

職場の健康づくりを推進するための

健康経営事例集

生き生き健康事業所宣言



実践企業
22社



全国健康保険協会 群馬支部
協会けんぽ



女性社員の提案で立ち上がったヨガサークル



ラジオ体操のサークル

基本情報 株式会社 群協製作所
業 種：金属加工製造販売業
従業員数：50名（男性24名・女性26名）
平均年齢：41歳
〒370-0031
群馬県高崎市上大類町392-2
TEL 027-352-6765
URL <http://www.gunkyo.co.jp>

群馬県
健康経営企業

FILE
05

株式会社 群協製作所

健康づくりは提案型で 社員が自主的に楽しめる工夫を凝らす

おもな
取組
ポイント！

- 女性社員の提案を受けてヨガとラジオ体操のサークルを立ち上げて運動の機会を提供し、社員の健康行動を積極的に後押ししている。
- 「禁煙100%キャンペーン」を企画して受動喫煙防止のその先の取り組みにチャレンジしている。

健康経営導入の契機

社員の健康のもとに会社が成り立っているという考えを基本に、「社員の健康がないかぎり会社は存続できない」と取り組んできました。従業員は最高齢78歳から20歳まで在籍しており、年の差は最大58歳。後期高齢者も若者も男性も女性も、いきいきと長く働ける職場づくりが健康経営の礎であり、「生き生き健康事業所宣言」をしました。

残業はほぼゼロで、定期健診の実施率100%です。健康診断を優先して遅刻や早退も認めています。3Kのイメージが強い業界ですが、こうした取り組みが会社のイメージアップと人材の定着・確保につながっています。

ヨガとラジオ体操のサークルがスタート

「社員が交流できるサークルをつくりたい」という女性社員の提案で、ヨガとラジオ体操のサークルが立ち上がりました。ヨガサークルは週1回、社屋の和室を利用して開催されています。会社からは飲み物やバランスボールなどの用具を提供して社員の健康につながる活動を支援しています。ラジオ体操

は毎日行っています。サークル活動をとおして従業員が親睦を深めており、日常的に運動する大切さを楽しみながら共有しています。

「禁煙100%キャンペーン」を企画

受動喫煙防止のその先をめざして、まずは会社で禁煙のきっかけをつくろうと、今年は「禁煙100%キャンペーン」を企画しました。禁煙期間を2週間（実働10日間）設定し、全社員に禁煙手当1000円を支給します。期間中、禁煙できた人には、そのまま禁煙手当を支給、残念ながらその間に1本でも吸ってしまった人には、手当を返金してもらう企画です。社内はもちろん、帰宅後も禁煙することが条件ですが、自主申告が基本なので、会社で喫煙する姿が確認されなければ禁煙できたとみなします。

これは、たばこの健康被害から社員を守り、健康経営を推進するためのチャレンジ企画です。秋に実施して、新たに1人が禁煙を成功させました。健康づくりは強制ではなく、社員が自主的に楽しんで取り組みたくなるような工夫を凝らしています。