

3 信濃電気製錬 株式会社

事業所概要

所在地	上水内郡信濃町
業種	その他の製造業
従業員数	80名（平成28年3月末現在）
ホームページ	http://www.shinano-sic.co.jp



★ ラジオ体操の継続や筋力測定・歩数計利用により運動習慣定着！

★ 健康づくりの取組で従業員のコミュニケーションも活発に！

健康づくりに取り組んだきっかけは何ですか？

- ▶ 「人材は財産である」という社長の方針で、以前から月1回程度運動に関する行事を開催。従業員の健康について会社がどこまで関わるべきか迷っていた時に、チャレンジ宣言の話があり取り組むことにした。

どんなことに取り組んだのですか？

<チャレンジ宣言取り組み内容>

- ▶ 毎日流しているラジオ体操の継続を、お互いの声掛け、朝礼などで推進
- ▶ ウォーキングラリーで楽しみながら歩数計測。ラリー終了後も従業員のウォーキング管理を継続
- ▶ 「禁煙・分煙」を促進し、喫煙場所を見直し

<その他の取り組み内容>

- ▶ 健康診断と合わせて筋力測定を実施
- ▶ ウォーキングラリーの参加前に歩く講習会を開催
- ▶ 専用サイト「信濃街道ウォーキングラリー」を利用して歩数計測



取り組んでどのような成果が上がりましたか？

▶ 定期健診
受診率 **100%**

- ▶ 従業員の一部に運動する習慣が定着
- ▶ 筋力測定時に受けた正しい姿勢のアドバイスやストレッチ・ラジオ体操などを日常生活において実践
- ▶ 取組が従業員同士の話の種になり、互いに声を掛け合うきっかけとなった
- ▶ グループ企業内での広報誌に掲載されグループ内表彰を受けた

これからどうしていきますか？

- ▶ 食生活を見直したり、睡眠の質の向上を目指したい。

社内で工夫したことは？

- ◇ 多くの従業員に参加してもらえよう、取組を行う日程や時間帯を工夫したり、皆で取り組むという雰囲気づくりを心掛けた