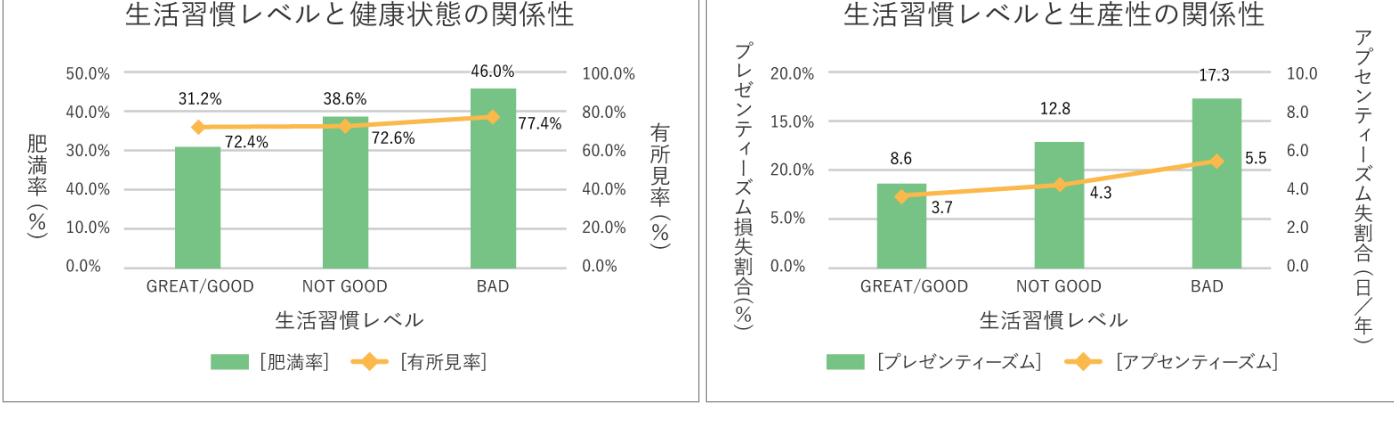


【健康課題】

健康関連データ分析の結果、ライフスタイルスコアが低い社員ほど、肥満率や有所見率が高く、プレゼンティーズム、アブセンティーズムの損失割合が大きい状況となっています。このことから健康的な生活習慣を促進していくことが、心と体の健康、そして生産性にも好影響を与えると認識しています。



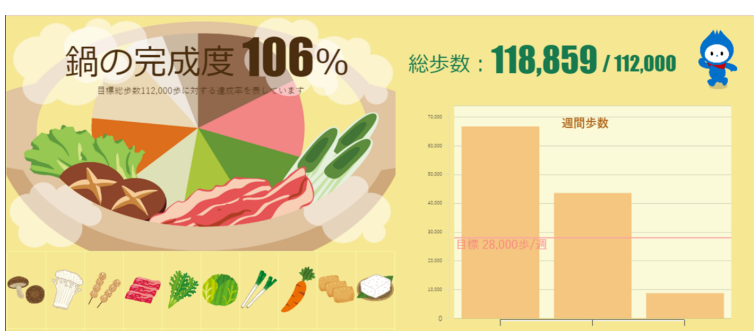
【取組み内容】

コミュニケーション活性化を伴いながら社員一人ひとりの心と体の健康づくりを促進しつつ、職場のサポートを向上させる取組みを通じて、全社的な健康増進を推進しています。また、健康施策の実施に自社製品を活用しています。

- ・データを集約・可視化 BIダッシュボード「MotionBoard」
- ・チャットツール「dejiren」
- ・BIツール「Dr.Sum」

● コミュニケーション型健康イベント

➢ 全社ウォーキング大会



毎年、春と秋の年2回、全社ウォーキング大会を実施しています。自社製品のMotionBoardやdejirenを活用し、毎回様々なテーマ設定で取り組みますが、2023年秋のウォーキング大会は、食×運動「身体に良い鍋を作ろう！」をテーマに開催しました。実施前に、管理栄養士による「身体に良い鍋」のセミナーを開催し社員の食

