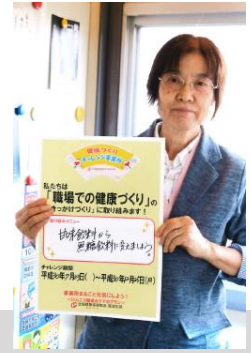


企業概要

業態：電気工事業
社員数：24名
代表：代表取締役 田中 洋介
所在地：新潟市西区小新1310-1



健康経営に取り組んだきっかけ

元気でなければ良い仕事できません。担当者自身、以前体調を悪くしたことがあり健康の大切さを知っており、大勢の人たちにも健康でいてもらいたいと思っています。

もともと健康経営には関心があり、「けんこう職場おすすめプラン」という企画は知っていて、チャレンジの誘いの電話が来たことをきっかけに数年前より取り組み始めました。始めは「全員やるかな？」「何人でもいいから！」と思いエントリーしました。6、7人が手を上げ、協会けんぽから届いた「健康づくりメニュー」を見て「これならやれそう！」という感じで取り組み始めました。次第に周りにも浸透して、最終的には全員が取り組むことができました。

取組内容

甘味飲料から無糖飲料に変える

社員の大半が、入社時や帰社時に甘味飲料を持参していました。職場の冷蔵庫内もジュース類が多かったのですが、取り組みメニューの掲示や朝礼等で周知したら、ほとんど見かけなくなりました。夏場は熱中症対策もあり、麦茶に塩を入れたものを冷やして準備しています。



↑健康まつりの様子。会長特製のカレーライスが振るまわれました

社内健康イベントの実施

平日に健康祭りを開催しました。午前中、「けんこう職場おすすめプラン（高血圧予防・改善コース）」の協会けんぽ新潟支部保健師による健康講話と個別健康相談を実施。普段は各自現場で作業する皆が一同に集まり、わきあいあいとした雰囲気の中、食事を楽しみました。

工夫したこと



外部の専門家（協会けんぽ保健師）に来てもらい、個々に健康相談をしてもらったことが効きました。個々の健診結果等を参考に「けんこう職場おすすめプラン」で取り組むメニューを決めたことにより、意識も高まりました。

取組の成果

数年前から「けんこう職場おすすめプラン」にエントリーしていますが、年々取り組む従業員が増えてきました。甘味飲料から無糖飲料への切り替えを進めたことで、以前は職場の冷蔵庫に炭酸飲料などがたくさん入っていましたが、ほとんど見かけなくなりました。取り組みも年々ステップアップして、従業員にも健康づくりの社風が定着してきています。

また、個人で減量に取り組む社員もおり、目に見えて体型が変わってきている社員も出てきています。