

健康支援を通じて地域を盛り上げる企業へ

第一生命保険株式会社
仙台総合支社



仙台市内のウォーキングイベントで観光名所に立ち寄り自然と歴史を楽しむ参加者

「健康みやぎ」は、健康づくりを応援する「健康宣言」を掲げ、健康増進を推進しています。2019年からスタートしたトレッキングコース「宮城オレレ」体験イベントは、今年4月に4回目を実施。「奥松島コース」の10キロメートルを、お客さまと従業員合わせて約570名で歩きました。山桜などが咲く中、中間地点では地元のお店に協力いただき、軽食のお振る舞いも行いました。参加者の皆さまには、健康増進と地元の魅力再発見と一石二鳥のオレレを楽しんでいただきました。また、昨年11月には仙台市内のウォーキングイベントを開催し、瑞宝殿、広瀬川沿いの河川敷など約7キロメートルを散策。このコースは、仙台に長く住んでいてもゆっくり歩いたことがない、という方が意外と多く、オレレとはまた違う身近な土地の魅力を満喫していただけたようです。

オレレとウォーキングイベントは、回を重ねるにつれてお客さまに浸透し、リピート参加してくださる方も増えてきました。特にオレレについては現地自治体の皆さまとの関係性が深まり、従業員間でも活動が定着してきました。これからのいろいろなコースで企画したいと考えています。春先にオレレ、秋に市内のウォーキングという形で年2回のイベントは、今後も定期的に開催していく予定です。

第一生命保険株式会社 仙台総合支社
健康みやぎ サポーターズ
歩いて健康増進支援

また今年1月には大塚製菓さまとのコラボ企画で女性の身体に関する健康セミナーを開催しました。このように健康関連の商品を扱う企業とタイアップしてイベントを開催するのは、仙台総合支社の特徴的な取り組みです。今後も幅広い世代の方々に参加していただけるよう工夫して継続していきます。



キリンビバレッジさまとタイアップ開催した「免疫カアップの食生活セミナー」の様子

6月には、健康づくりを応援する「免疫力アップの食生活セミナー」を、キリンビバレッジさまと共催しました。免疫力アップにつながる食生活についての講演に加え、好評だった「シセイカルテ体験」です。これは、現在の姿勢を撮影した写真をAIが分析し、身体のゆがみを見える化するものです。約3分で将来の歩き方、未来の姿勢まで測定できます。リモートワークが増える中で日頃の姿勢を気にされている方が多く、撮影後、分析結果にじっくりと目を通していらっしゃいました。



第一生命保険株式会社 仙台総合支社 生涯設計グループ 大橋武敏さん(左) 営業推進グループ 青木裕子さん(右)

従業員・企業・地域に広がる健康経営の取り組み

従業員が心身ともに健康で働ける職場づくりを企業主導で実践する「健康経営」。さまざまな分野の外部講師を招いて講演いただく「心の講習」を、2007年から年2回開催してきました。社外の多岐にわたる分野の話題に触れることが刺激になって、従業員がいきいきと自主的に意見を述べるようになり、会議でもディスカッションが活発になってきています。また2020年には衛生委員会を設け、同時期にストレスチェックも始めました。女性専用の休憩室やパワハラ・モラハラ・セクハラ悩み相談室を設置し、女性の働きやすい環境づくりにも取り組んでいます。現在は来年のプライム500の認定を目指しているところ。今後の課題は発信力の強化です。建設業につきものの3Kのイメージを払拭し求職者へPRするとともに、若い世代にも健康経営へ参加してもらえよう環境づくりを行っていきます。

従業員が心身ともに健康で働ける職場づくりを企業主導で実践する「健康経営」。さまざまな分野の外部講師を招いて講演いただく「心の講習」を、2007年から年2回開催してきました。社外の多岐にわたる分野の話題に触れることが刺激になって、従業員がいきいきと自主的に意見を述べるようになり、会議でもディスカッションが活発になってきています。また2020年には衛生委員会を設け、同時期にストレスチェックも始めました。女性専用の休憩室やパワハラ・モラハラ・セクハラ悩み相談室を設置し、女性の働きやすい環境づくりにも取り組んでいます。現在は来年のプライム500の認定を目指しているところ。今後の課題は発信力の強化です。建設業につきものの3Kのイメージを払拭し求職者へPRするとともに、若い世代にも健康経営へ参加してもらえよう環境づくりを行っていきます。

第一生命保険株式会社
仙台総合支社
〒980-0708
宮城県仙台市青葉区国分町3-1-1
仙台第一生命ビル5F
TEL:022-227-2521



昨秋ウォーキングイベントの受付で行った小児がんについての啓発活動

16年に宮城県と、地域社会の活性化と県民へのサービス向上を目的とした包括連携協定を締結して、間もなく6年になります。県の健康課題の一つであるメタボ解消に向けた取り組み「歩数アップチャレンジ」には、これまで協賛企業として賞品の提供を行ってまいりましたが、今年からは社内でもチームを作ってエントリーする予定です。

歩数アップチャレンジ
参加で社内の健康意識も強化

健康経営勉強会

会場開催 先着40名 ※8月2日に予定しておりました勉強会の延期開催となります。
参加費無料(要申し込み)

従業員の健康管理を経営的な視点で考え、実践する「健康経営」を分かりやすくご紹介する勉強会です。企業の経営者や健康管理者など、健康経営に興味のある方はどなたでもご参加いただけます。

会場参加 河北新報社本館1階ホール
WEB配信 後日アーカイブ配信(要申し込み)
※アーカイブ視聴ご希望の方も申し込みください。

開催日時 10月18日(火) 13:00~15:00(会場受付12:30~)

