

# 従業員の健康づくりを多方面からサポート



## 株式会社院南組

業種：総合建設業

従業員数：21名

所在地：三重郡菟野町

### 令和5年度の具体的取組

- ① 健康診断受診率100%と健診結果で要再検査に該当する従業員へ個別に文書で受診勧奨。
- ② 野菜摂取量が数値で測定できる「ベジチェック®」を使用し、摂取レベルを「見える化」。事前に野菜摂取に関するアンケートを実施し測定結果と比べて、1か月後に再測定。事後アンケートにより野菜摂取への意識付けを行いました。
- ③ 社内で収穫したジャガイモを利用して災害時の炊き出し訓練を行い、親睦を深めました。



※「ベジチェック®」は、カゴメ株式会社の登録商標です。

### 令和5年度の取組成果

- ① 「再検査のための有給休暇制度」「再検査費用会社負担制度」を利用して再検査を受けてもらいました。早期発見、早期治療で長期休暇を取らなくてもよいように受診勧奨を行っています。
- ② 1回目と2回目の野菜摂取レベルの平均値に変化はなかったものの、中央値・最頻値に関しては共に4.7から4.9とレベルアップしました。「野菜摂取量が目で見えるのがおもしろかった」「2回目に数値が上がってうれしかった」など好評でした。「測定値が高い人がどのような食事をしているか知りたい」と要望があったため、高い評価だった2名に、数日間の献立を撮影してもらい社内で共有し、測定とアンケートの結果を配布しました。
- ③ 廃材で作った簡易コンロに火を起す役、カレーを作る役など適材適所、役割分担してスムーズに実施することができました。日頃のチームワークとコミュニケーションの良さを改めて感じたイベントになりました。



### 今後の取組

令和6年から運動機会の増進に向けた取組を積極的に行っていくこととしています。

- ①「運動目標の設定で体を動かす意識付けを行う」  
自分が可能な運動目標を令和6年1月に設定し、達成度を6月と12月に確認します。
- ②「運動に関するイベントを積極的に紹介し参加を促すことで身体を動かすきっかけを提供する」  
5月開催のWEBウォーキングイベントに会社としてエントリーしました。  
今後もさまざまな運動イベントを紹介していきます。

「全員が心身ともにいつまでも元気でいきいき働くことができる職場」を目指し、従業員の健康づくりのサポートに取り組んでいきます！