

取組み分野

健康教育

運動

健診・検診

ペーパーディスプレイで売れるを創造する



所在地: 摂津市

業務内容: 製造業、卸売業

従業員数: 42名(20名+22名)

URL: <https://masspack.co.jp/>

ツキイチ保健室

健診結果についての説明やアドバイス、体組成や血圧測定、悩み相談、ツキイチニュースによる健康に関する情報提供など、心と体の両面について保健指導を実施しています。定期健診に加え、特別な測定器により、健康状態を把握し、希望者には、自律神経検査、体成分分析装置で計測を行い、自分の状態を知って改善してもらう機会を提供しています。

また、理学療法士による「安眠のすすめ」や「自律神経について」等をテーマとしたセミナーを開催しています。そのほか、健康課題は一人ひとり異なりますが、「私の健康宣言」を行い、目標に向けて取り組んでいます。



セミナーを受講する様子

健康経営プロジェクト委員会による活動

社員によるプロジェクトメンバーを中心にさまざまな活動を行っています。

■社内報の発行

社員全員が少しでも自分の健康について考える時間を設けることを目的とし、月に一度健康に関するテーマで、社内報を発行しており、「寒さに負けない心と体をつくろう」、「熱中症予防対策」など、季節に合わせた内容も題材にしています。

■運動に関する活動

毎朝、ラジオ体操を実施し、体操のそれぞれの動きにどのような健康効果があるのかについて分かりやすいポスターを掲示しています。昼休憩には、ラジオ体操、縄跳び、ウォーキングを実施。そのほか、休日の歩数を競い合う「歩数計チャレンジ」やボーリング大会を実施しています。

■その他の活動

世界禁煙デーのポスターを掲示し、社員に禁煙啓発を行っています。取組みの一部は、外部サイトでも情報発信し、さらに治療と仕事の両立に対する取組みとして、がん手術と治療のため出社できない社員に対しては、リモートワークで対応しています。



体成分分析装置で測定する様子



昼休憩で縄跳びをする様子