

## 【中小規模事業所】

社員全員でお客様の満足と笑顔を追求するため健康経営に取り組む

### 丸七住宅株式会社



元気いっぱいゴミ拾い活動



#### 会社概要

所在地	額田郡幸田町大字深溝字以立山16-7
連絡先	0564-62-5814
従業員数	65名
認定等	健康経営優良法人2025認定
事業内容	不動産業 不動産の売買・賃貸・管理など、住まいに関する事業を展開しています。

#### 健康経営に取り組むきっかけ

従来から社員の健康や働き方の改善を進めるため、法令や規則を超えた施策の検討・導入を進めてきました。そんな中で「健康経営」を知り、社員が心身ともに健康であることがお客様への優れたサービスにつながると考え、2020年4月に健康宣言を行い、お客様のため、社員のために健康経営に取り組んでいます。

#### 苦労した点とその対応策

ウォーキング推奨活動も健康習慣アンケートも、事務局から継続した働き掛けをしないと参加者が減少するのが現状です。健康経営の施策はどれも強制ではないため、継続して参加・協力してもらえよう地道な声掛けや工夫が必要になります。報奨金も一つの手ですが、こればかりに頼るわけにはいきません。今後の対応策として、ベジチェックのように本人の数値を示し、自分事として認識してもらうことが一つの方向かなと考えています。



#### 取組ポイント①

##### 「健康習慣アンケートから始めた運動奨励」

保険会社の健康習慣アンケートで運動習慣のある社員比率が平均を大幅に下回っていたことから、「あいち健康プラス」アプリを活用したウォーキング奨励活動を始めました。月間5万歩以上の月が年6か月以上の社員に報奨金を支給しており、現在約40名がアプリを活用したウォーキングに取り組んでいます。

#### 取組ポイント②

##### 「外部支援（出前講座）の活用」

従来の出前講座は「聞くだけ」で行動変容につながりにくい課題がありました。そこで、健康に関する専門的な知識を有する行政の力を借り（出前講座）、健康測定（ベジチェック等）の体験も盛り込み実施をしています。体験型の講座にすることで、主体的な行動変容が促され、野菜摂取量の増加が見られたため、今後も継続していきたいと考えています。

#### 健康経営に取り組んだメリット

今年の10月には指針発表会の場を活用して血管年齢測定、自律神経チェック等を全員に行いました。測定会は大盛り上がりで、コミュニケーション活発化の効果も大でした。また健康測定や全社員に毎月メールしている健康情報等により自らの健康への関心が高まり野菜摂取量は増えた一方、禁煙に関しては具体的な行動変容に至っておらず難しさを感じています。

#### 三河地域の事業所に向けたメッセージ

健康経営の活動は目に見える効果がわかりにくいいため事務局として当初の意欲・熱量を持続することが難しく、時には息切れすることも。そんな時、他事業所の事例は大きな力になります。いろんな機会を活用して情報交換できたらと思っています。