

令和5年度東京都スポーツ推進モデル企業 トヨタモビリティ東京株式会社

Toyota Mobility Tokyo

企業データ

所在地	港区
業種	サービス業
従業員数	7,700名

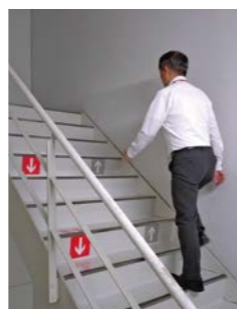


全員参加で、健康増進や運動不足解消にチャレンジ

TMT 健康チャレンジ

全員参加（役員、正社員、受け入れ出向者、パート・アルバイト、派遣社員）による健康増進のための取組「TMT健康チャレンジ」を実施。

4つの部門（日常生活部門、運動不足解消部門、食生活改善部門、自由部門）の中から、自分に合ったコースを選択し2か月間継続、達成基準クリアを目指す。運動不足解消部門（ウォーキング、ストレッチ、階段使おう、ながら運動、の4コース）には、約4,500人の従業員が参加し、参加率は約6割。昨年の健康増進のための取組は、ウォーキングの一択であったが、今回は自分に合ったコース（運動）を選択できるよう、工夫した。社員の健康意識が高まり、自分自身だけでなく家族の健康も意識するようになったとの声が上がった。なお、達成した社員には、福利厚生で利用できるポイントが付与される。



コース番号	コース	こんな方にオススメ!
⑦	ウォーキング	少しの時間でも歩いてみよう
⑧	ストレッチ	運動不足で体がコチコチ
⑨	階段使おう	つついエレベーターを使いがち
⑩	ながら運動	「運動する時間がない」と思っている

達成基準はこちら



3. 特来のモビリティ東京の為に...
◆モビリティ東京は人が財産
会社の財産 = 社員の皆さん
一人ひとりの「健康」が大事!
ご自身の為、家族の為、お客様の為、特来のモビリティ東京の為に...
まずは「健康意識の改善」が必要!

【2】運動不足解消部門 4コース
【4】自由部門 ご自身で目標設定

1. 最終報告 結果発表
TMT健康チャレンジへのご参加ありがとうございました。
参加者数：6,719名（約92%）
達成人数：3,397名（約51%）

2. 人気コースランキング結果
人気コース ベスト5!!
1位 ウォーキング (2,048名)
2位 睡眠しっかりカラダ回復 (1,700人)
3位 あいさつ&コミュニケーション (1,653人)
4位 階段をつかおう (1,103人)
5位 ストレッチ (1,057人)

8. スケジュール
5月26日：office365会社付与メールアドレス宛にメール配信、メールに記載のID、PWでログイン
※配信日メールが届かない、会社付与のメールアドレスが無い方
→メール
コースを決めてエントリー
6月1日～7月31日：決めたコースの達成基準クリアを目指して毎日チャレンジ、パソコンや、携帯から、結果を入力

社員皆様の健康をサポートしていきます
自分と仲間の健康のため、これからも楽しく健康チャレンジ!

その他の取組

社内クラブ活動費の会社補助

従業員が勤務時間外に活動する社内クラブに対し、会社が経費を補助する制度を制定。

社内クラブには、東京都実業団に加盟するバドミントン部、Vリーグ(Div3)に参戦するバレーボール部など、10のスポーツ系クラブがある。会社が補助することで個人負担が減り、クラブ活動をする従業員が増加した。部署や役職を超えたコミュニケーション向上にも貢献した。



STAFF'S VOICE

担当者の声!

自分と仲間の健康のため、楽しく健康チャレンジ!

トヨタモビリティ東京で今年度実施した「TMT健康チャレンジ」では4部門17コースの中から自分に合ったコースを選び、2か月間継続して取り組みました。全社員が参加し、生活習慣改善、健康度の底上げを図り、参加者からは

- ・自分も家族も健康意識アップ
- ・職場内でコミュニケーションが活性化などのうれしい意見が多く寄せられました!

また、当社には12の社内クラブのうちスポーツ系クラブが10あり、中でも強化クラブのバレーボール部とバドミントン部は、全国大会に出場するなど素晴らしい成績を残しています。今後も若手社員をはじめ、多くの社員が仕事とクラブ活動の両立を図れるよう、新しい働き方を提案してまいります。