



## バリューアディッド・ジャパン株式会社



### 社員のスポーツ活動の推進と健康維持への取組を推奨

始業時のラジオ体操の実施、スタンディングミーティングの実施、ミーティングスペースの椅子をバランスボールに変更するなど、運動不足の改善や体感トレーニングを日々の勤務時間中に取り入れる事による運動機会を推奨している。

また、新たにオフィス内にエアロバイクを設置し、社員が運動不足の改善や健康維持に取り組むことができる環境を提供推進している。



## 株式会社バリュー・エージェント



### 社内でのストレッチ・階段利用推奨 駅伝・トライアスロン大会への参加

朝礼時に各事業所でストレッチ、階段利用を推奨・実施している。

また、週に1度皇居ラン&ウォーキングを実施するほか、企業対抗駅伝やトライアスロン大会にも参加し、スポーツ活動を通して社員の交流と健康向上を推進している。

# VALUE HR

## 株式会社バリューHR

生活習慣バージョンアップチャレンジ  
くうねるあるく



### 皆で生活習慣改善イベントに参加、 団体対抗ウォーキングを実施

生活習慣バージョンアップチャレンジ「くうねるあるく」のイベントを開催している。

イベントに参画する健康保険組合の組合員とともに従業員も参加し、団体対抗ウォーキングを年2回実施している。

参加者のスマートフォン計測データの歩数を専用アプリ経由でWEB画面に反映している。

また、ランキングに応じたインセンティブを付与するなど、従業員を含めた参加者の運動習慣の定着を支援している。



## PHC株式会社



### 社員の「健康意識」と「職場コミュニケーション」の向上を目指し健康イベントを企画

1人でも気軽に参加できる健康イベント（ウォークラリー、オフィスヨガなど）と、チーム参加型の健康イベント（AJTA、ソフトバレー、リレーマラソンなど）を各事業場の特性に合わせて開催している。AJTAは一事業場で100チームを超えるほど盛んで、6人のチームが100個の玉全てを入れ終わるまでの時間はわずか20秒（過去最速は14.4秒）である。第2回企業交流AJTA大会2019では見事優勝を収めた。



## 株式会社ピーエスシー



健康維持増進、組織を超えたコミュニケーションの活性化を目的とし、  
全社運動会や各種スポーツ活動を実施

全社運動会（健康経営の一環で、社員の運動意識を高めることや、スポーツを通じた他部門とのコミュニケーションを図るために開催）、スポーツサークル活動（9種類のスポーツにて毎月1回活動を実施、ITS健康保険組合主催の大会に参加）、PSC体操の実施（朝礼の際に肩甲骨などの上半身のストレッチを中心とした独自の体操を約3分間にわたって実施）を実施している。



## BSP社会保険労務士法人



健康経営最前線!社会保険労務士事務所から全国の事務所に健康を発信します。食事、睡眠そして運動のすばらしさを共有する社会保険労務士事務所

健康経営を率先し、残業の禁止や有給の使用の励行など、労務管理上の健康管理を進めるほか、運動の大事さも従業員と常に共有している。季節ごとに、従業員の歩数競争でトップ成績の者に対して、ウォーキングボーナスを支給。スポーツのすばらしさを折に触れ話し合い楽しんでいる。



## 株式会社ビジネス・ブレイン



仕運健の三位一体

平成30年度に「ビジネス・ブレイン運動部」が発足し、マラソン大会への出場やスキー日帰り合宿、アーチェリー等、日頃の事務業務から離れ、身体を使う機会を定期的に持っている。

季節に合わせてスポーツの機会をこれからも作っていく予定である。



## 株式会社ビックカメラ



アスリートの雇用及び普及推進活動  
(女子ソフトボール、陸上競歩)

女子ソフトボール、陸上競歩の選手を雇用し、活動支援を行うとともに、各競技の社内応援ツアーを開催し、従業員がスポーツに触れる機会を設けている。

また、市区と連動し小中高生を対象にしたスポーツ教室を実施。

技術力向上、基礎体力構築に向けた取組を積極的に行っている。



## 株式会社ファモサライフ



出社・営業先訪問など、最寄り駅から  
徒歩20分以内の距離は「歩きましょう」を推進

会社全員の健康促進として、社長も含め、社員全員に出社、営業先へ訪問する際、最寄り駅から徒歩20分以内の距離の場合、車、バス、自転車などを乗らずに、「歩きましょう」というプロジェクトを実施している。

