

マッスルスタートアップ体操 ～プロアスリートも実践する筋肉覚醒メソッド～



YouTubeにて健康体操を公開中です！
プレス浜松の選手と一緒に健康体操しませんか？

Q 健康経営ってなんですか？

A 重要な経営資源である従業員を活性化し経営効率を上げることです。

「健康経営」とは、社員の健康を重要な経営資源と捉え、健康増進に積極的に取り組む企業経営スタイルのことです。これまで健康管理に関しては、自分自身で食生活・運動習慣・休養などに気を配るべきものとされてきましたが、生活習慣病の増加・従業員高齢化やメンタルヘルスの問題への対応のため、企業が社員とコミュニケーションを密にして、健康づくりに取り組む必要性が高まっています。

Q 健康宣言ってなんですか？

A 「健康経営」を始めるきっかけとするため、**貴社の取り組みを宣言することです。**

※健康宣言の詳細を知りたい方は、お問い合わせ先までご連絡ください。

いきいき健康宣言

浜松商工会議所

健康経営

PROJECT

会社の業績は社員の健康状態で9割決まる

従業員の健康が企業経営に大きな影響を及ぼします。

健康経営の推奨を図るとともに健康経営に取り組む会員企業をご紹介していくコーナーです。

（お問い合わせ先）

浜松商工会議所 商業観光課
TEL 053-452-1114

社員の健康増進による企業のメリット

生産性向上

- モチベーションの向上
- 欠勤率の低下
- 業務効率の向上

負担軽減

- 疾病予防による疾病手当の支払い減少
- 健康保険料負担の長期的な抑制

イメージアップ

- 企業ブランド価値の向上
- 社内的・対外的イメージの向上

リスクマネジメント

- 事故・不祥事の予防
- 労災発生の予防

我が社の健康宣言

プライベートも充実させながら健康で末永く楽しく働ける会社にしよう

file 11

健康宣言事業所

株式会社 第一印刷

浜松市東区大瀬町

□企業概要
事務用印刷物・商業印刷物を中心に手掛けるほか、荷札印刷・荷札加工の専門通販サイト「荷札屋本舗」を運営する印刷会社。

基本は休ませてあげること
定時で帰らせてあげること

第一印刷が誇るは「なでしこ力」。

従業員の7割を女性が占め、事務職はもちろん営業や工場現場にも女性パワーがあふれています。

「特に女性を選んで採用してきていたわけではありません。有能な女性人材を引き留めるために働きやすい職場環境を整備する必要が生まれ、結果的に女性比率が高くなりました」と田中一兆社長。

女性は出産や子育てでキャリアが途切れがち。そんな彼女たちに活躍し続けてもらおうと残業対策や休暇取得を推進してきました。

例えば営業・デザイナー・印刷などの職域を横断したチームで仕事をしたところ、互いをフォローし多能工化して業務が効率化。印刷機に目標を設定してオペレーターの仕事「見える化」したら、周囲の目を気にせず休みを取りやすくなりました。その他キッズルームの設置、子連れ出勤の推奨、インフルエンザ予防接種費用の会社負担など働きやすさを強みにして会社の付加価値を高めています。