

## 社員の健康に胸を張れる環境づくり

プラントメンテナンスや住宅新築・リフォーム、公共工事など、建物づくりをしている会社。社員全員が健康でいられるよう、日頃の業務の中に健康活動を取り入れています。

### 企業データ

- ・西条市朔日市892
- ・業種 総合建設業  
「声を聴く 西条に還す」を心に築いていきます！
- ・社員数 18名（令和3年9月時点）

インタビュー対応

(左)会長 宮嶋さん

(右)営業部 佐伯さん



### 1 朝一番！ 毎日のラジオ体操

毎朝8時から外でラジオ体操を実施しています。現場で長年実施していたことを事務所にも導入して早4年。社員からは「筋力がついた」「仕事への切り替えができる」ととても好評で、雨の日に自主的に実施する社員もいるほど！

オリジナルのたすきを作り、前に出てラジオ体操をするリーダーを日替わりにしています。次の日のリーダーへたすきを託すことによって、コミュニケーションや連帯感の向上を密かに狙っています。

ラジオ体操の時間を計算すると年間13時間にも。その時間を大切にしようとR3年度にラジオ体操の勉強会も実施しました。



“宮嶋組ラジオ体操のたすき”



ラジオ体操の様子 晴れている日は屋外で、2022年2月からは雨の日も木工場でラジオ体操をすることになりました。

今日から始める  
健康づくり2021

### 2



健康大会の様子

### 健康大会を開催し、健康学習会をしています

社員が健康について学習できる場『健康大会』を年に1回、業務時間内に開催しています。宮嶋組だけでなく、協力業者の方にも参加いただいています。毎年テーマを決めて開催しており、R2年度は食事・水分の取り方について、R3年度は正しいラジオ体操の仕方について講師を招き、見て・聞いて・体験することで学習を深めています。

# 3



WBGT値チェックモニター

## お互いで熱中症予防

夏の現場作業は暑く、熱中症にならないために意識して予防する工夫をしています。

例えば、安全会で「〇分に1回は5分休憩を取り、適宜、飲水を促す」など注意喚起を行っています。冷蔵庫にはお茶やスポーツドリンクを常備し自由に飲めるようにしています。

また、外の目のつきやすいところにWBGT値チェックモニターを設置し、一目みて職員自身が危険を察知し、熱中症を予防するための行動や熱中症ではないか自己判断できるようにしています。



今日から始める  
健康づくり2021

# 4

## 健康を目指す社員へ

年に1回、健康診断の結果を元に保健師との個人面談を社員全員に行っています。宮嶋組担当の保健師と、身体や心の健康だけでなく、1年間の変化や成長をお話できる場になっています。年末には、健康状態の数値改善や健康づくりに対する努力が見られる社員に対して『健康賞』を授与し、社員のモチベーション維持につなげています。

また、社員やその家族のインフルエンザの予防接種費用を助成して、感染症対策のサポートもしています。



## いい会社づくりに向けた取り組み

宮嶋組は“社員とその家族を大切にすること”を理念の一つに掲げています。健康に気を付けることは自分の事を大切にすることですが、忙しさに追われておろそかになることもあるかと思えます。業務の中に健康になることを取り入れて、無理なく自然に健康になれる工夫をしていきたいです。

## POINT

- ✓ラジオ体操で心も体も健康に
- ✓最新の健康情報が入ってくる
- ✓健康安全第一にしています
- ✓健康を目指すあなたを応援

## 保健師MEMO

会長さんと職員さんの壁がなく、どんな些細なことでも意見が言い合える職場。日ごろから職員さんの意見を大事にしているようでした。

健康で長く働いてもらえるように、職員目線で健康を広く捉え、同期会の開催や住居の手配まで支援されているのには、驚かされました。アットホームで笑顔溢れる場所に居心地の良さを感じることができました。

(取材：2021年9月)