月初めに感想を話し合い、健康以外、全員の結束力を高める。



## 株式会社フィナンシャル・エージェンシー



部活動・サークル活動支援、社内プロ選手の  
活動支援のほか、スポーツ交流会などを実施

2013年より、誰でもサークルや部活を立ち上げることが出来るアスリート制度を制定し、5つの部活が活動している。

2018年にはバスケットボール3×3分野でプロデビューを果たした従業員もおり、活動支援として遠征費用等の支給、業務支援を行っている。

2019年より就業後にスポーツ交流会を開催しており、運動不足解消など従業員の健康増進に加え、部門や役職を超えたコミュニケーションの活性化にもつながっている。



## 株式会社 FiNC Technologies



全体トレーニングやクラブ活動推進により  
楽しく運動習慣を身に着ける。

全社で実施するウェルネスタイムや部活の推進により楽しく運動習慣を身につける全体朝礼時にウェルネスタイムを実施。社内のトレーナーが姿勢改善やストレッチなどトレーニングを従業員に対して毎週実施している。

また、運動強化週間(ウェルネスウィーク)を毎月設け、ウォーキング、テニス、ヨガ、ボルタリング等に希望者が各部活に参加することができ、部署関係なく集まる仲間とコミュニケーションの促進にも寄与している。



## 株式会社フォーイト



毎朝社員全員でのラジオ体操を実施しているほか、  
社員自ら部活動に取組み健康意識を高める

体の目覚めとコミュニケーションを促進させるため、毎朝全社員でラジオ体操に取り組んでいる。適度な運動により心身共にリラックスした状態で仕事に取り組めることから、作業効率が良くなっている。

土日は自発的に社内部活動に参加し、普段かかわりの少ない社員と汗水流すことで、チームワーク作りと健康意識を向上させている。



## 株式会社フォーバル



### パラアスリートの雇用や実業団バレーボール部の運営、クラブ活動を積極支援

パラリンピック正式種目であるボッチャBC 3クラスの高橋和樹選手を雇用し、パラスポーツを支援している。

実業団バレーボール部「フォーバルボンズ」を運営。BONDS (絆) という名には、社員や家族、社会などスポーツを通してさまざまな絆を深めていきたいという願いを込めている。

さらに、ボルダリングやフットサル、テニス、釣り、野球などのクラブ活動を支援し、運動習慣の促進とともに社員のコミュニケーションづくりを推進している。



ラーメン・定食  
いつでもできたて熱々！あなただけの街の食卓です。

## 株式会社福しん



### 健康経営による健康意識向上の第一歩

全社ではなく工場一丸からのスタートだが、全社一丸へ向けて躍進していく。

まずは、朝礼時のラジオ体操とスタッフ全員に歩数計を持たせ、年間集計による表彰と商品を用意してモチベーションアップに繋げていく。



## 株式会社フジクラ



### ザ・コーポレートゲームズ東京に参加

第1回から継続してザ・コーポレートゲームズ東京に参加している。年々参加者数が増え、リレーマラソン、ボウリングに加え、今年度はフットサルを加えた3競技で40名を越える参加者数となった。大会後に互いをたたえ合い美味しいお酒を飲み交わすのも楽しみのひとつとして堪能した。コミュニケーションの活性の場として盛り上がっている。来年度は更に参加人数と種目を増やして参加を計画している。



## 藤倉コンポジット株式会社



### スポーツで心と体をリフレッシュ、みんなの健康増進を支援

ゴルフ、ボウリング、登山、バスケット、フットサルなどスポーツイベントの実施を奨励し費用補助している。

また、地域のソフトボール、バドミントンなどスポーツ大会に会社代表チームを結成し参加している。

さらに、ノルディックウォーキングを推奨し、インストラクター指導のもと希望者にポールを貸与し実践している。

加えて、希望者へウェアラブル活動量計を配付し、健康管理ポータルサイトを併用して健康管理と運動習慣への意識向上を推進している。



## 株式会社フジサワ・コーポレーション



なでしこリーグチーム支援と環境保全の両立及び  
フットサルの実施等多様なスポーツを通して社内の活性化

製造業を営む上で避けることができない端材を活用してステッカーを制作し、スフィード世田谷（なでしこリーグ）に提供し運営に役立ててもらっている。  
また、フットサルの開催、富士スピードウェイで行われるママチャリグランプリへの参加など、社員の発案で気軽に参加できるスポーツイベントを実施している。



