

## 04

# かけがえのない存在であることを 従業員一人ひとりに伝えることで 健康への意識が格段に向上

## オストミーサポートセンター 株式会社

平成30年度 健康宣言優良事業所『金』認定  
平成30年度 宮崎県健康長寿推進企業等知事表彰  
優秀健康長寿推進賞

宮崎市清武町加納甲1834-11

TEL. 0985-84-4509

従業員数：11名

■事業内容：ストーマ装具の販売

### ●ここがポイント！

- ☑ 規模の小さな企業にこそ健康経営が必要
- ☑ メンタルの不調が体の不調を引き起こす
- ☑ 残業を減らしたことでパフォーマンス向上

### 健康経営を始めたきっかけは？

健康経営という言葉が存在しなかった20年ほど前に単身でこの会社を立ち上げたのですが、当然のことながら一人なので体を壊してしまうと代わりはいません。だから健康には何よりも気を付けました。1日20本吸っていたタバコをやめたり、ジムに通って体重を十数キロ落としたり。

その後、おかげさまで従業員が増えたわけですが、私たちのような小さな会社にとっては一人ひとりの存在がものすごく大きくて、誰かが急に休むことになって代わりができません。それは私が一人でやっていた時と同じ。だから従業員の健康にはずっと気を遣ってきました。

### 具体的にはどんな取り組みを されているのですか？

ラジオ体操や血圧の測定をしたり、笑顔になるためにみんなでハイタッチをしたり、始めやすいことからいろいろなことをしてきました。



現在は、月に一度、従業員と一対一での話し合いの場を設けたり、ストレスチェックを行ったりするなど、メンタルヘルスに重点を置いています。メンタルの不調は体調不良やパフォーマンスの低下を引き起こしますからね。

健康的なライフワークバランスを保ってもらえるよう、なるべく残業を無くすようにもしています。そんなことをして大丈夫かという声もありましたが、

時間内に仕事を終わらせるよう従業員自ら考えることでパフォーマンスが上がり、売上が下がるどころか逆に良い方向に向いているんですよ。

健康経営は、従業員がいきいきとやりがいを持って仕事ができるようになるための有効な手段です。取り組み続けることで会社の成長につながっていくと実感しています。



## 健康経営の すすめ

代表取締役 柳田 尚享

健康経営を浸透させ、継続していくためには、従業員にその意義を理解してもらうことが大切です。当初はラジオ体操などもやらされている感があったのですが、いかにその人の存在が大きいのか、代わりになれる人がいないのかをしっかりと伝えることで、健康のために自ら動いてくれるようになりました。