



# 健康経営取組内容 のご紹介

2022年7月20日(水)

2022  
健康経営優良法人  
Health and productivity  
プライト500

やまぐち  
健康経営  
認定企業

TATSUMI SEKKEI ARCHITECTS ENGINEERS 株式会社異設計コンサルタント



1

## 歩数チャレンジ大会



受賞者の皆さん(一部)



手作りの賞状と一緒に賞品を渡します♪



2

## たつみ健康チャレンジ

①  
毎日朝食コース



②  
野菜を食べようコース



③  
間食防止コース



④  
毎食後歯磨きコース



⑤  
毎日運動コース



⑥  
しっかり睡眠コース



⑦  
血圧測定コース



⑧  
減酒コース



3

## たつみ健康チャレンジ

⑨  
禁煙コース



⑩  
ダイエットコース



4

# ヘルシー弁当提供



第1回目のお弁当



広島事務所でも開催♪



健康飲料も一緒に配布しています



食を通じて感謝と奉仕  
**フジマグループ**  
との共同開発です!



5

# 本社1階 健康づくりコーナー



コーナー正面



コーナー全景

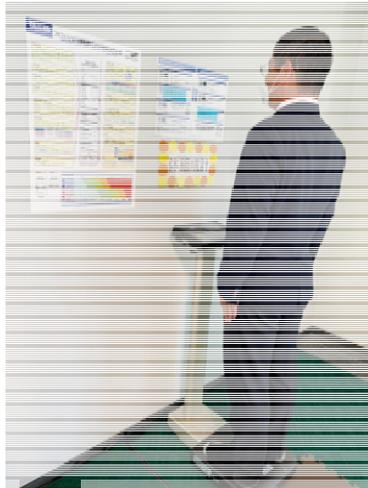


6

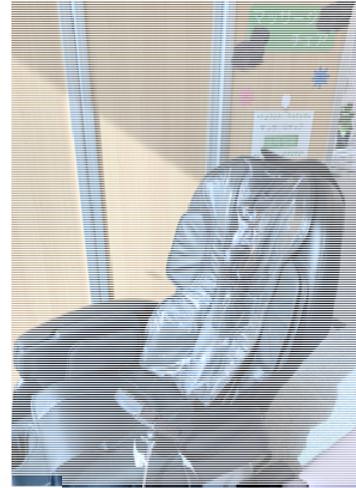
## 健康づくりコーナー 内容



★ ★ ★  
血圧計



★ ★ ★  
業務用体組成計



★ ★ ★  
マッサージチェア



7

健康経営に取り組んでいます

当社の取り組み内容  
～健康管理編～



- ①一般健診 受診料 対象者全額負担
- ②インフルエンザ予防接種料 全員全額負担

New!

- ③一般健診・特定保健指導 受診勧奨実施
- ④胃カメラ・子宮頸がん等 対象者全額負担
- ⑤血圧計・自動アルコール消毒機の設置
- ⑥健康情報コーナーの設置
- ⑦健康セミナーの開催

 株式会社 異設計コンサルタント

## 健康診断関係の取り組み

他にも…

- ◆健康診断及び予防接種を会社で一括予約  
→受診漏れを防ぐ
- ◆健康診断再検査・精密検査の一部費用負担  
→病気の発見遅れを防ぐ
- ◆風疹抗体検査の補助対象となる社員に案内・一括予約  
→社内における感染症蔓延を防ぐ

など、社員の手間を減らして気軽に受診してもらえる  
環境づくりに努めています。



8

# 保健師による健康相談



本社



広島事務所



9

# 自動販売機ラインナップ変更



手づくりです♪

おすすめPOP



★おすすめポイント★  
・特定保健用食品  
・脂肪の吸収を弱める効果  
・毎日の一杯をトクホに  
変えてみませんか?  
TATSUMI SEKREI 株式会社 伊藤 啓

カロリー表示

一本あたり  
144kcal  
糖質 6g



10

## 本社2階 健康情報コーナー



【2月】節分



【10月】ハロウィン

季節感を大切に  
作成しています♪



11

## デンタルグッズの配布



### 【内容】

- ①picella(歯ブラシ)…コンパクトヘッドが奥歯にも届きやすい
- ②ワタフトブラシ…特殊な形で歯間を磨きやすい
- ③コンクール(歯磨き粉)…フッ素配合で虫歯予防
- ④キシリトールガム…キシリトール100%配合



12

## 外部講師によるセミナー



本社



広島事務所



13

## 健康菜園『たつみさんのはたけ』



### 【栽培内容・主な効能】

- ①キクイモ…糖尿病予防
- ②落花生…糖尿病予防
- ③さつまいも…便秘改善・予防
- ④ハーブ…殺菌抗菌作用
- ⑤いちご…風邪予防
- ⑥ミニトマト…抗酸化作用

↑ 異ロゴマーク型  の畑



14

## 手づくりの賞状・カード

**達成賞**

〇〇 〇〇 様

記録：1,095,829歩

【集計期間】  
令和2年12月1日～令和3年1月31日

あなたは 第3回異設計歩数記録大会において 2か月の合計歩数 37万歩を達成されましたのでここに表彰します

令和3年2月8日

株式会社異設計コンサルタント  
健康経営事務局

**達成賞**

【毎日運動コース】

〇〇 〇〇 様

【チャレンジ期間】  
令和3年9月1日～令和3年10月31日

あなたは 第1回たつみ健康チャレンジにおいて 取り組みを達成されましたのでここに表彰します

令和3年11月25日

株式会社異設計コンサルタント  
健康経営事務局

デンタルグッズ  
プレゼント

11月8日は『いい歯の日』です。  
こまめな歯磨きで歯の健康を守りましょう!

