

## 企業における社員健康づくり事業と地域貢献に向けた取り組み ～T社における事例中間報告～

○廣田 治久（余暇問題研究所） 山崎 律子（ 〃 ）

キーワード： 企業、社員健康づくり、地域貢献、レクリエーション、介護予防

### 1. はじめに

今回報告する事例は、企業における社員の健康管理に向けた取り組みの中で、その家族の健康のみならず家族介護の問題、さらにはそこから拡大して、地域貢献を視野に入れた活動を始めていこうとする企業の取り組みに携わる機会を得たことがその契機となった。

一般的に健康管理といえば定期の健康診断などの医療的側面が多いが、より積極的に健康増進を図ろうとすることや腰痛や肩こりなど就業時に発生しやすい障害などを積極的に予防しようという見地に立ち、また単に身体的な運動というだけに止まらず、レクリエーションの視点に基づき、その方法・効果を考えることが必要であろうと考える。

そのような中で社員の健康増進事業として、本年度(平成16年度)から協力することとなったT社での社員健康づくり教室は、先に述べた社員だけの健康づくりに止まらない地域貢献を視野に入れた全社的な事業としての位置付けが考えられている点は注目に値すると考える。

したがって、今回T社における取り組みの中間報告として、企業における社員に向けた積極的な健康づくり事業の状況と、その目的が社員の健康管理に止まらず、社員の家族、さらには地域への貢献としての活動を見据えた取り組みであることを報告したいと考える。

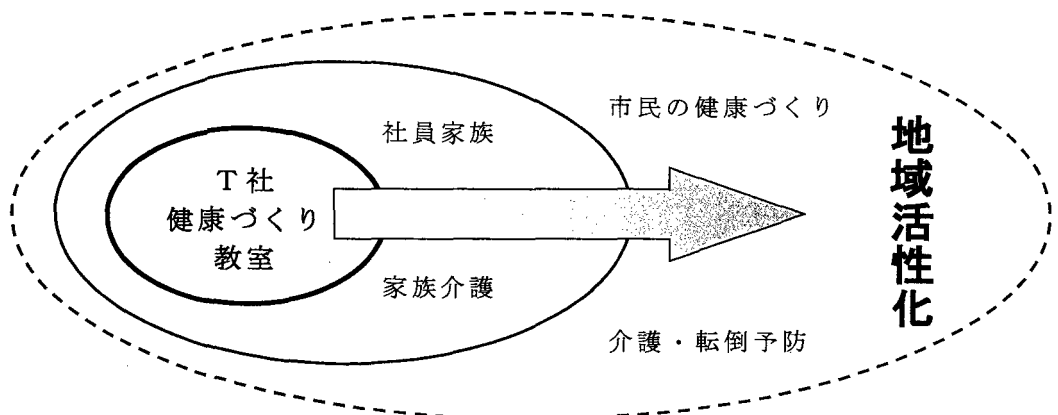
### 2. T社の概要

本社所在地： 新潟県I市(人口約3万人) 創業： 昭和13年  
事業内容： 港湾建設、浚渫工事、土木建設、建築、住宅設計・施工・管理  
社員： 161名(支店・営業所を除く) 平均年齢41.6歳

20才代	30才代	40才代	50才代	60才代
31(19.2%)	45(28.0%)	41(25.5%)	32(19.9%)	12(7.4%)

I市のなかでは、いわゆる地域の土木建築の中規模企業として歴史ある会社である。

### 3. 地域貢献を視野にいれたT社の取り組みイメージ図



#### 4. 健康づくり教室の概要

T社の地域貢献に向けた取り組みは、“がいなしょ”（地域の方言で元気な人々）という言葉キーワードに、本業である土木・建設に捕らわれず、農業を含めた新しい事業の展開、さらにはI市における地域を巻き込んだ振興・活性化の一役を担うことが念頭に置かれている。そのような目的の中で、まずはT社の社員1人1人が“がいなしょ”であること、自身の健康づくりを進めるためにもこの教室が企画された。

##### <健康づくり教室の概要>

- ・平成16年4月開始 ・時間：毎週水曜日、17:30～19:00 ・会場：本社ビル3F会議室
- ・期間：3ヶ月間で全12回を1期。当面の計画として12月までの全3期を予定。
- ・対象：社員161名を3グループに分け、各期50名程度。
- ・教室のプログラムの概要：第1回目と11回目に体力測定。その他の回は、体力の向上を目的に筋力や柔軟性、さらには巧緻性を意識づけるプログラム実施。ただし、その指導方針に関しては、個別に黙々とするのではなく、参加者同士のコミュニケーションや楽しく行える雰囲気作りに配慮している。
- ・教室以外の日も地域のスポーツクラブと連携し、その利用を推進することでさらに運動の生活化を進めることが計画されている。

#### 5. 健康づくり教室の現状と地域貢献に向けた今後の取り組みの展望

- ◆ 健康づくり教室では、社内のオフィスを使うことによって、社員に対する認知を高め、身近に行なう健康づくりへの意識啓蒙を図っている。
- ◆ 健康・体力といった側面だけでなく、教室でのコミュニケーションが活発に行なわれることで、社員同士の縦・横の円滑な人間関係作りにも期待を寄せる声がみられる。
- ◆ しかし、職務上の問題や社員本人の健康づくりに対する意識などさまざまな問題から、当初の予定ほど参加者数が伸びていない現状にある。
- 現在は社内のみで実施している教室を、地元の他企業や行政とも協力し、より多数の一般市民を巻き込んだ教室の展開を検討している。
- I市やT社社員の家族にも高齢化は直面する大きな課題である。高齢化の問題に対し、介護予防・転倒予防の見地からも健康づくりの意識啓蒙や運動の生活化は重要であり、その活動をT社から率先して発信していくことも視野に入れている。

#### 6. まとめ

社員の健康づくりに対して一般的に昨今の企業の現状を考えれば、必ずしも積極的でない現状であることは否定できない。そのような中でT社が社員の健康づくりに積極的に取り組むとともに、企業の社会貢献として、地域の活性化を健康づくりという方面から取り組み始めたことは興味深いものとする。しかし、そのスタートである健康づくり教室の実施は順調ということではない。労働環境整備や社員1人1人が積極的に参加していくような職場内の意識変化をいかに促すかが課題ではないか考える。また、企業の健康づくり教室から、地域への発信、もっと積極的に言い換えれば、いかにして地域に働き掛けていくかという問題も出てくる。

今回はT社の取り組みを報告するに止まったが、今後もこの事業に関わらせていただくなかで、実状・課題、さらにはその成果など報告したいと考える。