

LAWSON

株式会社ローソン



業務と同じようなやりがいや達成感を、
運動会を通して得る!

新・元気になろーソン!

平成29年度は、「新・元気になろーソン!」と銘打って、ローソン大運動会を全国8エリアで実施。ハンディキャップを持つ社員でも参加できるように、歩数チャレンジを実施し、エリア別対抗で歩数のUPと、健康の増進を図っている。

また、運動会では、「大人の体力測定」を実施、握力や体前屈、反復横跳び等の測定を行い、運動不足を実感することで、「運動をしよう」という意欲を高めてもらうきっかけになるよう働きかけている。平成29年10月～12月にかけて、各エリアで運動会を実施。歩数チャレンジでは1,700名が参加。

組織・チーム・個人で参加しやすい複数のメニューを用意。

全社：健康大運動会
～目指せ! 日本一の元気エリア～

エリア：エリア対抗歩数チャレンジ!

チーム・個人：元気チャレンジ!
～選べるチャレンジコース～



企業 DATA

所在地
品川区

業種
小売業・サービス業

総従業員数
約 9,100 名

健康チャレンジ

全従業員が一緒に健康意識を高め、健康数値を改善するため「健康90日チャレンジ」と銘打った健康増進期間を平成28年9月から年2回継続的に実施中。

1食あたりの糖質量をコントロールし食生活の改善を図る『ロカボチャレンジ!』や『禁煙チャレンジ!』と併せて、『部門健康チャレンジ!』を実施。部門ごとに週1回、ラジオ体操、階段を利用する、会社までの1駅を歩く、などの健康活動を実施。期間中は各部署の取組を社内報に掲載し、実施率のアップを図った。

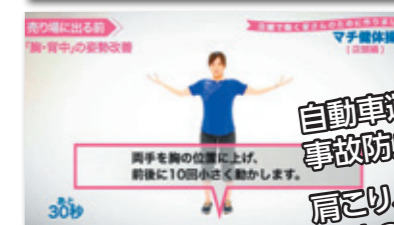


マチの健康体操

立ち仕事の多い店舗社員の腰痛対策や、車の運転時間が多いスーパーバイザー(店舗指導員)のために、ローソンオリジナル「マチ健康体操」を活用したストレッチ体操を作成。いつでもどこでもでき、気分転換となるよう、スマートフォンや店舗PC(フランチャイズ店舗を含む)に動画を配信している。

また、動画には、社員であり、ソチオリンピック代表の元アイスホッケー選手の平野由佳さんが出演している。

ドライバー編・店舗編の動画も配信!



自動車運転の
事故防止
肩こり、腰痛の
予防のため

スポーツ大会

例年、全社員が参加するスポーツ大会を開催している。平成21年からスタートし、ソフトボールやソフトバレーの他、ボーリング大会なども開催。例えばソフトボールは、女性が打ちやすいような特別ルールを設けるなど、年齢や体力に関係なくみな参加しやすい運用を心掛けている。

毎年各8地区で予選会を開催し、地区優勝チームが集まる最後の決勝大会を、東京(他)で開催する。

部活動

スポーツや文化活動など、5人以上でテーマを決めて申請するローソン公認の部活動。

活動内容は、社内のコミュニティサイトを活用して報告することで見える化も図られている。

組織内や組織を越えたメンバーで活動することで、コミュニケーションの活発化と業務円滑化につながっている。



東京都
スポーツ推進大使
ゆりーと



STAFF'S VOICE

健康大運動会は、社員の7割以上が参加するという、実は予想を超えた参加人数と大変な盛り上がりで開催されました。

各エリアそれぞれで、種目構成やルールを企画し運営することで、社内の主体的な行動の醸成にも繋がりました。

参加した社員からは、「性別年齢関係なく、チームみんなが楽しんで参加することができた」とたくさんの声を頂きました。

これからも、お客さまの健康生活全般をサポートするとともに「明るく元気に楽しく」ローソンらしい文化を全員で作りに上げてまいります。