

株式会社岡崎土質試験所
（滝町） <https://okazakidoshitsu.co.jp/>

業務内容：地質調査業
従業員数：約15人

健康づくりから、愛される会社へ

健康宣言に取り組み始めたきっかけ

創業から、社員の健康こそが会社の力になると信じ、日々の健康管理を大切にしてきました。これまでの想いを形にするため、健康宣言に取り組むことにしました。

具体的な取組とその成果① 【健診等の受診勧奨・環境整備】

社員の健康を会社の基盤と考え、全社員に人間ドックを実施しています。脳ドックは40歳以上は3年に1回、65歳以上は毎年実施。女性健診も追加しています。また、昨年度からは腫瘍マーカーも全員対象としました。さらに本年度からは受診場所を2か所から選べる体制を整えました。

総務部が勤務時間内に予約や勤務の調整を行うことで、受診率は100%。再検査のフォローも徹底し、こちらも100%の受診率になりました。社員一人一人が無理なく受診できる環境づくりを徹底しています。

具体的な取組とその成果② 【運動機会の促進】

当社では日ごろから運動習慣のある社員が少ないことを課題とし、全社員がスマートフォンで歩数を記録できるアプリ（現在はあいち健康プラス）を活用し、楽しくウォーキングできる機会を増やしています。アプリ上のランキングや1日5000歩を達成した社員への褒賞などを設けることで、継続的な運動習慣の定着を促しています。

また、マンネリ化を防ぐため、毎年12月に社内イベントを実施。今年は従業員を3チームに分け、チーム戦で競う形式にしたところ、昨年に個人単位の取り組みよりも社員の参加意欲や運動量の活性化が見られています。

今後の展望

当社では、全社員対象の健康診断や歩数管理アプリによる運動促進で、受診率100%や運動習慣の活性化といった成果を上げてきました。

次年度以降は、健康診断結果を基に個々の生活習慣改善アドバイスやフォローアップを行い、社員ごとの健康リスクに対応します。また、ウォーキングのチーム戦やイベントに加え、月ごとの目標設定や社内コミュニケーションでの励まし合いを取り入れ、運動習慣の定着とモチベーション維持を図ります。