

健康長寿への取組み

社 名 有限会社生目緑地建設
設立年月日 昭和 52 年 4 月
資 本 金 800 万円
代 表 者 代表取締役 松浦龍次郎
従 業 員 27 人
事業内容 造園工事業 土木工事業 とび・土工工事業 舗装工事業 解体工事業
建築工事業 鋼構造物工事業 舗装工事業 石工事業 しゅんせつ工事業
水道施設工事業

弊社では、県が掲げる「健康寿命の男女とも日本一」にする目標に賛同し、健康寿命中でウエイトの大きい「労働時間」中の健康増進が重要と考え、又、社員さんあつての会社経営であることから従業員の健康増進に取り組むことは企業としても投資と捉え、併せて企業の生産性・収益性の向上を図る「健康経営」環境整備に取り組んでおります。

また、弊社では「働きやすい職場、福利厚生充実度」の“県内業界 NO.1”をスローガンに
い
ろ
ん
な
取
組
み
を
行
っ
て
お
り
、
そ
の
一
環
と
し
て
健
康
長
寿
推
進
に
も
取
り
組
ん
で
お
り
ま
す。

1. 定期健康診査の受診率 100%

社内回覧、会社貸与の携帯電話で無料アプリ LINE を活用し、担当者が希望日の聞き取りを行い、勤務時間内で受診日を決定し 100%受診して頂く環境を整備しています。その後、「検診が近づいています」の再度案内を行っており、健康指導または特定保健指導実施の場所の提供、随時再検査の奨励も行っております。健康課題の把握に関しては、定期健康診断検査通知表を、本人分と事務所控えと 2 部頂き健康状態を把握するようにし、担当者が中心となり健康経営を実施することを通知し、健康づくりに取り組んでおります。

2. たばこ対策の取組み

弊社は、全国健康保険協会宮崎支部が行っている健康宣言事業所に登録しており、禁煙に取り組む宣言をしております。

喫煙場所を屋外に設置し、事務所内の喫煙を禁止しました。喫煙が引き起こす自身への影響や、周囲への害を周知することを継続し、今後は敷地内禁煙への取組みを考えております。

3. 食生活の改善に向けた取組み

県が啓発している「ベジ活（野菜を積極的に食べる）」や「へらしお（減塩）」を実施しました。

弊社は、全国健康保険協会宮崎支部が行っている健康宣言事業所に登録しており、令和3年度の健康機器レンタル事業に申し込みを行い、野菜摂取量測定器ベジチェックを活用して従業員への野菜摂取への意識付けを図りました。

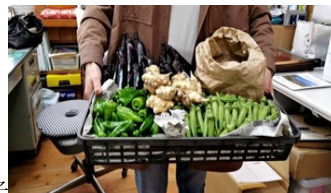
ベジチェックを行ったことで、現状が数値として現れるので「野菜を摂る!!」という意識のもと、食事をするように変化が表れました。

中には、家庭菜園で育てた野菜を持参し皆に配ってくれる社員もいてベジチェックは社員一人ひとりの意識の向上になったと思います。また、自身では十分に摂れているつもりが、思っていたほど基準値に達しておらず、自身の摂取量の目安が具体的になり、食事のバランスと内容を見直す機会となり、同時に「へらしお」にも取り組むという健康増進に繋がりました。

また、昨年度の内容で足りなかったものに力を入れたいと考え、歯科健診の推進にも取り組みました。取組み内容は、歯と口の健康づくりに関する食後の歯磨きを推進しました。こちらは、事務所内と現場での環境の違いがあり、なかなか思った通りには実施できていませんが、環境を整えながら今後「8020運動」と併せて取り組んでいければと、考えております。



ベジチェックの様子



差入れの野菜

4. 社内のコミュニケーション

心の健康を増進するため、社員のコミュニケーション・融和の場として、毎年社内旅行や新入社員の歓迎会、慰労会を実施していましたが、残念ながら近年はコロナ禍の影響で自粛し、中止にせざるを得ない状況でした。しかし、今年度はまん延防止が解除され、9月30日に宮崎県独自の緊急事態宣言も解除となりましたので、年末に実施する忘年会の時期をコロナが少しおちついていた11月にずらし「宿泊型の新入社員歓迎・慰労・忘年会」を実施しました。社員からは、温泉にも入り、伊勢海老も食べ、家族とゆっくりした時間を皆で共有出来て楽しいひと時を過ごせました。といった意見を多く頂きました。



「宿泊型の新入社員歓迎・慰労・忘年会」の様子

5. 運動習慣の改善のための取組

運動習慣の改善や社内でのコミュニケーションをとる場の不足が目立ってきたため社員の趣味をきっかけに釣り・マラソン・ゴルフクラブを設立しました。リフレッシュする機会づくりを行うことにより社内が明るくなりました。心の運動習慣改善で健康増進、体の運動習慣改善は SALKO にて予定しております。令和 4 年は県公式ウォーキングアプリ「SALKO」を会社が支給している全てのスマホにダウンロードし、活用率 50% 以上を目標に健康意識の高揚を図ります。



「釣りクラブ」夜釣りの様子

6. 休暇取得制度

このように、健康経営や仕事と生活の調和の実現に向けた働きやすい職場づくりに取り組んだ結果、昨年、特に優れた企業が認証される「ひなたの極」を取得することができました。

更にノー残業デーに加え、今年度より会社からのプレゼントとして「バースデー休暇」を導入しました。この休暇は、誕生月に特別休暇を取得できるもので、社員の毎年特別な日に、家族との充実した時間を過ごしてもらえることを狙いとしています。

今年度の取得者は、2名とまだまだ全員が取得するまでには至りませんが、これが当たり前前に取得できるような環境づくりに取り組んで参りたいと考えております。

7. 今後の取り組みについて

さらに働きやすい職場になるように、社内制度の見直しを随時行っていきます。

ワーク・ライフ・バランスや QOL (クオリティ・オブ・ライフ) の向上ができる仕組みをより充実させ、引き続き「働きやすい職場、福利厚生充実度」の“県内業界 NO.1”を目指し健康長寿社会づくりに貢献できる会社を創って参ります。