

サンベ電気株式会社



サンベ電気 安達社長（左）
松江保健所 曳野部長（右）

所在地：松江市

社員数：29名（7月末現在）

令和4年度健康づくり活動
表彰職域部門にて、圏域会
長賞を受賞されました。



活動の経緯・目的

平成20年度から活動開始。社員のコミュニケーションの活性化と運動不足解消のため、年に1回全社員が集まる宿泊研修の際に半日程度スポーツレクリエーションの時間に充てることからスタート

研修を通して社員一人ひとりが相互の親睦を深め、更なるチームワークの強化を図る。また、健康優良法人として日頃の健康づくりが業務改善へつながっていくことを学ぶ。

取り組みを紹介します！

運動

R2,3年度はコロナ禍で中止していたが「運動機会増進アプリ」の活用を社員全員に知らせ運動を奨励した。今年度は感染対策を十分にとり再開し、カローリングを体験。また、研修では毎年異なる軽スポーツ（ミニ運動会、ペタンク、ソフトバレー、スナックゴルフ、カッター等）を実施することでマンネリ化を防ぎ様々な運動を体験できるようにしている。

社員向け研修

協会けんぽの健康づくり出前講座「ストレス解消のコツ」を実施

その他

- ・たばこ：ポスター掲示、たばこ対策取組宣言を実施
 - ・歯と口腔：事業所用の歯周病健診の参加推奨
 - ・心：心の健康に関する相談窓口の周知
 - ・がん検診、各種健診：事業所内にがん検診ポスターを掲示、再検査・精密検査が必要とされた従業員への受診勧奨。
 - ・治療と仕事の両立：治療のために柔軟な休暇取得（時間単位での年次有給休暇制度など）が可能、男性社員の育児休暇取得。
- 第6回しまねいきいき雇用賞受賞 ○ヘルスマネジメント認定事業所 ○健康経営優良法人2022認定
○しまね☆まめなカンパニー

活動の成果

この活動で3年前にスポーツ・エール・カンパニーの認定を受けました。社員同士のコミュニケーションが増え、体を動かすことで従業員自身の健康への意識付けに繋がっています。無理のない活動を継続することが大切。今後も続けていきたいと思っています。