



Voice Report

健康経営優良法人
2021認定
中小規模

「社員一人一人の健康が、全社の健全経営につながる」



代表取締役社長 佐々木史昭 氏

- 社名 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
- 本社所在地 岩手県花巻市東宮野目 第11地割5
- 主な事業内容 橋梁水門鉄構業
- 従業員数 135名
- **健康経営優良法人 2021 認定**

取り組みのきっかけ

当社社員の喫煙率が意外に高く、特に若手に喫煙者が多いことが気になっていました。若気の至りで始めた喫煙が自己の人生に取り返しのつかない悪影響を及ぼし、健康寿命を縮めてしまっている可能性があることを若手社員に真剣に考えて欲しかったのです。花巻商工会議所が健康経営優良法人の認証を受け、身近に詳しい情報を頂戴して、これだ！と思いました。アクサ生命のサポートを受けたおかげで、具体的行動指針を示して頂き、大変ありがたかったです。

アプリを有効利用

約130名の社員全員が、①歩数、②運動、③栄養、④睡眠、⑤禁煙、の5つのジャンルから、いずれか一つを選び、5人1組で構成されるチームのメンバーとなってもらい、アクサ生命推奨のスマートフォンアプリ「みんなでチャレンジ」を活用し、日々の活動をチーム内で共有し、お互い励みにしながら、毎日楽しく活動が続けています。各チームの週間総合成績をライングループで共有し、全社におけるチーム及び個人の立ち位置を確認し、モチベーションのアップに繋がっています。

健康関連行事を積極的に開催

従来より毎朝社員全員揃ってラジオ体操を行っています。冬期の転倒防止体操を年間で継続し、当社の特色ある体操としています。春と秋の年2回8～10組程度のゴルフコンペを開催し、令和3年6月は第50回記念大会となります。社員だけでなく取引先の参加者も多く、健康増進に加え、懇親も大いに深まっています。当社には、かつて野球に懸命に取り組んだ社員も多く、花巻鉄工会等の野球大会（軟式）等に積極的に参加し、華麗なプレーを見せています。

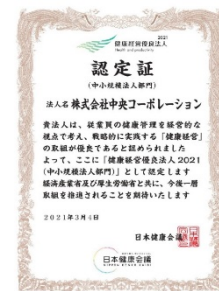


問合せ先・担当者

メンタルヘルス対策・1オン1ミーティングの活用

当社では、安全衛生活動目標として、メンタルヘルスが原因となる欠勤率が0.9%以下となるよう、年間を通してモニタリングしています。当社経営理念に則り、社員一人一人を大切にする経営を心がけ、メンタルヘルスが不調で欠勤が続いた場合でも、一定期間休養し、回復出来そうであれば、違う環境の部署への異動を提案するなど、双方が納得して復帰・活躍している事例が数多くあります。

令和3年4月から、上司と部下が1対1で、仕事に関わらず、どんなことでも気軽に話し合う場を設ける「1オン1ミーティング」を進めています。2か月に1回30分程度、上司は聞き役に徹し、様々な話を話し合うことで信頼関係が深まり、本音で話し合える関係が醸成できると期待しています。自己の健康についてもざっくばらんに話し合い、相互理解を得ながら健康増進に取り組んでいます。



岩手の自然を健康経営の源に

岩手県は自然に恵まれた山や川、海に囲まれた癒やしの空間が豊富です。社長みずから、岩手県内の山登りで自然に癒やされ活力を得ており、社員にも山登りを奨めています。岩手の山は、一番高い岩手山でも標高2,037m、ルートを選べば一日で登下山が可能で、八幡平、姫神山、早池峰山、焼石岳などの名山は標高1,500m前後、半日程度で楽しむことができ、温泉もあります。岩手で生きるとことは自然と共に生きること、社員には岩手の自然を楽しむよう推奨し、健康経営の柱にしています。