

サポート
しています

健康企業
宣言

「チームトクホ」を結成して特定保健指導を完走 若手女性社員を「健康づくり推進担当」に任命

株式会社タカノスマイル

「健康企業宣言」に取り組んだきっかけは？

当社は「人は宝の精神」を企業理念に掲げています。昨年、創業100周年を迎えるにあたり、社員が健康で長く楽しく働けるように健康経営に取り組むことにしました。

チェックシートで見えてきた健康課題は？

健康づくりのための職場環境、食、運動の項目に課題がありました。そこで「健康づくり推進担当」を部署ごとに任命し、月1回会議でアイデア出しをして、健康への取り組みを始めています。若手の女性社員を任命することで、女性活躍の機会になり、社内のコミュニケーションも活性化されています。

具体的に行っている取り組みを教えてください

●週3回朝礼時にストレッチ

毎日の朝礼時に、週3回2分ほどストレッチを行っています。指導役は社員が持ち回りでを行い、全員を巻き込んでいます。また、年6回の棚卸の際はラジオ体操を行っています。

●野菜や総菜を置く社食サービスを開始

健康づくり推進担当の提案で、オフィスに冷蔵庫を置き、野菜やフルーツ、惣菜などを100～200円で気軽に買えるサービスを導入。毎週さまざまな商品が届くので、大変好評です。今は本社ですが、今後は他の拠点でも導入予定です。

●健康的な食事について情報発信

平均年齢36歳と若い社員が多いのですが、朝食抜きで昼はカップラーメン、という人も多いのが実情です。栄養士の資格を持つ社員が「野菜350gの目安」の写真を掲示するなど情報発信しています。

●「チームトクホ」を結成、励まし合って全員参加

特定保健指導の対象になった6名で「チームトクホ」を結成。「土日にウォーキングをしました」「カップラーメンやめました」など各自の取り組みをメールで報告し、励ましたり、時にはいじったりと楽しみながら、誰も脱落することなく参加率100%を達成しました。体重・腹囲の減少など効果が出ていて、今年は全員が特定保健指導の対象にならないことを目指しています。

今後の方針は？

銀の認定を取得後、健康経営優良法人の認定取得を目指しています。やれることをコツコツと積み重ねて、スマイルあふれる健康的な職場にしていきたいです。

本社：東京都江戸川区東松本2-17-9
従業員数：53名（2024年7月現在）
事業内容：電設関係資材の総合卸販売商社
創業：1923年11月

本社▶



「チームトクホ」のメンバー



取締役 営業企画室 室長 寺田靖子さん
購買部 部長 伊藤和哲さん
松戸営業所 所長 馬場富士夫さん
船橋営業所 所長 山本善昭さん
足立営業所 副所長 茂木隆さん
足立営業所 営業担当部長 山浦克浩さん



▲健康づくり推進担当の任命書



▲楽しく階段を登るように工夫



▲野菜350gの写真を掲示



▲禁煙ポスターを喫煙所に掲示



▲「オフィスで野菜」の冷蔵庫

健康企業宣言とは？

企業全体で健康づくりに取り組むことを宣言し、一定の成果を上げた場合は「健康優良企業」として認定される制度です。