

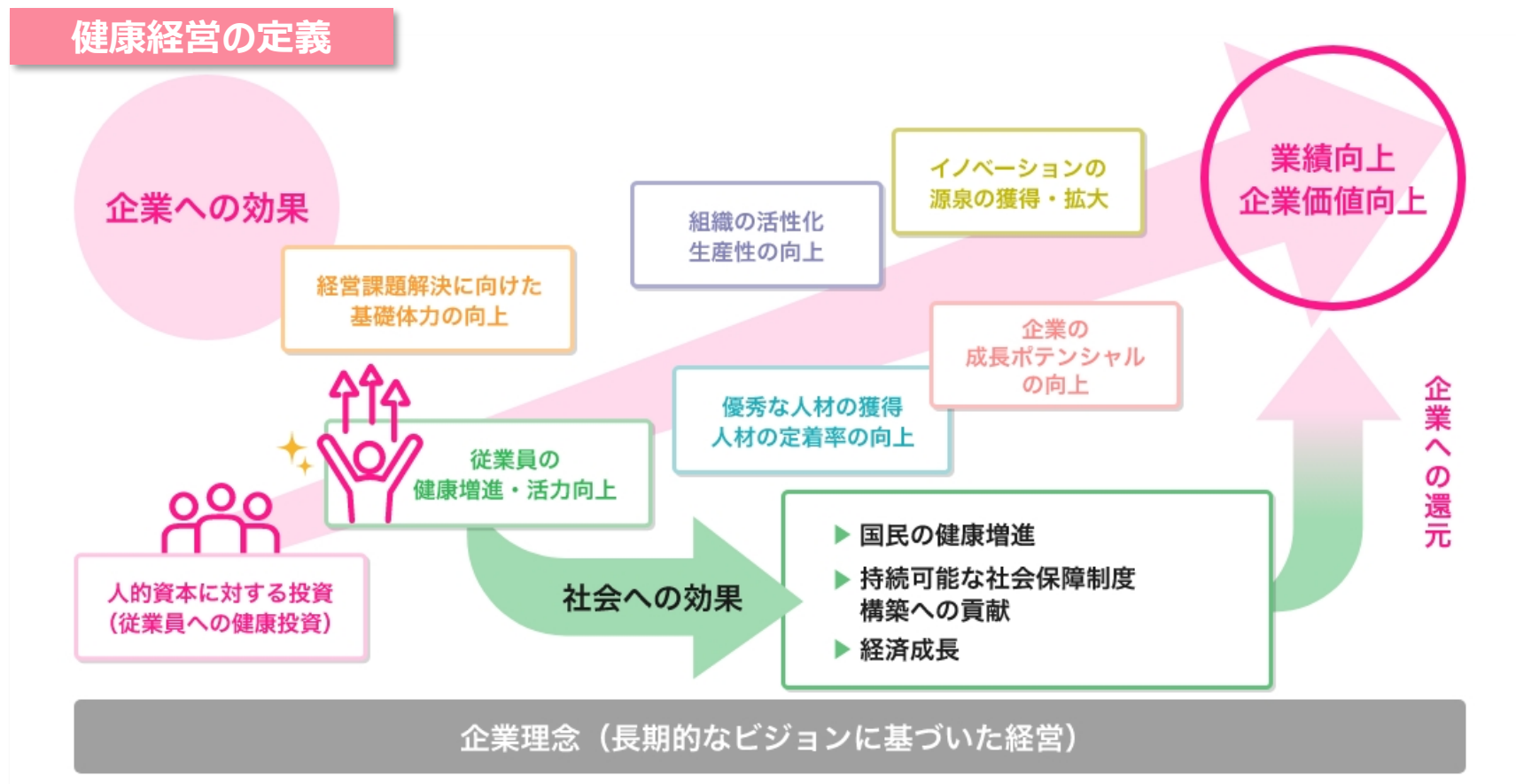
SBアットワークの健康経営の取り組みについて (お取引先企業様向け)

2025/4

SBアットワーク株式会社 健康経営推進チーム (MYH100)

