



大東建設不動産株式会社

大東建設不動産株式会社



**新型コロナウイルス感染症対策を徹底し  
クリケット競技を通して  
体力づくり等の新しい取組を実施**

クリケット競技を実践している各学校での指導を感染拡大防止のため、リモート等での指導やアドバイスを加えるなど工夫を凝らし取組み方を提案。

また、社内の取組としては、運動不足にならないよう自転車通勤や弊社ビルや駅の階段利用を推進し、現在も実践している。



大東建託パートナーズ株式会社



**「健康経営」の一環として、コロナ禍でも  
従業員がスポーツに親しめる環境づくりを工夫**

毎朝9時から全社でラジオ体操が定着しており、コロナ禍のテレワーク時でも出社時でもソーシャルディスタンスを保って実施している。

また、毎月ラジオ体操と肩こり・腰痛予防のためのストレッチを紹介し、社員の運動への意識付けを継続している。2020年度はコロナ禍の3密を避けるため個人参加のみの開催になったが、ウォーキングラリーへ参加した。

そのほか、2015年度からトップアスリート雇用として陸上競技の大宅楓選手の支援を継続している。今年度は陸上部応援ツアーを組めなかったが、大宅選手の活躍を社内報で共有することにより、社員のスポーツへの関心向上のための活動を開始した。



大日本印刷株式会社



**ニューノーマルに対応したスポーツイベントや  
啓発活動で、従業員の運動習慣獲得を支援**

「ウォーキングイベント」は、密を避けるためにこれまでの集合型をやめ、参加者が自由に日程を選んで参加できるよう、当社開発のスマホアプリ「YORIP」を活用したスタンプラリー形式に変更して実施した。

また、社内サイトでは、「疲労回復」や「免疫力向上」などコロナ対策に関する記事や、テレワーク拡大による運動不足を改善するための「簡単エクササイズ動画」を継続的に公開するなど、ニューノーマル時代に対応した取組を行った。



太陽生命保険株式会社



**フアオルト健康ウォーキングによる  
健康寿命の延伸への取組と  
スポーツ支援及びストレッチ動画の作成**

フアオルト（健康保養地）健康ウォーキングを活用した健康推進プログラムに従業員が参加し、健康づくりを行っているほか、「太陽生命フアオルト健康ウォーキングアワード」を開催し、日本全国フアオルト健康ウォーキングを普及している。

また、競技環境の整備と普及・青少年の健全な育成を目的に、女子スポーツ（ラグビー、アイスホッケー）に協賛している。

そのほか、コロナ禍の取組として、当社従業員でありアイスホッケー女子日本代表の久保英恵選手のストレッチ動画をアイスホッケー連盟と作成し、当社ホームページに掲載している。

# TACT

## 株式会社タクト・マシン・サービス



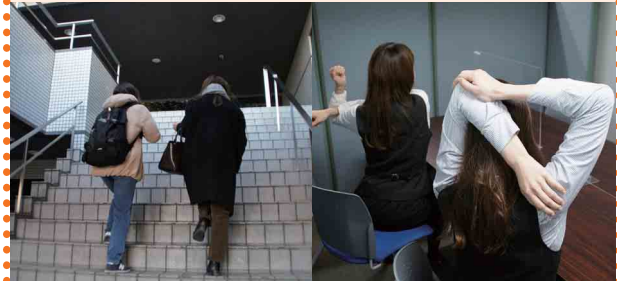
### 通勤時やテレワーク時の運動を推奨し、イベントへの参加を会社として推進

関東ITソフトウェア健康保険組合が開催しているスマホアプリの「ヘルスケア」を活用したウォーキングイベント「MY HEALTH WEB スマ歩ウォーク 2020秋」の参加や、運動不足の解消を目的とした社内運動推奨期間などを実施している。

また、コロナ禍で中止となってしまったが、毎年「NIPPON IT チャリティ駅伝」など全国各地で開催されているイベントへの積極的な参加を推進している。

# タツミ産業株式会社

## タツミ産業株式会社



### 毎週水曜日の出社時に階段(3階)使用/毎日15時に社内でストレッチ体操

本部・関東事業部・家庭用品部が職場である全従業員が、毎週水曜日の出勤日に事務所のフロアである3階まで階段を使って出勤している。

また、全事業部従業員対象で協会けんぽが推奨するストレッチ体操を、毎日15時から5分間実施している。社長自ら率先垂範し、社員のスポーツ推進活動への理解と健康向上を目的に活動している。

