



株式会社 友美装

- ▶ 本 社 所 在 地／宮城県富谷市成田9-11-1
- ▶ 主な事業内容／職別工事業
- ▶ 従 業 員 数／21名

健康経営優良法人認定／2024認定（ブライト500）



健康経営に取り組むきっかけ

数年前に中小企業家同友会泉支部の仲間から話を聞いて、初めて「健康経営」を知りました。その後、腰痛、虫歯、喫煙などに悩んでいる社員が多いうことに気づき、このままではいけないと考え、本格的に「健康経営」を実践してみようと決意したのがきっかけです。

注力している取り組み

月に一度、外部の専門家を呼んで、身体の仕組みや筋肉の鍛え方などを学び、実際にストレッチ、腰痛体操、柔軟運動、ヨガ、マッスルトレーニングなどの運動を皆で行っています。有給休暇の取得を推奨することにより、虫歯や風邪などの軽い症状でも通院しやすい環境整備に取り組んでいます。社内にある灰皿を撤去するなどの受動喫煙防止対策に取り組んでいます。紙巻たばこを吸っている社員へ、まずは電子たばこへの切替を推奨するなど、禁煙に向けた啓発を行っています。

定期健康診断と同日に歯科検診を実施したり、釣り部会や野球部会を開催したりするなどの取り組みも行っています。これらは、仲間とのコミュニケーションやチームワーク向上を図る良い機会になっています。



取り組みの課題

月に一度の運動だけでは、運動不足解消には至らないと考え、運動動画の制作など現場の社員も含めて日常的に運動できるような取り組みに着手しています。また、「健康経営」の効果を社員一人ひとりに実感してもらうために、仕事の業績だけでなく健康づくりに対する取り組みを評価する制度の導入も検討しています。

その他にも、リクルート効果を高めるために、ホームページやSNSなどで「健康経営」の取り組みをこれまで以上にPRすることを計画しています。さらに、ストレスチェックは、年に1回形式的に行うのではなく、年に2回以上こまめに実施するなど、社員のメンタルケアを強化していきます。

取り組みの効果

腰痛の社員が減り、月に一度の運動を自宅でも実践しているという声が多く聞えるようになってきました。また、有給休暇の取得率が増加し、通院しやすくなったという声も多く聞えるようになってきました。

その他にも、虫歯のある社員や紙巻たばこを吸っている社員が減るなどの効果も実感しています。

今後の展望をお聞きしました！

温暖化の影響により、夏の暑さが年々過酷になっていることから、会社が決めた熱中症対策だけではなく、社員の意見も反映させた新しい熱中症対策を講じていかなくてはならないと考えています。この考え方は、他の取り組みにも言えることであり、今後は幅広く社員の意見を反映させていきたいと考えています。

また、当社のアグリビジネス事業部では、東北・宮城で愛されるせりの生産事業を富谷でも実施できないか方法を模索しています。このような地域に根差した活動も大切にし、社員の健康を守りながら様々な取り組みを行っていきたいと考えています。



代表取締役
熊谷 友紀 氏