

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

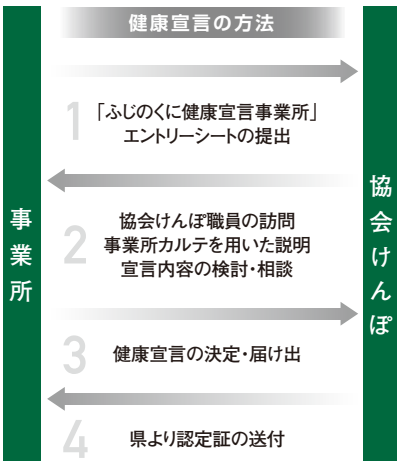
Q 健康経営ってなんですか？

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。



社員の健康増進による企業のメリット

生産性向上	負担軽減	イメージアップ	リスクマネジメント
<ul style="list-style-type: none"> モチベーションの向上 欠勤率の低下 業務効率の向上 	<ul style="list-style-type: none"> 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 	<ul style="list-style-type: none"> 企業ブランド価値の向上 社内の・対外的イメージの向上 	<ul style="list-style-type: none"> 事故・不祥事の予防 労災発生の予防

我が社の健康宣言

皆さんのお手本になるような体づくりをする!



一人ひとりの気持ちに寄り添う健康指導が信条。リハビリ後のトレーニングとしても注目される。スタッフ数は総勢16人。前列右端が代表の伊藤氏

file 4 健康宣言事業所

有限会社
ぴゅあサポート

浜松市西区入野町

□企業概要

1992年に代表の伊藤裕子氏が、障害のある子どもたちのための水泳教室を始める。93年「べんぎん村水泳教室」開設。2016年6月、高齢者や障害者を積極的に受け入れる民間スポーツ施設「メディカルフィットネスクラブLEN」をオープン。

理想的な体脂肪率の
全員クリアを目指します

「メディカルフィットネスクラブLEN（レン）」は、健常者と障害者が一緒に汗を流すフィットネスクラブ。障害の有無に関係なく互いを認め合い、ありのまま生活できる社会を目指す事業です。

健康宣言にうたう「お手本になるような体」とは、筋トレで鍛えた格好いい見た目だけのスタイルではなく、体の内側から健康的で整った状態にいること。何歳になっても元気で、病気にかかりにくい身体のことです。

同施設では、自社設備を利用した各自でのトレーニングをスタッフに奨励。専門知識を持つ同僚からアドバイスを受けられ、鍼灸マッサージも無料。メタボ予防や肩こり腰痛の改善のため、休憩時間等を利用して、スタッフ全員で取り組みます。フィットネストレーナーが「医者の不養生」のことわざの通りとならないように、健康な体づくりを心掛けています。