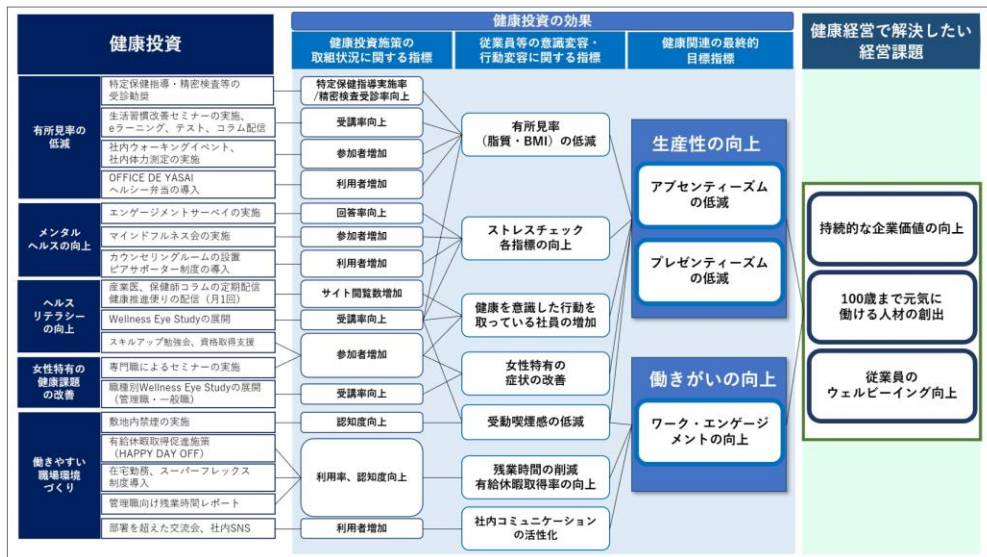
 SB AtWork

「従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること」です
従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらし、
結果的に業績向上や株価向上につながると期待されています



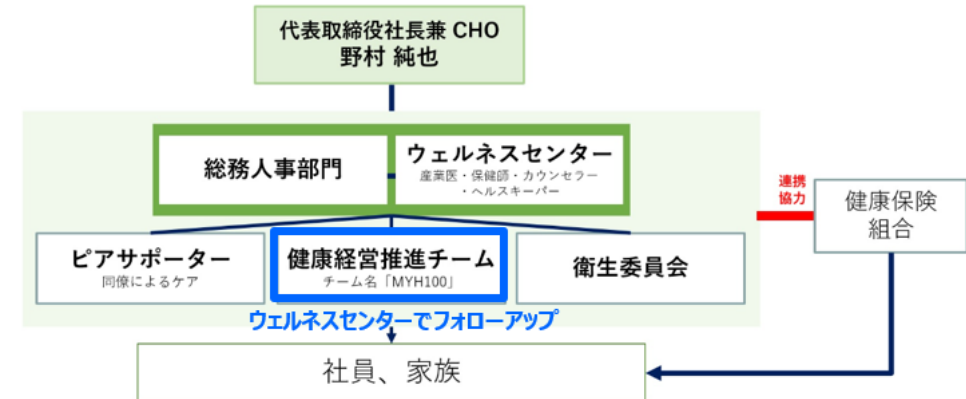
心身ともに健康でいきいきと「100歳まで元気に働ける」会社を目指し、社員目線を大切にしながら健康経営に取り組んでいます

戦略マップ



目標やアクションプランをひとつにまとめたマップを作成し
 毎年度、PDCAを回しながら、健康施策を推進

推進体制図



◆健康経営推進チーム (MYH100)
 「Make You Healthy until 100」の略称で
 有志の社員で形成された、健康経営推進チーム
 健康経営施策の企画・運営に参加

からだの健康

- ・生活習慣改善のための各種セミナー
(テーマ：健康診断結果の見方、LDLコレステロール、睡眠など)
- ・ウォーキングイベント、ちよつとWalk
- ・朝礼ストレッチ、ストレッチ動画配信
- ・無添加、低カロリーな置き菓子サービスの導入
- ・パワーナップ推奨記事の発信

ヘルスリテラシー

- ・産業医・保健師コラムの定期配信
- ・健康推進便りの配信（月1回）
- ・Wellness Eye Study(eラーニング)の展開
- ・スキルアップ勉強会、資格取得支援

女性特有の健康課題

- ・女性の健康セミナー実施
- ・職種別Wellness Eye Study(eラーニング)の展開
(管理職・一般職)

こころの健康

- ・ストレスチェック（年1回）
- ・エンゲージメントサーベイ（月1回）
- ・マインドフルネスセミナーの案内
- ・ピアサポーター制度
- ・新任管理職研修内でのメンタルヘルス教育実施

働きやすい環境づくり

- ・有給休暇取得促進施策（HAPPY DAY OFF）
- ・在宅勤務、スーパーフレックス制度導入
- ・管理職向け残業時間レポート
- ・敷地内禁煙の実施

コミュニケーション

- ・Happy Meetup (部署を超えた「興味・関心のあるテーマの仲間」での交流時の費用補助)
- ・社内SNS活用 ・挨拶施策
- ・部門内懇親会の費用補助

在宅勤務の導入により運動不足を感じる社員が90%以上

健診有所見率や将来の健康リスクを低減するため
運動習慣のない社員へ運動を促す取り組みをスタート

2021年度～

春・秋ウォーキングイベント

健保のウォーキングイベントと連動して開催



2022年度～

5,000歩以上の歩数達成を目指す
「ちょっとWalk」

1年間を通し実施



2023年度～

社内体力測定

運動に取り組むきっかけづくりとして開催



「ちょっとWalk」の取り組みについてご紹介いたします

運動習慣のない社員へ運動を促す取り組みをスタート

2021年度～

春・秋ウォーキングイベント

健保のウォーキングイベントと連動して開催



2022年度～

5,000歩以上の歩数達成を目指す
「ちょっとWalk」

1年間を通し実施



2023年度～

社内体力測定

運動に取り組むきっかけづくりとして開催



対象	本務・兼務の社員（派遣、業務委託含む）
実施期間	通年
内容	<ul style="list-style-type: none">・1カ月の平均歩数5,000歩以上を目標に歩く・5,000歩達成者は翌月10営業日までにフォームで1カ月の平均歩数を提出・達成者には、一律100ポイント贈呈・毎月朝礼で社長にルーレットを回してもらい、ルーレットの数字を「社長ナンバー」に設定。平均歩数の下一桁が一致した方へはプラス50ポイントプレゼント
賞品	累計ポイント相当のQUOカードPay（1ポイント=1円） ※年度末（3月）に累計ポイントに応じた金額を贈呈 ※期中で他社へ異動、産休に入られた場合はプチギフトを贈呈
参加方法	個人参加 ※別途開催している春・秋のウォーキングイベントはチーム参加も推奨

