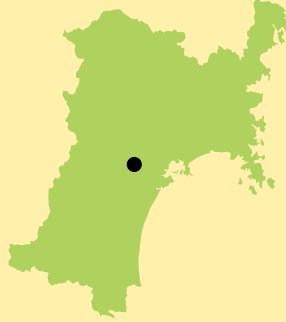
- ◆ 健康経営に取り組み、従業員様が健康で長く働き続けられる職場環境を作ること、従業員様の生産性向上および事業所様の発展も期待できます。
- 健康経営の取組の輪を更に広げるために、来年度も取材を行う予定ですので、取材をご希望の事業所様は、企画総務グループ(連絡先は8ページに記載)までご連絡ください。

株式会社 ミヤックス



- 本 社 所 在 地 宮城県仙台市泉区寺岡一丁目 1 番地の 3
- 主な事業内容 修景遊具環境事業、
オフィスパブリック・施設事業
- 従 業 員 数 35 人

 **健康経営優良法人認定**
2018 ～ 2023 認定 (2021 ～ 2023 はブライト 500)

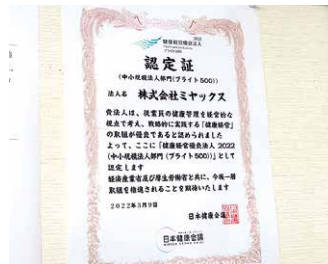


健康経営に取り組むきっかけ

当社は、公園や学校の「遊具」の施工・メンテナンスおよびオフィスや学校の空間プロデュースなどを手掛けており、30代半ばの社員が中心の会社です。

7～8年前に社員の一人が病気で2か月休職したことがあり、中小企業において社員が一人欠けることの重大さに気づき、病気による休職は予測と対策でリスクが下げられると考え、健康経営に取り組み始めました。

また、以前から、健診受診率100%達成だけではなく、婦人科・がん検診受診などにも積極的に取り組んでおり、このような取組を「客観的指標で数値化」できないかと考え、健康経営優良法人認定制度に毎年申請し、6年連続(ブライト500は3年連続)で認定を受けています。



各種認定証

注力している取り組み

自社の特性を持続的に活用できる取組として、昇降式デスクやバランスボールのような機能を持つ椅子をオフィスに導入しています。自然と作業姿勢が改善され、健康への意識も高まり、その実例をお客様にも提案できます。

社員にはスマホを貸与していて歩数計などのヘルスケアアプリと連動させ、日々の食事内容を入力したり、体重を管理したり、個人の健康状態を「見える化」しています。

また、定期的に希望する社員に対し、専門家によるストレッチやマッサージを行っています。現場に直行する社員もいるので、社内SNSで健康関連の話題や毎日の現場情報を共有し、コミュニケーションを図っています。

取り組みの課題

会社としては、PCやアプリで将来の病気のリスクを見える化できる



バランス機能を持つ椅子

ようにして来ましたが、やはり『個人の意識改革』が必要であると感じます。社内ウォーキング運動を提唱したり、トランポリンを置いたりするなど環境を整備してきました。しかし、各個人の意識の低さもあったか、長く続かないことが多かったです。

特に運動に関しては、運動習慣のない人に取り組んでもらうようにするのが困難でしたので、試行錯誤を繰り返す中でハードルを低く設定しながら、地道に取り組んでいます。将来的には、無理なく体を動かせるコーナーも設けたいと模索中です。

取り組みの効果

健康経営優良法人認定という外部評価やコソコソ積み重ねた健康づくりの取組により、「会社がきちんと社員を考えている」と、社内でも認識を高められたと思います。

また、日頃お取引や親交のある40社あまりで「協力会」を作っています。当社での実績を含めた健康経営の良さを発信するために、ノウハウの共有や申請の手助けをした会社のうち1～2社が毎年、協会けんぽ宮城支部の職場健康づくり宣言に登録し、健康経営に取り組んでいます。この取組も評価され、「ブライト500」を3年連続で取得できたのではないかと考えています。



