

健康習慣アンケートで課題を見える化

従業員約40人。年齢構成

は10代後半から70代後半までで、9割が男性だ。体力勝負となる屋外での仕事が多く、健康視点の経営を意識的に長年取り組んできた。

課題の一つが運動不足の解消だ。毎日の朝礼で行うラジオ体操は30年以上の恒例行事だ。

これに加え実施しているのが、全国健康保険協会（協会けんぽ）三重支部が展開する健康維持の推奨活動「健康チャレンジ」だ。同社はこの活動に2年連続で参画し、昨年は万歩計を活用したウォーキング、今年には仕事の合間にできる簡易的な「ながら運動」などに挑戦している。



田中久司社長

9月には、社内に部活制

度の新設した。運動部に特化し、バドミントンやゴルフなどが発足して活動。任意で参加できる。田中社長は「運動による体の健康維持はもちろん、新型コロナウイルス禍で薄まる社内のコミュニケーションも活発になり、メンタルヘルス（心の健康）対策につながる」と、その意義を強調する。

【会社概要】1957年創業。本社は鈴鹿市池田町櫛引1140。電話059・3833・2772。経済産業省の「健康経営優良法人（中小規模法人部門）」を2019年から3年連続で認定を受けている。

◆ ◆ ◆
新型コロナウイルス禍で改めて健康経営の意識が高まっている。健康経営に取り組む三重県企業を紹介する。

（随時掲載します）

総合建築業のイケダアクト

公共事業を中心に土木・舗装・水道工事などを手掛ける総合建築業のイケダアクト（田中久司社長）は、三重県の「三重」といって健康経営大賞2021（中小規模法人部門）で大賞を受賞した。従業員に対する健康習慣アンケートを活用しながら取り組みを展開。全社を挙げてウォーキングを実施したほか、9月からは運動系の部活動を社内に発足させた。田中社長は「健康で長く働き続けられる会社を目指している」と話す。



30年以上続けているラジオ体操（本社の様子）

運動系部活動を発足