株式会社異設計コンサルタント 健康経営事務局

禁煙補助剤  
プレゼント

禁煙への第一歩に、ぜひご利用ください。  
後日送信するアンケートにご協力ください。

異設計コンサルタント 健康経営事務局

15

## ポスター掲示

### 完全分煙化

健康経営に取り組んでいます

受動喫煙防止のため  
完全分煙にご協力ください

喫煙室以外での喫煙禁止

喫煙室のドア開放厳禁

灰は落とさず灰皿に捨てましょう

株式会社異設計コンサルタント 健康経営事務局

### 手洗い・うがい

健康経営に取り組んでいます

外出先から帰ったら  
手洗い・うがい  
をしましょう!

効果的な手洗い方法

- 1 両手を水で洗う
- 2 石鹸を手に塗って揉み洗う
- 3 手のひらも洗う
- 4 指の間も洗う
- 5 手の甲も洗う
- 6 指の先、爪も洗う
- 7 指のつけ根も洗う
- 8 最後に手首も洗う、水で洗いすすぐ

株式会社異設計コンサルタント 健康経営事務局

### 社内案内

健康経営に取り組んでいます

1階ロビーに  
健康づくりコーナー  
があります  
どなたでもご自由にお使いください

株式会社異設計コンサルタント 健康経営事務局

### アルコール消毒

健康経営に取り組んでいます

入館時の  
アルコール消毒に  
ご協力をお願いします

- 1 手のひらと手の甲を擦る
- 2 手の甲と手のひらを擦る
- 3 手のひらと手のひらを擦る
- 4 手のひらと手のひらを擦る
- 5 手のひらと手のひらを擦る
- 6 手のひらと手のひらを擦る
- 7 手のひらと手のひらを擦る

株式会社異設計コンサルタント 健康経営事務局



16

## 健康情報リーフレット配布



健康に関するリーフレット  
を選定し社員に配布



読み終わったら自宅に  
持ち帰ってもらい、  
社員の家族にも情報提供



17

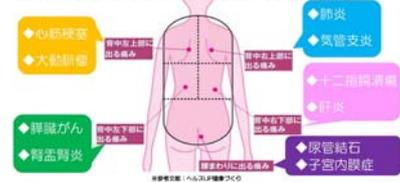
## たつみ健康豆知識の掲示



トイレ個室内に掲示

### あなたは大丈夫？背中や腰の痛み

背中や腰の痛み、そのままにいませんか？  
中には思わぬ内臓疾患が隠れている場合も。  
気になる痛みがあれば、病院を受診しましょう。



### 花粉症に効果的!?な食べ物

花粉症の方には辛い季節となりましたね。  
花粉症に効果的とされている食べ物や  
避けるとよい食べ物があるようです。

効果的

ヨーグルト、バナナ、梅干し

避けるとよい

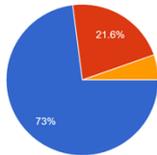
ジャンクフード、トマト、メロン



18

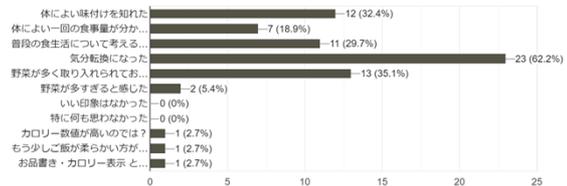
# 社員へのアンケート

今回の取り組み（第5回ヘルシー弁当提供）について 【ひとつだけ】  
37件の回答



- 満足
- やや満足
- どちらともいえない
- やや不満
- 不満

今回のヘルシー弁当を食べてみてどのような感じましたか？ 【いくつでも】  
37件の回答



その他、健康経営の取り組みに関してご意見・ご感想等があればお聞かせください。【任意回答】

17件の回答

こんなに従業員に優しい会社は初めてです。ありがとうございました。

予想していたものよりも、美味しかった。定期的に行って欲しい。

健康経営の本来の目的である社員の立場に立ったきめやかな心遣いがされていて、とても有難く、社員として誇れる活動だと感じています。健全な肉体に健全な精神が湧り、いい仕事に勤める事を期待します。

歩数アプリで意識的に動くようになった。

取り組みに関してとても感謝しております。

最近の健康のトレンドや日頃できる運動情報などの意識向上の情報提供も良い。

良い取り組みだと思います



社員とその家族の健康増進に向け、  
今後も精力的な活動を進めてまいります！