## 富士通エフ・アイ・ピー株式会社



誰でも気軽に取り組める  
健康づくりを推進

手作りDVDによる筋トレメニューの紹介、ポスター掲示による階段利用の促進、VDI対策等、誰でも気軽に、継続して取り組むことのできる健康づくりを推進し、社員一人ひとりの健康意識の向上を図っている。



## 富士ネットシステムズ株式会社



スポーツ活動の応援、アスリート及び  
指導者の積極的な雇用の推進

アスリートの雇用を推進し、採用後もスポーツ活動への取組を積極的に応援している。  
アスリート選手やコーチ、指導者の練習日、試合日や指導日は全従業員やお客様の理解を得る職場環境の構築に取り組んでいる。  
アスリート社員が所属するアメリカンフットボールチームの試合の時、当社の従業員やその家族は試合会場に行き、応援している。



## 株式会社フュービック



シーンに合わせた「健康増進プログラム」で人の未来を  
大きく、応援する。健康的に歳を重ねる習慣に革命を起こす!

コミュニケーション活性化・健康増進を目的に、社内部活・スポーツ朝礼などイベントやオフィス内など様々なシーンで、1,000人のストレッチトレーナーが考えた「健康増進プログラム」を提供している。  
社員の9割が元アスリートのため、スポーツ経験を活かした取組を積極的に実施。過去1万人以上の健康増進の場をサポートしている。

## ブリヂストン健康保険組合



毎日の歩数を個人やチームで楽しく競いながら  
記録するウォーキングキャンペーン

個人またはチームで、1日の目標歩数を5,000歩に設定し、約2か月間毎日の歩数を記録する。  
総歩数に応じてポイントが付与され、景品と交換できるキャンペーンを実施した。

## BRIDGESTONE

### ブリヂストンスポーツ株式会社



スポーツを通じて世の人々を  
健康・幸せにし、夢を提供

従業員へのスポーツを通じた健康づくり機会の提供のため、年間3日間のスポーツ休暇制度を導入。  
また、バランスボールを椅子にした「健康的な会議室」やコンディショニングスペースの設置、社内でのポッチャ体験会の開催など、社内ですポーツに取り組める環境も整備している。



### 有限会社プレミナ



「目指せ月間100万歩!みんなで歩こう  
プロジェクト」の実施

1日1万歩、1ヶ月間でスタッフ合計100万歩を目標に、パソコン作業が多い事務局スタッフが積極的に体を動かす機会となるように実施している。

主に通勤時間の階段の利用に加え、業務中にも意識的に体を動かすなどこまめな運動を日々心がけている。

月間目標達成で社長から報酬が出ることに加え、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会開催もモチベーションUPに繋がり、社内の円滑なコミュニケーションに役立っている。

## FRONTIER CONSTRUCTION

### フロンティアコンストラクション&パートナーズ株式会社



ザ・コーポレートゲームズへの参加、  
社内クラブ活動への支援

企業対抗のスポーツ大会である『ザ・コーポレートゲームズ東京』に初開催の2014年から50人以上の規模で参加。職場で任意のチームを結成、当日は揃いのTシャツを着用してリレーマラソンや綱引などなど4種類の競技に出場している。

また、会社公認の運動クラブに活動補助金を提供し、施設利用料などに活用してもらうとともに、クラブ活動を通じて様々なメンバーとの社内交流を推進している。



文化シャッター

## 文化シャッター株式会社



### 自社実業団チームによるスポーツ教室の 開催やアスリートのセカンドキャリア支援

地方公共団体と連携し、アルティメット自社実業団チーム「文化シャッター Buzz Bullets(バズ・バレッツ)」によるフライングディスク教室、アルティメット大会を実施するなど、次世代育成や障害者スポーツ支援を中心に活動を進めている。

