



従業員の健康で事業所が変わる

# 中小企業の 健康経営®事例集



※「健康経営®」は、特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。



全国健康保険協会 三重支部  
協会けんぽ

# 株式会社 ナヤデン 様



## 企業のご紹介

- 設立1968年(創業1789年)
- 社員数………16名
- 平均年齢………31歳

桑名市に本社を置き、石油製品販売、太陽光機器販売・施工等の事業を展開されています。菜種油の販売から始まり、歴史と共に取扱い商品は石油製品に変わりましたが、歴史と伝統を受け継ぎ、安心と信頼、心あたたまるサービスをお客様にお届けするという姿勢は変わりません。

株式会社ナヤデン様では、社員の皆様の健康づくりに対するモチベーションが向上する仕組みや環境づくりに取り組んでおられます。その中から、健康づくりの取り組みが「健康ポイント」へ反映される健康管理アプリを活用した取り組み等を紹介させていただきます。

## 全社員に健康管理アプリを提供

健康づくりに取り組むことで「健康ポイント」がもらえる健康管理アプリを、事業所が費用負担して全社員に提供しています。

食事内容の写真をアプリへ登録することによりポイントがもらえたり、5,000歩歩くごとにポイントがもらえる等、健康づくりへの取り組みがポイントとして貯まっていきます。貯まった健康ポイントは、ギフト券等と交換ができます。

健康管理アプリを導入してから、「今月は頑張ったからもう少しで500ポイントたまるよ」「私はまだ300ポイントだからもっと歩こう」といった会話を事業所内でよく聞くようになり、社員の間でも健康づくりに対するモチベーションが向上しています。



健康管理アプリ▶



▲事務所内でのラジオ体操

## コミュニケーションの促進の取組

### 「トレーニングタイム」の導入

仕事の合間の短い時間を使い、トレーニング器具のある部屋で手軽に運動ができるように「トレーニングタイム」を設けています。

体を動かしながら会話もできるので、気分転換やコミュニケーション促進にもつながります。



▲トレーニングタイム



▲コミュニケーション交流会

### 「コミュニケーション交流会」の開催

社員が順番に幹事を務めて、交流会を開催しています。

普段はシフト制のため、同じ職場内でも顔を合わせる機会が少ない社員もいますので、定期的開催し、カラオケや食事等を楽しみながら社員間の交流を深めています。開催に係る費用の一部は事業所が負担しています。

# 株式会社 四日市事務機センター 様



## 企業のご紹介

- 創業1974年1月
- 社員数………35名
- 平均年齢………37歳

四日市市に本社を置き、オフィス関連のハード・ソフト等の販売・保守などを行っています。「地域社会に貢献し、健全なる経営と繁栄を目指す。」を企業理念に、地域の活性化にも貢献しています。

株式会社四日市事務機センター様では「TFS (Team family satisfaction、チーム/家族満足度)」の向上を目的に、「思いやりの精神」「助け合いの精神」「感謝の精神」を基にした働きやすい環境づくりに取り組まれています。TFS推進3大プロジェクトとして、これまでに42制度を導入されており、その一部をご紹介します。

## 家族安心・健康支援プロジェクト

### 禁煙手当

社長自身の禁煙経験から、まず「禁煙手当」が作られました。禁煙にチャレンジしている社員に対し、「禁煙手当」を支給するもので、この制度を利用して完全禁煙に成功した社員もいます。さらにチームメンバー全員が禁煙すると金額が増加する、給与明細にも「禁煙手当」と表示されるなど、周囲の協力が得られやすいよう工夫されています。

## ファミリー支援プロジェクト

### 入学おめでとう制度

社員の子育てにおける大変なこと、嬉しいことを共有していきたいという社長の思いから、家族にかかる制度も多く導入されています。そのひとつに「入学おめでとう制度」があり、小学校入学時にランドセルを贈ったり、中学校入学時に制服費用を補助されています。



▲贈られたランドセル

## チームワーク支援プロジェクト

### チーム達成報奨金

中小企業の最大の利点はチームワークという考えのもと、「チーム達成報奨金」という制度を設けています。3人以上でチームを作り、事業所が推奨するスポーツ大会に出場することを支援する制度ですが、社員からも参加したい大会等の提案がされるなど、コミュニケーションのきっかけにもなっています。また、事業所内でソフトボールチームを結成し、大会にも出場されています。

事業所内チームでマラソン大会に出場▶



▲事業所内ソフトボールチーム