対象 企業の経営者・健康管理者ほか健康経営に興味のある方

プログラム概要

- 講演①「健康経営に期待される効果」
辻 一郎 教授(東北大学大学院 医学系研究科 公衆衛生学分野)
- 講演②「協働けんぽ宮城支部の健康経営に関する取り組みについて」(全国健康保険協会宮城支部)
- 協賛企業の取り組み...
①「お酢の健康効果と健康経営への活用について」
食酢エキスパート 赤野裕文氏(株式会社Mizkan マーケティング本部)
②「仙台で働く現役世代のために、ジーちゃんバーちゃんが美味しい健康を届ける「ジーバーFOOD」とは」
代表 永野健太氏(株式会社ユカリエ ジーバーFOOD運営)

お申し込み方法 WEBサイトの「申し込みフォーム」よりお申し込みください。
※1社2名様までご参加可能となります。健康経営に関するご質問も承ります。

健康経営勉強会では、健康経営に関する疑問にお答えする、質疑応答の時間を設けています。ご質問と回答の一例をご紹介します。

【質問】
宮城県として、目標とする「健康宣言法人数」などの数値やその達成期限があれば教えてください。

【回答(宮城県)】
宮城県では、産官学が連携し県民の健康づくりを推進する県民運動「スマートみやぎ健民会議」を核として健康づくりを推進しており、2022年9月1日時点で923の企業・団体に一般会員として登録いただいています。また、一般会員のうち構成員または地域住民の健康づくりや、健康づくりを推進する環境整備に積極的に取り組んでいる企業・団体を優良会員として認定しており、2023年3月末までに100企業・団体の認定を目指しています(2022年9月1日時点では18企業・団体)。

宮城県としては、「スマートみやぎ健民会議」を通じて健康づくりの環境整備を充実していくとともに、他団体が行う「健康経営優良法人」や「職場健康づくり宣言」各制度との相乗効果が発揮されるよう関係団体との連携も進め、県内の企業・団体の健康づくりを後押しできるよう努めてまいります。

健サポフレンズ 登録企業 増加中!

「健サポフレンズ」は、職場における従業員の健康づくりに関心のある企業・団体に登録いただく会員組織です。河北新報社が健康経営実践のサポートをはじめ、職場での健康づくりに役立つさまざまな情報をご提供します。

健サポフレンズ登録のメリット

- 「健康経営勉強会」などに、優先的に参加可能
- 「健康経営情報紙」などを職場まで、優先送付
- 健康経営・職場での健康づくりに関する、情報の提供・質問への回答・取り組み支援など
- 登録各社からの情報や取り組み事例を、河北新報特集紙面および特設WEBサイトで紹介

その他メリットたくさん! 詳しくはWEBで!



登録料・会費 無料
その他、健康づくりに関するさまざまなメリットを提供する、双方向の会員組織を目指します。

健サポフレンズ新規登録はWEBサイトから

健サポフレンズ 検索 <https://www.kahoku.co.jp/ad/health-supp/entry/>

今年新たに登録した「健サポフレンズ」の取り組み事例

健康経営優良法人認定を視野に 社内の健康意識浸透を目指す

代表が健診に引っかかったことを機に会社として健康経営への関心を持ち、昨年全員が健康経営アドバイザー資格を取りました。夜型の生活から朝型へシフトしたり、スマホアプリを使って歩くようになったり、従業員の意識の変化を実感しています。事業の中心が企業のメンタルヘルスサポートなので、社内の取り組みもそこに重点を置いています。一例としては、コミュニケーションをしっかりとれる環境づくりのため、雑談、確認を含めた「雑報連相(ざっかくほうれんそう)」を合言葉に、オンライン上に情報共有の場を設けています。現在はお客さまと一緒に健康経営優良法人認定取得を目指しているところ。認定を取った後、どう活用して社内へ浸透させていくかが健康経営成功のカギと考えているので、そこまで共に取り組みながら成果を事業へ生かしていきたいです。

自社で運営するコワーキングスペースは1on1ミーティングにも活用している

15年間継続中の「心の講習」効果で 会議でのディスカッション活発化

従業員の知見を広める社内教育の一環として、さまざまな分野の外部講師を招いて講演いただく「心の講習」を、2007年から年2回開催してきました。社外の多岐にわたる分野の話題に触れることが刺激になって、従業員がいきいきと自主的に意見を述べるようになり、会議でもディスカッションが活発になってきています。また2020年には衛生委員会を設け、同時期にストレスチェックも始めました。女性専用の休憩室やパワハラ・モラハラ・セクハラ悩み相談室を設置し、女性の働きやすい環境づくりにも取り組んでいます。現在は来年のプライム500の認定を目指しているところ。今後の課題は発信力の強化です。建設業につきものの3Kのイメージを払拭し求職者へPRするとともに、若い世代にも健康経営へ参加してもらえよう環境づくりを行っていきます。

株式会社チームクリエーション 中小企業管理職のマネジメントサポートのための研修、1on1ミーティングをメインに、健康経営の促進、ストレス軽減による生産性向上を目指すオンラインメンタルヘルスサービスを提供。
宮城県仙台市太白区長町6-8-36-101 TEL:022-765-0019

東北黒沢建設工業株式会社
1979年創業。解体工事をはじめ、建設廃材のリサイクル、有害物質の除去工事、曳家工事など、東北6県中心に幅広く請け負う。
宮城県仙台市若林区卸町東4-4-28 TEL:022-288-5996

お問い合わせ 健康みやぎサポーターズ事務局(河北新報社営業局営業部) TEL:022-211-1318 10:00~17:00(平日のみ) 企画・制作/河北新報社営業局