# TANAKA

## TANAKAホールディングス株式会社



### 従業員の健康促進のためのスポーツ活動奨励やオンライン観戦を中心としたパラスポーツ支援活動

従業員の健康促進、従業員満足度の向上や社内コミュニケーションの活性化を目的としたスポーツ活動を支援・奨励。2012年から継続している障害者スポーツ・パラアスリートへの支援・応援活動について、新型コロナウイルスの感染拡大により求められる「新しい日常」下で、「オンライン観戦」での参加を従業員へ呼びかけた。これにより、これまで会場立地の問題で足を運べなかった従業員もオンラインで気軽に試合観戦ができた。

また、日本ブラインドサッカー協会主催の親子向けイベント「オンラインブラサカ親子広場」に従業員家族が参加するなど、リモートでの活動に注力した。

# Tanseisha

## 株式会社丹青社



### アスリートの雇用、アスリート社員によるストレッチ&エクササイズ教室開催

当社社員である女子7人制ラグビー・原仁以奈(はらにいな)選手の現所属チーム・PEARLS(パールズ)のオフィシャルスポンサー兼オフィシャルパートナーとして全社的支援を行っている。

また、原選手によるストレッチ&エクササイズ教室をオンラインで定期的に開催し、在宅勤務による運動不足解消や社内コミュニケーション活性化につなげるとともに、原選手を中心とした社内SNSにてスポーツ普及を支援する取組を行っている。

すべての革新は患者さんのために



中外製薬

Roche ロシュグループ

中外製薬株式会社



障害者スポーツの応援活動を通じて、誰もがスポーツを楽しめる社会作りを目指す

実践部門では、在宅勤務の機会が増えている昨今の事情を踏まえ、多くの従業員が自宅内でも気軽に実施できるよう、ストレッチやリフレッシュ体操を従業員向けに社内のWEB環境を利用して発信、運動機会の創出を図った。

支援部門では、障害者アスリート雇用のほか、障害者スポーツの啓発ガイドブック発行支援や障害児への運動の機会提供として、車いすスポーツの定期運動クラス、野外活動イベントの支援を実施した。

そのほか、事業所所有の運動場の貸出も行った。

通信機器産業健康保険組合

通信機器産業健康保険組合



三密を避けてのラジオ体操やウォーキングイベント「通さんぽ」の実施

健康保険組合として加入員の健康を維持・増進する上で、職員自らが健康であるべきという考えから、健康経営のひとつとして運動習慣の定着を掲げている。

マスク着用・オフィスの換気・職員同士の間隔を空ける等、感染防止対策に配慮した上で、毎朝ラジオ体操を実施。在宅勤務時にも活用できるトレーニングやストレッチ動画を周知する等、運動不足の解消や心身のリフレッシュに役立てている。

また、1日9,000歩を目標とした歩数表彰、職場から2~3kmの目的地を設定し、就業後に徒歩で目的地を目指すウォーキングイベント「通さんぽ」を実施。そのほか、本年はコロナ禍で中止となったが、年1回程、ボウリング大会等を開催している。



都築電気株式会社



専門家監修「メソッド動画」で健康増進！在宅勤務者の運動機会増加に向け、セルフケアシステムを公開

在宅勤務が続く社員に向け、健康な心身づくりを支援するシステムを社内で作成し公開。ノートPCの内部カメラを用いた「姿勢チェック機能」や、社員が自宅で実践できる運動やストレッチ等の「健康増進メソッド動画」の閲覧・実施が可能。整体師やパーソナルトレーナー等の専門家監修のもと、システム構築や、動画コンテンツの企画・撮影・出演・編集までを当社社員が行った。

また、本年はコロナ禍で中止となったが、復興支援サイクルイベント「ツール・ド・東北」や企業対抗スポーツイベント「コーポレートゲームズ」に例年積極的に協賛・参加している。



