

実践

令和4年度 東京都スポーツ推進モデル企業

SOMPOひまわり生命保険株式会社



SOMPOひまわり生命
あなたが健康だと、だれかがうれしい。

| | | |
|-------|------|--------|
| 企業データ | 所在地 | 新宿区 |
| | 業種 | 生命保険業 |
| | 従業員数 | 2,706名 |



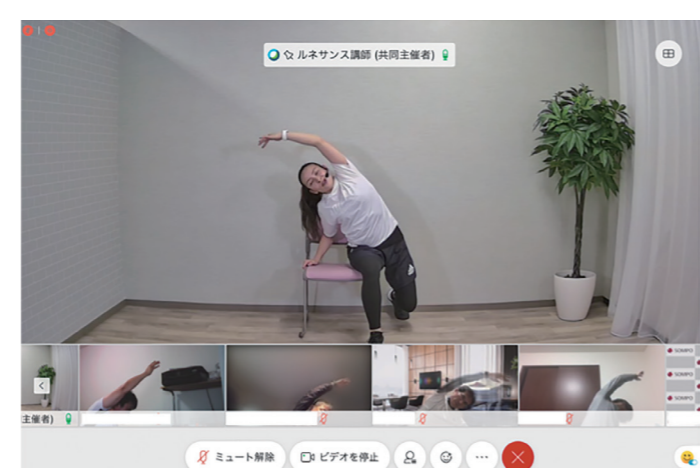
ウェアラブル端末の活用

2016年度より全社員を対象にウェアラブル端末を貸与している。日々の健康増進に役立てるとともに、ウェアラブル端末を活用したウォーキングイベントを定期的で開催している。また、更なる活用を目指し、各人の活動量に合わせたウェアラブル端末の活用方法を検討するプロジェクトを発足し、活用ツールを作成・公開して各社員が有効に活用している。さらに、退職等で返却された中古端末について、健康維持・増進や端末の再活用も兼ねて社員の家族へ提供している。



オンライン運動セミナーの実施

コロナ禍をきっかけに、在宅勤務や外出自粛による社員の運動不足解消を目的として、2021年度より毎月、株式会社ルネサンスが提供するオンライン運動セミナーを実施している。プログラムの内容は腰痛や肩こり予防、ストレス対策などを中心に毎月異なるメニューを用意し、気軽に運動することができる機会を提供している。さらに、本セミナーは社員だけでなく、社員の家族や取引先なども参加可能とし、広く案内を行っている。



力を入れた取組

職場単位で体操を実施

社員の健康課題でも多く意見の挙がる「運動不足」を解消すべく、隔月で職場単位で実施している「健康応援ミーティング」(健康に関するテーマでディスカッションを行う取組)の冒頭に、「オンライン運動セミナー」の振り返りを行っている。職場単位、またミーティングの中で行うことで、ミーティングの活発化及びコミュニケーションの活性化にも寄与している。




健康づくり動画の配信

2020年度より健康づくりに役立つ様々な情報について動画を作成・社内イントラに公開し、いつでも視聴可能な状態にしている。動画の内容には、運動に関する情報提供もあり、当社の運動習慣の傾向や運動の重要性、プラス10運動の紹介など、身近に感じつつ気軽に取り入れられる取組を多数紹介している。

もっと知ろう! 「健康経営」

Vol.11 KPIをもっと知ろう①
～運動習慣者比率～



人財開発部 健康経営G

その他の取組

「ここスポ」の社員案内

「オンライン運動セミナー」に参加できなかった社員へスポーツ庁ポータルサイトの「ここスポ」を案内し、地域のイベントへの参加を促すなど、運動機会の情報提供をしている。

4. 「ここスポ」のご案内

ここスポはスポーツ庁のポータルサイトで、スポーツ実施率を向上させるための施策の一つとして、消費者がスポーツをする際に必要とする情報、場所、指導者、大会・イベント等に関する情報を集約しています。

ひまわり1のフィットネスには時間がある方のみ参加できない方は、このようなサイトを利用して、地域のイベントなどに参加してはいかがでしょうか。

ここスポ利用にあたってはアカウント (myここスポアカウント) を作成せずとも利用は可能ですが、アカウント作成により、スポーツ施設やスポーツ教室へのお問合せ機能が利用できます。

また、myここスポアカウントの個人ページには、登録情報に基づいたおすすめイベントが表示されるようになるので、アカウントの作成をおすすめします。

| | |
|-------------------------|---|
| 「ここスポ」URL | https://cocospo.go.jp/ |
| myここスポアカウント 作成ページURL | https://cocospo.go.jp/register/ |



担当者の声! / STAFF'S VOICE

健康経営における運動習慣定着の取組を行っての感想、意気込み

当社は「健康応援企業の確立」をビジョンに掲げており、まずは社員とその家族の健康が重要であるという考えのもと健康経営を実践しております。運動習慣の定着についても注力している取組の一つで、コロナ禍をきっかけにより一層重要性を実感しています。運動を身近に感じ、日常に取り入れることができるよう今後も工夫した取組を行っていきたくと考えております。