また、アスリートのセカンドキャリア支援にも力を入れており、従業員として働く元アスリートは、営業部門で優秀セールス賞を受賞するなど、スポーツで培った経験を活かして活躍している。



## 平和不動産株式会社

## 平和不動産株式会社



### 職員スポーツクラブ活動への 活動支援

当社グループ企業の職員及びその家族も参加できる社内スポーツクラブ活動(野球部、サッカー部)への活動支援(活動費の補助など)を通じて、職員及び家族等の健康増進及びコミュニケーション活性化を推進している。



## Benefit one

## 株式会社ベネフィット・ワン



### 健康ポイントを活用したイベントや、 企業対抗スポーツ大会の実施

社員の健康意識や活力向上を目的として健康ポイントプログラムを活用し、歩数を競い合うウォーキングチャレンジを実施。野球やヨガ等、会社公式クラブの活動補助を行い、スポーツを通じた健康づくりを支援している。

また、自社サービス「ベネフィット・ステーション」の福利厚生会員向けに、企業対抗スポーツイベントを13年連続で実施。社内外問わずスポーツを通じた健康づくりに積極的に取り組んでいる。



## 株式会社ベルエアー



### 部署対抗で行う徒歩通勤と 階段使用の回数チャレンジ

社員全員に徒歩通勤と、オフィスがある7階までの階段使用を促進することで、日常生活に運動を習慣づけている。

新宿三丁目駅から新宿御苑前(弊社所在地)までの徒歩通勤を1ポイント、新宿駅から新宿御苑前までを1.5ポイントとし、オフィスのある7階までの階段上り・下りを0.5ポイントとして、各自が毎週集計表に記入している。

月ごとに部署別に1人当たりの平均値を出し、優秀部署には、社長賞を進呈している。



## 株式会社ベンチャーバンクホールディングス



### 社員のリフレッシュや運動機会創出のための 取組&トップアスリートの活動を支援

朝活(瞑想)・夕活(ストレッチ体操)を毎日実施するほか、社員の運動機会創出を目的として、グループ社員及びその家族が参加するSPORTS FESTIVALや、就業時間内にグループ内のフィットネスなど各種サービスを無料で利用できる制度を実施している。

また、トップアスリートの活動支援として、競技活動のほかに、講演会やイベント、地域のスポーツ教室への派遣などを積極的に行っている。



## ホグレル株式会社



### 競技と仕事を両立した部活動 ホグレル硬式野球部

2017年より競技と仕事を両立した部活動ホグレル硬式野球部を発足し、2019年度 JABA 東京都野球連盟に正式登録された。

選手は、都市対抗本大会出場を目指し、週3日間、荒川河川敷にある板橋区の戸田橋グラウンドで日々練習に励んでいる。

練習日以外は、マシンの組立・メンテナンス・使い方の説明、高齢者の体操教室・直営店舗での会員様対応など、フルタイムで仕事に従事し、業務を通じて社会貢献をしながら、自身の目標達成へ向かって邁進している。



## 株式会社VOYAGE



### 意識しないで毎日健康・ウォーキング通勤のほか、 始業時にはVOYAGEストレッチを実施

通勤時に会社の最寄り駅から一駅前を降車駅とし、会社まで地下道を歩く仕組みを導入している。

また、始業時に独自のストレッチを実施している。

さらに、社内 SNS を通し、ストレッチの方法を紹介しあって効率よく取組んでいる。



## 株式会社マッシュスタイルラボ



### 社内外スポーツイベントへの参加を 会社として推進

社内のイベント「ウェルネスウェンズデー」への参加を推奨。月1回就業中及び、週1回就業時間前後にヨガやランニング、ウォーキングのほか、体幹トレーニング、ファイトネス、ゴムバンドトレーニング等の講習へ参加できる環境を提供している。

また、社外のスポーツイベントへ、グループ企業と一緒に参加。会社の垣根を越えてグループ企業とともにスポーツを楽しんでいる。



## 株式会社マッシュスポーツラボ



### 障害者アスリートの講演会を通じた パラスポーツへの理解促進

雇用している障害者アスリートの講演会、取材、イベント参加における支援を行い、パラスポーツへの理解促進に努めている。

また、「国際ヨガの日」のヨガイベントを本社社屋で開催。グループ企業に属する約400人が参加する等、グループ企業全体にスポーツに接する機会を提供。店舗で勤務するスタッフも参加するなど、会社全体がスポーツに対して興味を持ち、取り組んでいる。