への興味関心を引きました。実際のウォーキングでは、1日2,000歩以上歩くとMotionBoard上のお鍋の具材が出てくる「ガチャ」を回すことができましたようにしました。どんどん歩いて鍋を完成させていきますが、毎日歩いても「湯揚げ」ばかり出るメンバー、運よく「お肉」ばかり引き当てるメンバーなど、メンバー同士今日は、どんな具材が出たかチャットツール「dejiren」のルームでシェアしました。また、引き当てた材料と同じ中身で鍋を作ったメンバー、抽選で、鍋の具材が家に届いて大喜びのメンバー、ガチャを回したいお子さんにせがまれて歩くメンバーがいたり大好評のウォーキング大会となりました。

note: <https://note.wingarc.com/n/nc8e25d6fb4e5>

➢ クリスマス健康チャレンジ



Wellnessリーダーによるオリジナルのストレッチ動画を5本作成し、冬の運動不足の時期に毎朝ストレッチに取り組みました。自社製品のdejirenから毎朝「今日も体操頑張りましょう！」と通知があり、体操に取り組んだ後にdejirenで実施報告をすると、自社製品のMotionBoard上にある体操カードにスタンプがたまっていきます。

貯まったスタンプの数に応じて、クリスマスプレゼントがもらえる企画は「毎朝、運動する習慣がついた」と大変好評でした。

➢ 食×コミュニケーション×セルフケア



希望する社員にミニトマトの栽培セット（培養土と苗、培養土の入ったビニール袋のままベランダでも栽培できる）を配布し、トマトを栽培することで「食への興味関心」「モチベーションアップ」「ヒーリング効果」に繋がりました。そして、一緒に始めた仲間で作ったチャットツール「dejiren」のグループチャットでは、初心者にアドバイスをする経験者などが現れ、トマトの発育状況をシェアしあい、リモートワーク環境において、コミュニケーションが活性化しました。実施したアンケートでは、「トマトの栽培で前向きな気持ちになれた」と回答した人が参加者全体の8割になりました。

また、家族とのコミュニケーションにも貢献しており、子供に収穫を担当させることで、苦手だった野菜が食べられるようになったなどの声が上がりました。

● 健康セミナー・研修

➢ 全社員向けセミナー・Eラーニング

- ・メンタルヘルス ・がん予防 ・運動推奨 ・食生活 ・栄養 ・睡眠・片頭痛 ・頭痛
- ・肩こり ・腰痛 ・目の健康 ・オーラルケア ・生活習慣病 ・感染症対策
- ・リモートワークの作業環境 ・転倒予防 ・熱中症 ・飲酒 ・花粉症

全社員向けにアンケートを実施し、要望の多いセミナーを開催するようにしています。

特にオーラルケアについては、専門家によるオーラルケアセミナーを開催し、歯周病が身体に及ぼす影響について学び定期歯科検診の重要性を伝えました。また、「健口スマイル制度」を立ち上げ、定期歯科検診とクリーニング費用の支援を実施しています。

note: <https://note.wingarc.com/n/n943fc95b2b67>

➢ 新入社員及び中途入社社員への健康教育

新入社員には、産業医から「運動・食事・睡眠・メンタルヘルス」の教育を、中途入社社員には、入社オリエンテーションでウイングアークの健康経営について説明をしています。社内に、産業医・保健師の相談窓口があることを周知し、リモートワークでも安心して働ける職場であることを伝えています。

➢ セルフケア

職場で働く全社員（派遣・業務委託を含む）を対象に、保健師と産業カウンセラーの資格を持った社員によるセルフケアセミナーを実施しています。ストレスへの気づきと対処方法を学び、セルフケアの重要性を認識すると共に、相談することの有効性と相談窓口の周知をしています。また、希望者を対象に「LetterMe」を導入。翌月の自分に向けた手紙を書くことで、自分自身と向き合う時間を確保でき、心の整理や自分自身を大切にすることへの気づきを得られる環境、さらに中長期的な視点ではパフォーマンス向上につながる機会を提供しています。

