

# 広がる在宅勤務背景に 健康経営 変化の兆し

従業員の心身の健康が会社の成長の土台と考え、健康の保持・増進に取り組む「健康経営」。コロナ禍で在宅勤務の導入など働き方が多様化する中、健康経営の手法にも変化があらわれつつある。オリジナル体操の制作など運動不足の解消を狙った新しい試みが広がっているほか、「食」の提供を通じて従業員の健康な体づくりを支援する例も。従業員の健康をどう守るか。名古屋市内の電機関連3社の動きを探った。

（竹田ゆりこ）

先進的な取り組みで知られるプラザ工業（本社名 正道氏は、今月市内で開かれたあいち健康経営会議（事務局＝勸次郎）に登壇し、「在宅勤務の広がりで、長を務める産業界の上原」）、「在宅勤務の広がりで、

## 「食」を通じた支援も 独自体操で運動促進

従業員の運動の機会が減ったことから、在宅でも楽しむながら運動してもらおうと「プラザ体操」を制作したと明かした。

### ■気運高める

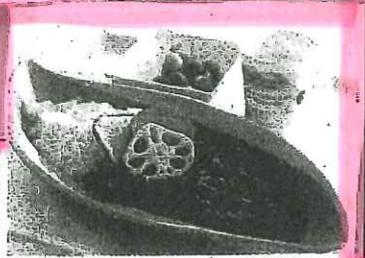
同社は、従業員の健康に関する2025年までの長期目標を設定。グループ各社と健康保険組合、労働組合が三位一体となって健康の保持・増進を図っている。

プラザ体操は、トレーニングジム大手のRIZAP（ライザップ）が監修し、プリンターのふたを開ける



肩甲骨を動かしていきましょう

オリジナル体操を制作



愛知時計電機が社員食堂のイベントの一環で提供した学生考案のヘルシーメニュー

試みを初めて行った。塩分量や栄養バランスに配慮した「根菜カレーセット」と「五目」飯と「辛豚しゃぶ」をそれぞれ日にち限定で販売したところ、またたく間に売り切れた。

従来も、野菜をふんだんに使い、栄養バランスに優れた食事の認証「スマートミール」を取得した「ヘルシープレート」を提供してきた。本社で働く約600人のうち、7〜8割は社員食堂で昼食をとっており「ヘルシーなメニューをいかに多くの人に食べてもらうかが課題だった。健康を意識するきっかけになれば（総務部の水野みどり課長）と、工夫を凝らす。

経営トップをCHO（チーフヘルスオフィサー、最高健康責任者）に据えるミタチ産業（本社名「古屋市」）は、世界各國の言葉で字幕を付け、全グループ従業員にも配信。投票式のコンテンツを実施するなど、機運を高めている。

### ■ヘルシーな社会

一方、愛知時計電機（本社名「古屋市」）は、社員食堂を通じて従業員の健康な体づくりを支援している。今年、愛知淑徳大学健康栄養学科の学生が考案したヘルシーなメニューを提供する

愛知時計電機管理本部人事部の平野勝己次長は「2月から部内で歩数計アプリを利用し始めた。今上期中にも他部署へ展開し、ウォーキングを推奨したい」と話しており、試行錯誤を続けていく。