



丸和工業株式会社

所在地: 東大阪市

業務内容: 建設業、製造業

従業員数: 約140名

URL: <http://www.maruwa-kogyo.com/>

取組み分野

健康教育

運動

健診・検診

### 健康講話や社内報等における健康教育

毎月1回の安全衛生委員会では、産業医による健康講話を実施しており、時期に合わせた話(熱中症やインフルエンザ等)や生活習慣病などを取り上げ、健康への意識づけを促しています。

また、社内報には、「魚をたべましょう」、「メッツ表の活用」等、健康に関する情報を掲載しています。そのほか、健康維持のために実施していることを従業員にインタビューし、掲載しています。身近な人の取組みを知ることで、自分の身体も見直してもらうことが目的です。

毎月、保健師が発行する「健康だより」も掲示板に掲載しています。



社内報に健康に関する情報を掲載



### 個人指導の取組みと階段利用の促進

従業員の「健康寿命を延ばす」ことを目標に、健康診断に基づく健康指導、食事指導、体力強化の為に筋力指導を、業務時間中に月2回、1回あたり1時間半で個別に実施しています。

月2回の実施だけでは、運動頻度としては少ないため、自宅でもできるようなストレッチ等も指導して、運動習慣をつけてもらえるよう努めています。また、運動指導の前には、体成分測定装置を使って筋肉量や体脂肪量を測定したり、食事記録アプリを活用した食事指導も行ったりと、様々な方法から健康寿命を延ばすアプローチを行っています。

また、「運動する時間がない」という声から、少しでも運動する機会をつくろうと、事務所の階段に消費カロリー表示ステッカーを貼付しました。毎日の階段利用を楽しくするとともに、カロリー消費が見える化され、階段利用の促進に繋がっています。



階段に消費カロリー表示ステッカーを貼付



社内ジムを完備

### 健診にかかる費用を全額会社負担

健診にかかる費用を全額会社で負担しています。腫瘍マーカー検査や乳がん・子宮頸がん検診などのオプション検査はもちろん、希望者には胃カメラ検査、各種超音波検査も会社負担で実施しています。また、保健指導対象者には、本人に声掛けをして、保健師との面談を行っています。