● リレー型健康コラム

➢ ヘルスケアリレー

全社員でつなぐ、リレー型健康コラムを社内ポータルサイトで配信しています。「テキトーでも大丈夫！不健康人が2週間でウエスト8cmダウンを実現した改善方法とは」「亀から学ぶ健康法」などユニークなテーマのコラムで、健康意識の低い社員にも関心を持ってもらえるように工夫をしています。これまでに合計190本を配信しています。

note: <https://note.wingarc.com/n/n5761c9981784>

● 2025年喫煙者ゼロ宣言

2021年5月に「リモート禁煙強化宣言」を発表し、就業時間中の禁煙規則、禁煙外来の受診料サポートや喫煙者の家族に向けた禁煙に向けたサポートのお願いを当社代表から手紙送付する等の施策を行ってきました。

更に当社における禁煙強化宣言をし、社員の禁煙施策を強化しております。

- ・2025年度から「喫煙者」を採用しない方針を決定
- ※2023年度から採用候補者への喫煙確認、卒煙施策への誘導など段階的に実施

【2025年喫煙者ゼロ宣言】

2023年3月に当社は『健康経営銘柄2023』となり、長期的な企業価値向上に寄与しうる人財の健康管理に積極的に取り組み、社会に向けて発信を強化しています。今回、2025年までに全社の喫煙率を0%とすべく、新規採用者に対する方針を新たに加えました。今後も、健康経営銘柄企業として、実施可能な最大限の策を社員のご家族の協力を得ながら推進してまいります。

代表取締役 社長執行役員CEO 田中 潤
<https://corp.wingarc.com/public/202305/news2577.html>

● 管理職研修・職場改善

➢ 管理職向けメンタルヘルスセミナー

管理職研修では、部下のメンタルヘルスと自身のメンタルヘルスに重点を置いて研修を実施しています。精神科医によるセミナーでは、部下の不調に気づく声掛けや女性の部下に対する配慮など、上長の対応方法等について学ぶ機会を作っています。

➢ TOMATE

チャットツール「dejiren」を活用して、日々の業務において、行動指針を体現した社員へ「称賛メッセージ」を送り合うことが出来るツールです。社員間でメダルを送り合うことで、「スピード」「チャレンジ」「尊重」「ありがとう」などの感謝の気持ちを伝えあっています。ランキング方式で見せることで、社員のモチベーションアップやコミュニケーション活性化にもつながっています。

● その他

➢ メンタル相談室

希望者が、社内の産業カウンセラー有資格者6名と1：1でコミュニケーションを取ることができる制度です。メンタルヘルス、キャリアの相談から、雑談を通してリモートワークによる孤独感の解消やメンタル疾患の予防、コミュニケーション不足の解消をサポートしています。

➢ カルチャーコミッティ

企業文化を支えるコアバリュー「Build the Trust」や行動指針を社内に浸透させる活動を行っているプロジェクトチームです。コアバリュー浸透のためには特に社員間の理解を深めることが重要と考えており、リモートワーク下で所属部門以外のメンバーとの接点・交流機会が減少していることから、メンバー同士の交流を目的として様々なコミュニケーションイベントを開催しています。

ランチセッション・ふらっとカフェ・七夕イベント・クリスマスパーティなど、オンライン/オフラインを問わず様々な社員が参加し交流を深めています。
note: <https://note.wingarc.com/n/n564f32212c05>

【参考】2023年度実施した全社的な健康増進のための施策への投資額（一部）

健康施策	投資額 (円)	戦略マップでの該当項目
全社ウォーキング大会	1,510,236	コミュニケーション型健康イベント
女性の健康セミナー	220,000	健康セミナー、研修
オーラルケアセミナー	150,000	健康セミナー、研修
20代30代の食事セミナー	132,000	健康セミナー、研修
全社員総会イベント	39,000	ウォーキング&ストレッチ
ヘルスケアリレーコラム	440,625	リレー型健康コラム
卒煙プログラム	352,000	卒煙プログラム
合計	2,843,861	