健康状態を「見える化」
できるヘルスケアアプリ

今後の展望をお聞きました！

社員の喫煙習慣を減らし、メタボ予備群も目に見える形で減らすのが当面の目標です。「協力会」では健康セミナーを開いており、地元の会社にも多く健康経営に取り組んでもらえれば周囲の意識も高まり、相乗効果も得られるので当社にも良い影響があると考えます。栗原市若柳に自社の工場があり、当社の遊具を設置している公園が併設しています。現在は、遊具の実証実験や社員の家族のみ開放していますが、いずれは地域に向けたイベントを企画したいと構想中です。子どもたちの遊び場＝周辺環境と調和した空間を提案する会社でもありますので、「運動する楽しさを知る」機会も提供していきたいと思っています。



取締役兼管理部長
高橋文太郎 氏

- ◆ また、健康経営に関してのご相談も随時受け付けておりますので、同グループまでご連絡ください。



ホームページにて「健康づくり 好事例」を紹介しております！

今回紹介しました5つの事業所の取組のほかに、過年度においても「健康づくり好事例集」等として取組を特集しております。協会けんぽ宮城支部のホームページに取組の詳細を掲載しておりますので、ぜひご覧ください。



「職場健康づくり宣言」事業所通信 第6号
(令和4年度作成)

- ①白石ポリテックス工業 株式会社（繊維・プリーツ加工業）
「健康経営」を社内外に発信
- ②株式会社 宮城衛生環境公社（廃棄物処理業）
**社内ストリートコーナー
～健康的な職場環境づくりを目指して～**
- ③株式会社 CYBER DREAM（ICT 教育事業）
歩数チャレンジ（社内イベント）



北海道・東北地方 職場の健康づくり好事例集
(令和元年度作成)

- ①株式会社 介護隊（介護業）
感染症対策の徹底、禁煙外来を活用し禁煙に成功
- ②コスモ警備 株式会社（警備業務、防犯対策）
禁煙者に健康手当を支給、管理栄養士による食生活改善
- ③有限会社 山藤運輸（貨物運送業）
定期健診受診率100%、運動意識改善のための取組
- ④ラコリス 株式会社（土木工事、運輸事業）
禁煙手当を支給、社内報で健康情報を発信



北海道・東北地方 職場の健康づくり好事例集
(令和3年度作成)

- ①ゴリラガードギャランティ 株式会社（警備業）
自動販売機に工夫を凝らし、従業員を健康志向に誘導
- ②株式会社 大伸建設（舗装工事業）
毎日の健康管理チェック表による管理
- ③ハリウコミュニケーションズ 株式会社（印刷業）
**「コミュニケーション」を核とした
心身の健康づくりの実践**



職場健康づくり宣言 好事例集
(平成30年度作成)

- ①株式会社 東海日動パートナーズ東北（損害保険代理業）
**定期健診受診率100% 達成に向けて
がん検診の受診を費用面で援助**
- ②株式会社 仙水フーズ（製造業）
**健康診断後の特定保健指導でメタボリスクを軽減
インフルエンザワクチン接種**
- ③山田運送 株式会社（運輸業）
**健康診断結果から、的確なアドバイスを実施
社内にトレーニングルーム併設**
- ④株式会社ミヤックス（卸売業）
**健康診断結果から「将来の発症リスク見える化」
仕事しながらエクササイズ！（昇降式デスク導入）**
- ⑤株式会社 TAC（保険代理店）
**毎朝の体操で体を動かす習慣づくり
心の健康づくり計画策定**
- ⑥株式会社 阿部和工務店（建設業）
**業務中の階段利用促進で“歩く”を強化
安全衛生推進大会での健康講話**
- ⑦宮崎工業 株式会社（製造業）
**2019年度就業時間完全禁煙に向けて計画策定中
ルルブル運動による啓発・総合型地域スポーツクラブ紹介**
- ⑧一般社団法人 宮城県自動車協会
(ナンバーの交付、封印取付、各種印紙売捌き他)
**メンタルヘルス不調者のための外部相談窓口の設置
職場健康づくり宣言により多様な働き方の実現を目指す**
- ⑨銅谷建設 株式会社（建設業）
**ストレスチェックの実施
血圧計の設置**

ホームページの QR はこちら→