## 株式会社マッシュセールスラボ



### 週1回ヨガ・ランニング等の社内講座 (ウェルネスウェンズデー)への参加を推進

就業時間内及び就業時間前後に社内で行われるスポーツイベントへの参加を推奨している。就業時間内においては、月に1回開催、全員参加を原則としており、社員がスポーツや心身の健康に向き合う時間を確保している。就業時間前後においては、週1回、任意の参加者で活動している。

また、「国際ヨガの日」のヨガイベントにも全員が参加するほか、社外のスポーツイベントにも積極的に参加している。



## 株式会社マッシュデザインラボ



### 社内外スポーツイベントへの参加を 会社として推進

社内のイベント「ウェルネスウェンズデー」への参加を推奨。月1回就業中及び、週1回就業時間前後にヨガやランニング、ウォーキングのほか、体幹トレーニング、ファイトネス、ゴムバンドトレーニング等の講習へ参加できる環境を提供している。

また、社外のスポーツイベントへ、グループ企業と一緒に参加。会社の垣根を越えてグループ企業とともにスポーツを楽しんでいる。



## 株式会社マッシュビューティーラボ



### 障害者アスリートの 大会観戦ツアーへの参加

グループ企業が雇用している障害者アスリートの大会観戦ツアーに、家族も交えて参加。パラスポーツに興味を持つ社員が多く在籍する。

また、グループ企業が主催しているヨガレッスン以外に、自社内でヨガの講師を招きレッスンを開催するなど、心と体のウェルネスに対し、積極的に取り組んでいる。

本社で行われるヨガ等のイベントの際は、グループ企業が雇用中の障害者アスリートも参加している。



## 株式会社マッシュフーズ



### グループ企業主催の「国際ヨガの日」 ヨガイベントに社員が参加

「国際ヨガの日」のヨガイベントや、就業時間内及び就業時間前後に社内で行われるヨガやランニング等を行うイベント「ウェルネスウェンズデー」等、グループ企業が主催しているスポーツイベントに社員が参加できるよう調整している。

月1回就業中に行う「ウェルネスウェンズデー」の日のランチには、運動後の体に効果のある食事を提供。スポーツに取組みやすい環境を用意している。



## 株式会社マッシュホールディングス



### 障害者アスリートの支援及び、グループ 企業も参加できるスポーツイベントを企画

グループ内で雇用している障害者アスリートの競技会参加に際し、グループ内観戦ツアーを企画。

また、ベーシックスローガン『ウェルネスデザイン』という概念に基づき、月一度、就業時間内にウェルネスウェンズデー（ランニングやウォーキング、ヨガ等の講習）を実施。グループ企業も一体となり取組めるよう運営。

さらに、社内外のスポーツイベントにも積極的に参加。社内には運動後に使用できるシャワールームを完備。



## マニユライフ生命 マニユライフ生命保険株式会社



### アプリを活用した健康増進の取組に加え、 スポーツを通じた社会貢献活動を実施

健康増進と社会貢献を同時に行うことができるアプリ「マニユライフウォーク」を活用した継続的な取組に加え、プロランナー・大迫傑選手のスポンサー活動や大阪市長居公園でのランニングイベントなど、スポーツを通じたさまざまな活動や地域社会への貢献活動を展開している。



## 株式会社丸井グループ



### 自ら手を挙げて参加する社員主体の プロジェクト活動及び、障害者アスリートの支援

自ら手を挙げて参加する「ウェルネス経営推進プロジェクト」は2016年からスタートし、社員の運動習慣向上などのウェルネス活動を推進している。

その一環として今年も、社員の健康増進と職場の生産性向上を目的としたラジオ体操動画を作成した。社員120名が参加したこの動画は、東京都主催の「みんなでラジオ体操プロジェクト」動画コンクールで「入賞兼特別賞」を受賞した。

また、日本ブラインドサッカー協会の公式スポンサーとして、選手のスーツの提供や営業店（マルイ・モディ）で体験イベントを開催するなど、ブラインドサッカーの認知拡大に寄与している。