

# 株式会社E&Cマクロム

## 企業概要

業態：設備工事業

社員数：167名

代表：代表取締役 堀内 研一

所在地：新潟市西区小針台9-21

HP：http://www.e-macrom.com



## 健康経営に取り組んだきっかけ

社員の皆さんに健康で過ごして欲しいとの思いで始めました。

## 取組内容



### 血圧を定期的に測る

事務所内に血圧測定スペースを設けて、定期的に血圧を測れるようにしました。

椅子に座って測定できるようセッティングし、血圧手帳も横に置いてすぐに記入できるよう工夫しました。



◀血圧手帳など、計測に必要なものを同じ場所にセッティングして、測定しやすいようにしていました

## 工夫したこと

### ●負担感なく取り組める健康づくり

負担なく健康づくりに参加できるように工夫しました。健康講話を安全大会と併せて行うことで、業務を調整しなくても健康講話が聴けるようにし、多くの方に参加してもらえました。



## 取組の成果

今までは健康づくり事業といえば講話を聞くという受け身のものだけでした。血圧測定を勧めることで社員の皆さんが自分で血圧を測るという行為を通し、それぞれが自分の健康に自発的に目を向けてもらうきっかけになったと思います。