

令和3年度東京都
スポーツ推進モデル企業

 東海東京フィナンシャル・ホールディングス

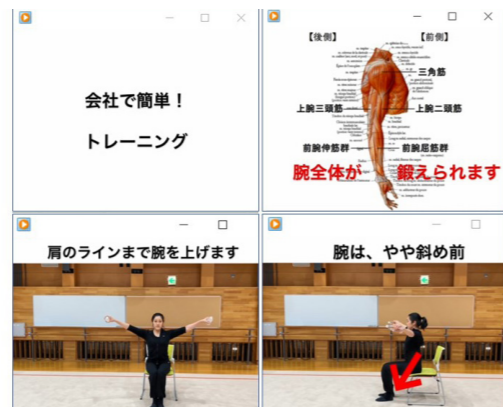
東海東京フィナンシャル・ホールディングス（株）



アスリート社員による「健康運動動画」の配信

アスリート社員による手軽に取り組めるエクササイズ動画を、社内イントラにて定期配信。各自、在宅勤務中や休憩時間等好きなタイミングでアクセスできるよう、社内イントラ内「健康」ページに一覧として掲載。エクササイズは、短時間（3分から5分程度）で行える内容になっており、身体づくりのプロによる動画を、多くの社員が楽しみにしている。

テーマ例：「猫背解消ストレッチ」「簡単スクワット」「椅子に座ったままトレーニング」等



「ウォーキング促進活動」で健康維持・増進+コミュニケーション活性化



コロナ禍で、いわゆる「集合型」の施策が困難な状況となり、また、外出自粛や在宅勤務推進等で役員と社員の運動機会が減少傾向となったことより、歩数計アプリを利用した「非集合型」ウォーキングイベントを開催。参加者が1,000名を超える結果となり、好評を得た。同施策がきっかけとなり、「歩数を意識する習慣が付いた」「階段を利用するようになった」等、健康意識向上に役立ったほか、社内でイベントのことが話題となり参加者への応援が広がるなど、社員同士のコミュニケーション活性化にも繋げることができた。

所在地 中央区

業種 証券

総従業員数 3,145名

With コロナの
取組

「ウェルビーイング通信」の定期配信

- 同通信には、どこでも簡単にできるストレッチやエクササイズを紹介するほか、季節に合わせた体調管理法等「健康情報」を幅広く掲載。特に、コロナ禍での在宅勤務体制下において悩みとなる、肩こり、腰痛、ストレートネックに対するワンポイントアドバイスは、健康運動動画と共に身体の不調改善に役立っている。
- テーマ例：「脚力アップで老化予防」「冷え・むくみ解消！温活のススメ」「秋こそウォーキングの季節」等



社内クラブ活動への補助金制度



全役員と全社員が、共通の趣味や運動を通じて交流を深め、「わくわく」しながら健康づくりをしていくことを目的とし、勤務時間外のクラブ活動に対し補助金を支給。役員と社員との混成クラブも有り。今年度は、テニス部、ゴルフ部、ランナーズクラブ等「屋外で実施されるスポーツのみ」活動を再開。コロナ禍における全役員と全社員のリフレッシュの機会となっている。



トップアスリート支援

当社アスリート社員2名の東京2020大会出場に対し、寄せ書きやオンライン壮行会を実施する等全社を挙げての応援を実施。オンライン壮行会では、役員や若手社員を中心に総勢約250名が参加。若手社員と当社所属のアスリート社員からの応援メッセージを集めた動画投影を行い、オリンピック出場へのお祝いと応援コメントを送ることを通じ、「社内一体感」を醸成。



STAFF'S VOICE

さらなる浸透を目指して

東海東京フィナンシャル・ホールディングスは、2019年に「ウェルビーイング宣言」を制定し、健康経営を本格始動させました。今後も全役員と全社員の一層の健康維持・促進を図るべく施策の実施に取り組んでまいります。

