

# 第9回兵庫県健康づくりチャレンジ企業アワード 受賞企業のご紹介

## 最優秀賞（知事賞）

### 株式会社 東伸産業

- 所在地 神戸市東灘区向洋町4-3
- 従業員 108人
- 業 務 一般貨物自動車運送業

#### 主な取組

#### ✓一汁一菜・食生活改善プロジェクト

生活習慣病リスクや不規則勤務という職場特性を踏まえ、「食事は食べる薬」という考えのもと、日常業務の中で無理なく継続できる食生活改善を通じて、健康づくりと業務継続力を一体的に高めることを目的として本取組を実施。

社内キッチンによる24時間自炊環境の整備や自社レストランの野菜中心弁当の提供、朝食おにぎりイベントや災害時炊飯チャレンジ、健康アプリ・情報発信を組み合わせ、勤務形態に左右されない健康的な食選択環境を構築した。  
【効果】社内キッチンは月平均73名が利用。朝食欠食率は62%→39%へ改善。



経営者自ら食育を実践



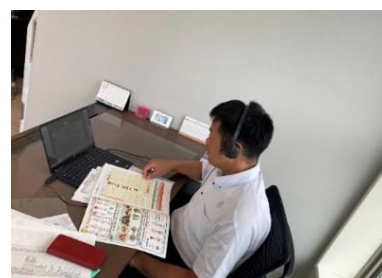
朝食おにぎりイベントの様子

#### ✓健康管理と安全基盤づくり

従業員の高齢化により再検査や特定保健指導の対象者が増加する中、健康管理を個人任せにせず、受診からフォローまでを組織として一体的に運用する体制づくりを目的として本取組を実施。

健康診断結果等を自社独自システムで一元管理し、特定保健指導や二次検診の確実な受診支援、社員がメンタル心理カウンセラー資格を取得し各事業所に配置、緊急時対応力の強化を組み合わせた健康管理体制を構築した。

【効果】特定保健指導実施率100%を達成。健康管理が業務として定着し、従業員の安心感向上や不調の早期発見につながる持続可能な健康・安全管理の基盤が整備された。



特定保健指導（WEB）の様子

#### ✓不規則勤務でも続けられる『働き方一体型の健康づくり』

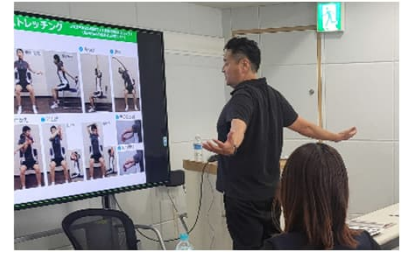
ウォーキングイベント、全営業所でのラジオ体操、24時間利用可能な社内ジム整備、腰痛予防を中心とした研修・運動イベントを組み合わせ、運動を継続できる環境を整備。

【効果】社内ジム390回（/年）利用。階段利用も約9割に拡大。



## 大塚ファンド株式会社

- 所在地 姫路市西新在家2-14-26
- 従業員 9人
- 業務 専門技術・サービス業



専門家によるセミナーの様子

### 主な取組

#### ✓ストレスチェックの集団分析

従業員の心身の健康維持を目的に、全従業員を対象としたストレスチェックと集団分析を実施し、上司・同僚間のサポートや情報共有を促進するためコワーキングスペースを活用。

【効果】集団分析により優先的に対応すべき課題が明確化され、上司や同僚へ相談しやすい職場環境づくりが進み、ストレスの軽減・早期対応につながる組織風土の醸成が図られている。

#### ✓健康イベント・セミナー実施

ウォーキングアプリを活用し、リモート環境下でも歩数記録やイベント参加ができる仕組みを整備。社外イベント参加や自社イベント開催、正しい歩き方・自宅でできる運動等についてのセミナーを専門家を招いて実施。

【効果】平均歩数は2023年度1500歩から2024年度3570歩へ、イベント期間中は5000歩以上と向上。運動や食事が社内で話題となり、健康への意識向上とコミュニケーション活性化に繋がっている。



## 株式会社セラピット

- 所在地 神戸市西区前開南町2丁目13-14
- 従業員 215人
- 業務 医療・介護・福祉サービス事業



ヨガ・ピラティスの様子

### 主な取組

#### ✓食生活改善のための「食の福利厚生」への取組

職員の食生活の乱れによる生活習慣病指摘の増加を受け、健康的な食事を日常的に選べる環境整備を目的に、置き型社食や社内キッチンで無添加・栄養配慮の食事を低価格で提供。

【効果】健康的な食事を選びやすくなったことで食生活への意識が高まり、メタボ対策や生活習慣病予防に加え、昼食代の負担軽減や職員満足度・拠点間コミュニケーションの向上にもつながっている。

#### ✓職員の運動習慣を身につけるきっかけ作り「シェアスタプロジェクト」

職員の健康意識向上と運動習慣の定着、交流促進を目的に、法人内外の講師によるヨガ・ピラティスを定期開催し、ワンコイン参加費・スタンプカード導入により継続参加しやすい環境を整備。

【効果】月2～3回定期的に開催し、30回以上継続参加する職員が生まれるなど、運動習慣の定着が進んでいる。WLBアンケートでは「精神的に健康だと思う」59.8%→60.7%、「仕事上の人間関係に満足」63.4%→70.4%に上昇。