

いわての健康経営実践企業

健康経営アドバイザー活動紹介

vol.1



(順不同)

いい仕事は健康な心身から
アプリ活用でモチベーション高く
〔株式会社 中央コーポレーション〕

経済産業省の健康経営優良法人2021に認定された花巻市の中央コーポレーションは、橋梁、水門、陸間などの社会インフラの整備を設計、製造、据付、メンテナンスまで手掛けています。佐々木史昭社長は若い社員が健康に無頓着であることを心配し、若者が健康を意識した生活に意欲的に取り組むことで、仕事の質も高めてほしいと健康経営に着手。社員一人一人の健康状態を良好に保ち、心の面でも余裕があることが重要だと考え、積極的に健康経営の活動を展開しています。

今年2月には健康管理に役立つスマートフォンアプリ「みんなでチャレンジ」を導入しました。約130人の全社員が▽歩数▽運動▽栄養▽睡眠▽禁煙の中から一つを選んで、5人1組のチームとなります。目標を共有し仲間と励まし合ったり、他のチームに現状報告し競い合ったりすることで、モチベーションが高まり、継続的な活動につながっています。普段、なかなか会うことのない他部署の社員と交流する機会にもなっています。



健康増進の一環として開催している野球大会

4月からはメンタルヘルス対策として、上司と部下が1対1で話し合う機会を設ける「1オン1ミーティング」を実施。信頼関係を築き、本音で話し合える環境づくりを目指しています。



社員総出で毎朝実施しているラジオ体操

創業以来、社員総出で続けている毎朝のラジオ体操も健康増進には欠かせない取り組みの一つです。最近では冬季の事故や転倒を防ぐ体操も加え、足腰を鍛えることでけが防止に役立っています。ほかにもゴルフや野球大会への参加を推奨するなど、楽しく健康づくりに取り組んでいます。

佐々木社長は「自然豊かな岩手で、登山やゴルフを取り入れながら健康増進できるのは幸せなこと」と笑顔で話します。全社員が健康度アップを実感できることを目標に、今後も取り組みを広げていきます。

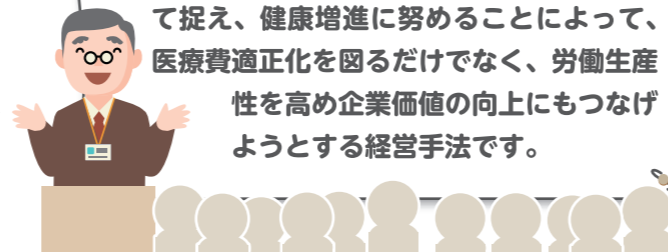
健康経営アドバイザー アクサ生命保険花巻営業所



藤原 喜子さん

佐々木社長が自ら積極的に行動しているからこそ、社員の皆さんがついてきてくれるのでしょう。健康経営実践の先駆けとして、今後もリードしてほしいと思います。これからもサポートを続けて、健康で仕事を頑張ってもらえよう努めてまいります。

「健康経営」とは社員の健康を経営資源として捉え、健康増進に努めることによって、医療費適正化を図るだけでなく、労働生産性を高め企業価値の向上にもつなげようとする経営手法です。



株式会社 中央コーポレーション 代表取締役社長



佐々木 史昭さん

心と身体が健康で、仕事を通して自己実現できることを目標に「健康経営」に取り組んでいます。今後も全社員が健康で生き生きと仕事に打ち込めるように、さまざまなことに挑戦していきます。岩手の豊かな自然を生かしたウォーキングや登山は、特に推奨できる活動だと考えています。

私たちが岩手県民健康応援キャンペーン2021を応援しています

特別協賛



アクサ生命

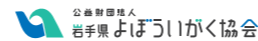
協賛



全国健康保険協会 岩手支部



岩手県商工会議所連合会



岩手県商工会連合会



主催:岩手日報社 ■共催:岩手県脳卒中予防県民会議 ■後援:岩手県、岩手医科大学、協会けんぽ岩手支部、岩手県商工会議所連合会(盛岡商工会議所、釜石商工会議所、一関商工会議所、宮古商工会議所、花巻商工会議所、奥州商工会議所、北上商工会議所、大船渡商工会議所、久慈商工会議所)、岩手県商工会連合会(遠野商工会、陸前高田商工会、二戸市商工会、八幡平市商工会、滝沢市商工会、雫石商工会、葛巻町商工会、岩手町商工会、紫波町商工会、矢巾町商工会、西和賀商工会、前沢商工会、金ケ崎町商工会、平泉商工会、住田町商工会、大槌商工会、山田町商工会、岩泉商工会、田野畑村商工会、普代商工会、軽米町商工会、洋野町商工会、野田村商工会、九戸村商工会、一戸町商工会)、岩手県中小企業団体中央会