つなひろワールド  
Tsunahiro World

株式会社つなひろワールド



車椅子ソフトボールに社員が参加、オンラインで戦術会議を実施

昨年創部した、総合障害者スポーツクラブチーム「Glitters」での活動をする際は、「プレー中以外のマスクの着用・手指の消毒・検温・こまめな換気」を徹底して行っている。戦術会議などは対面では行わず、オンラインツールを使用して実施。チームに社員が所属し、障害者スポーツの魅力を知るため、実際に練習を行ったり、様々な競技の体験などを行っている。

また、本年度はコロナ禍で数々の障害者スポーツの大会が中止となったが、例年は車椅子ソフトボールの大会や車いすラグビーの大会に参加している。



## DIC株式会社



### コロナ禍でも工夫をしながら 身体を動かす

2020年は新型コロナウイルスの影響で例年行っていたスキー大会やソフトボール大会は軒並み中止を余儀なくされた。大きな大会は出来なかったが、日常の中に身体を動かす機会は増えたように感じている。例えば、満員電車を避けた自転車通勤の推奨、エレベーターの密を避けた「2UP2DOWN活動（2フロアまでの移動にはエレベーターを使わずに歩く）」など、これまでも実施していたことだが、より意識して実行する人が増えた。

また、毎朝のラジオ体操、リフレッシュ体操も広い場所を探して、十分な距離を取って実施している。

そのほか、健康保険組合ではWEBでのwalkingイベントを開催した。



## T&Dフィナンシャル生命保険株式会社



### 障害者スポーツ及び 従業員の社内クラブ活動を支援

日本ろう者サッカー協会とオフィシャルパートナー協定を締結し、ろう者サッカー・フットサルの発展と普及をサポートしているほか、障害者アスリートを雇用し、競技活動を支援することで、従業員の障害者スポーツへの理解促進を図っている。

また、T&Dフィナンシャル生命健康保険組合が継続して社内クラブ活動にかかる費用の一部を補助するほか、コロナ禍において屋内で簡単にできる運動等を紹介するリーフレットを配布。社内コミュニケーションツールである「TDFギャザリア」（社内電子掲示板）においても、障害者アスリートが気軽にできるストレッチの方法を紹介する記事を発信するなど、従業員の健康増進を図っている。



## 株式会社ティーガイア



### オンライン等を活用した 従業員への運動機会の提供、 社内クラブ活動や障害者スポーツの推進を支援

令和2年4月より、在宅勤務を申請している従業員を対象に「アタマ」のリフレッシュや運動不足の解消等を目的として、毎日定刻に体操やエクササイズ動画を紹介するURL付きメールを送信している。

5月初旬から6月末までは、Zoomを利用したLIVE配信によるWEBエクササイズを毎日実施した。

また、従業員間の交流及び自主的な健康保持・増進、リフレッシュを目的に、スポーツクラブの活動費用の一部（上限1.5万円/1人）を会社から補助、大会参加費等を支援している。

そのほか、「JPSAオフィシャルサポーター」として、障害者スポーツの推進に取組むとともに、当社で働くパラアスリート社員の活動を休暇の付与等で支援している。



## ティーペック株式会社



### ウォーキング促進のための 『T-PECウォークシリーズ』実施

従業員のこころから健康づくりのため、楽しみながらウォーキングに取組めるよう「T-PECウォークシリーズ」という社内運動を実施している。希望者へはウェアラブルデバイスを配付し、日々の社内ランキングをアプリ上でチェック。平均歩数に応じた表彰を年2回行っている（2020年の表彰はオンラインで実施）。

また、個人ごとの表彰のほかにも、配偶者の参加や所属のランキング表示、参加者の総歩数に応じた金額が会社から患者団体へ寄付される仕組みを設けること等でモチベーション維持を図っている。

# D Y M

## 株式会社DYM



### 社内部活動支援制度や階段利用の推奨など、 「新しい日常」下でも従業員の 健康増進のための様々な取組を実施

新型コロナウイルスをはじめとする感染症の対策として、執務室入口に体温測定用サーマルカメラや消毒用アルコールの設置、執務室内ではマスクの着用やアクリルパーテーションの設置を徹底。エレベーター内での三密回避と、社員の健康推進の両立のため、階段利用も推進している。

