

実践

令和6年度東京都スポーツ推進モデル企業 太陽誘電モバイルテクノロジー株式会社



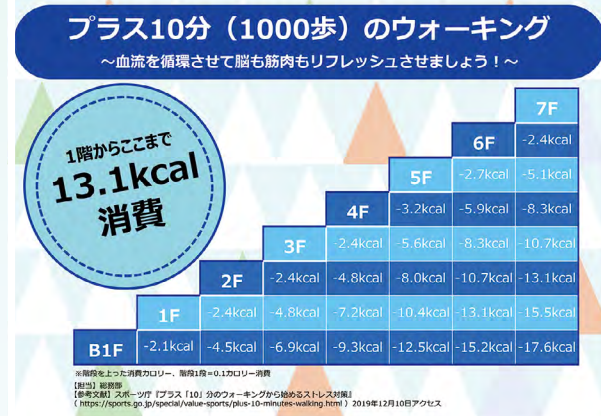
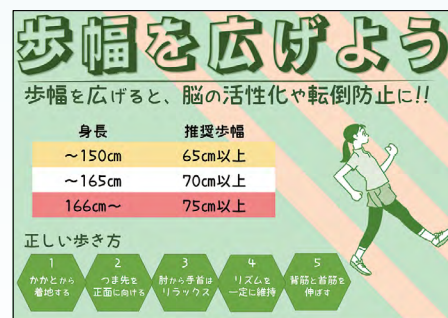
ウォーキングで運動習慣者の数値が改善！

ウォーキングキャンペーンで数値が改善

春と秋の2回、所属する健康保険組合主催のウォーキングキャンペーンイベントへの社員参加を促しています。当社独自に、参加者の総歩数上位50名へ賞品を贈呈するランキングを取り入れ、競争心を掻き立てることで参加者の増加に努め、前回開催時(2023年度秋)よりも参加者が20名増加しました。

ウォーキングキャンペーンが始まった当初は、キャンペーンの存在を知らない従業員も多くいましたが、現在では、従業員同士で徒歩で最寄り駅(徒歩40分程度)まで歩いて帰宅する人や、歩数ランキングが毎日更新されることもあり、部署内で競い合っている人もいて、コミュニケーションの活性化にもつながっています。また、開催期間中に限らず、通勤を徒歩に変更する人や、社内での上下移動を階段にする人が増加し、ウォーキングにより、軽い運動が日常化している傾向にあります。

こういった取組により、健康診断の問診結果では、運動習慣のある者の数値が改善しました。



TAIYO YUDEN

企業データ

所在地	青梅市
業種	製造業
総従業員数	805名

力を入れた取組

クラブ活動制度の推進

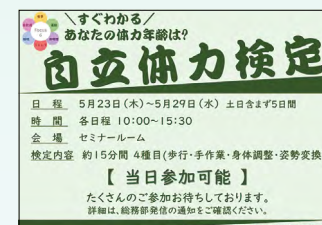
従業員の健康増進・コミュニケーションの活性化を目的として、クラブ活動に対する活動費の補助や遠征時のサポートを行っており、現在、バドミントン部と野球部の2クラブが支援を受けて活動しています。

初めは少人数でのクラブ立ち上げでしたが、徐々に参加人数が増え、新入社員から定年を超えた方まで多くの方が参加し、年齢層や部署間を越えたコミュニケーションが生まれています。



その他の取組

「自立体力全国検定」を開催



「自立体力全国検定」とは、「歩行・手作業・身体調整・姿勢変換」の4種目より、日常生活の体力と健康度を、客観的にチェックできる体力測定で、今年度初めて開催しました。

より多くの従業員が参加できるよう、開催期間を5日間設けるとともに、就業時間中に参加できるようにしました。また、開催前の事前周知(ポスターや事前予約等)と開催期間中の構内放送等で、初開催にも関わらず多くの従業員が参加しました。

1組4～5人で測定を回することで、従業員同士のコミュニケーション促進にも繋がり、また簡単な種目で、日頃運動不足の方も無理なく参加でき、今の自分自身を知ることによって健康に関する行動変容のきっかけとなりました。



STAFF'S VOICE

運動習慣を手軽に楽しく！

工夫を凝らした様々な取組で、多くの従業員の運動習慣定着化に繋げることができました。しかし、関心の薄い従業員もまだ多くいます。

そんな従業員も巻き込んでいくために、ウォーキングキャンペーンに向けた、歩行姿勢測定会の開催や歩幅を広げる目安ラインの設置をはじめ、社内での軽運動を促進するストレッチサインや、フィットネスエリアの設置を予定しています。

これからも太陽誘電モバイルテクノロジーらしく、楽しく、スポーツを推進して参ります。