手軽に

エビデンス画像は提出不要

気軽に参加できるよう
歩数の申告はフォーム申請のみ



楽しく

ポイントアップチャンスの設定

毎月全社朝礼でルーレットを回し
ルーレットの数字と歩数の下一桁が
一致したらポイントアップ



みんなで

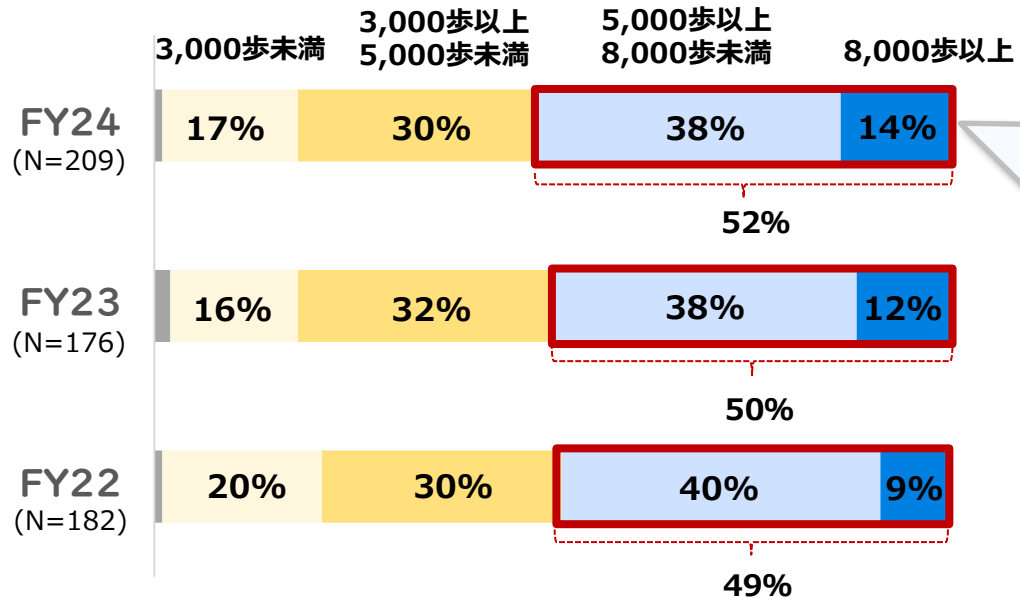
社長から毎月呼びかけ

ルーレットは社長に回してもらい
毎月社長から参加を呼びかけ



約半数の社員が歩数を達成し、ポイントを獲得しています

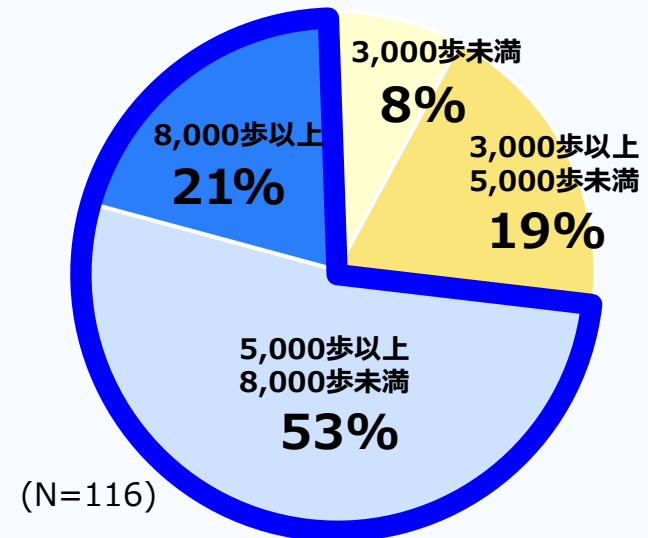
年間の平均歩数



**平均歩数5,000歩以上の層は
年々徐々にではあるが增加**

意識調査 実施期間：2025年1月22日（水）～ 2025年2月7日（金）
回答者：209名/回答率93%

ウォーキング施策（※）参加者の平均歩数



**施策参加者は
5,000歩以上が約75%**

（※） ちょっとWalkと5月の健保・全社ウォーキングイベント、11月の健保ウォーキングイベントいずれかひとつでも参加している方の平均歩数

**今後もウォーキング施策を通じ、歩行・運動習慣を促進することで
健診各有所見率の低減、生活習慣病の予防につなげていきたいと考えています**

**弊社の取り組み施策についてご質問等
ございましたら、お気軽にお問合せください**