また、ソーシャルディスタンスを保ち、マスク着用で十分な換気を行いながら、ヨガ部などの社内部活動支援制度も継続。

そのほか、本年度はコロナ禍で実施できていないものの、部署や役職をまたいだチーム編成での社内運動会や、弊社がスポンサーを務めるFC東京の試合観戦も例年積極的に全社行事に取り入れている。

# TEIJIN

## 帝人株式会社



### 社員の健康保持増進のため、ラジオ体操や ウォーキング大会等のイベントを継続して実施

国内の主要拠点では、毎日、始業前や昼食後、15時のタイミングでラジオ体操の音楽を流し、ラジオ体操を実施している。

また、社員・家族の健康保持増進のために、ウォーキング大会などの健康キャンペーンを実施し、健康意識の向上と正しい生活習慣獲得のきっかけ作りに取り組んでいる。

# DESCENTE



## デサントジャパン株式会社



### コロナ禍でも実施可能な スポーツ活動支援や運動教室を通じて、 『スポーツを遊ぶ楽しさ』を提供

新型コロナの影響で、社員運動会や参加型スポーツイベント等が中止になり、テレワーク増加で体を動かす機会が減る中、密を避けつつ社員個々が気軽に継続的に運動を行えるよう、健康増進支援アプリを利用したウォーキングイベントを実施。同僚(2~10名)とチームを組み、アプリを通じてメンバー間でコミュニケーションをとりながら、日々の個人・チームの歩数や順位を把握してチーム対抗で歩数を競うことで、日常生活に「歩く」をプラスする活動。メタボや生活習慣病の予防だけでなく、健康の維持・増進に繋がる通勤時のひと駅歩きや階段の利用推奨等、運動習慣を楽しく身につける全社員参加型イベントである。



## 株式会社デュアルタップ



### 手軽に気軽にできる スタンディングミーティングの推奨 & リモートでのプチ運動推進

働く社員の健康状態を良好にし、生産性を高めることを目的としてスタンディングミーティングを推奨している。健康状態良好などの効果のほか、当施策の推奨により、コミュニケーションの活性化、時間の効率化や活発で創造性に富んだアイデアの創出などの付随効果も発生している。

また、ニューノーマル時代の新たな取組も実施しており、WEB会議システムを利用して、ヨガやストレッチを在宅勤務中の従業員同士で実施した。「運動してリフレッシュすることで業務の集中力が上がった」、「対面で会うことができない中、メンバーとの交流の場となった」などの意見があった。



## テルモ株式会社



### 達成者には果物が届く、 「WEBウォーキング大会」を実施。 社員も家族も楽しみながら運動習慣改善へ！

歩いた歩数をWEBサイトに入力すると、ポイントに応じ画面上で果物が育っていき、達成者には育てた本物の果物が自宅に届く「WEBウォーキング大会」を、毎年実施している。コロナ禍で屋外の活動が制限される中、ウォーキングだけでなく、ストレッチやラジオ体操など、自主的な健康活動もポイント換算できるように工夫した。

また、在宅勤務の拡大など、働き方も大きく変化し、運動不足等の課題を感じる社員も多いが、同僚や家族と一緒に、気軽に楽しみながら活動することで、日々の運動習慣向上につなげている。



## 株式会社TENTIAL



### 自転車通勤の推奨や スタンディングデスクの設置など、 新しい生活様式での運動を実施

コロナ禍ということもあり、リモートでの作業が増え、オフィスを移転した。この移転に伴い、スタンディングデスクを導入し、コロナ禍における社員の健康維持のため、出社時のミーティングではスタンディングデスクを活用している。

また、電車での通勤のリスクや、社員の運動不足を考え、自転車通勤の推奨や、各部署の垣根を超えてオンラインヨガやトレーニングを行っている。出社時にはオフィスの屋上を活用し、休憩時間に実施。



## 株式会社 電通



### リモートワーク下でも、同僚同士や 個人でスポーツを楽しめる『リモスポ』を実施

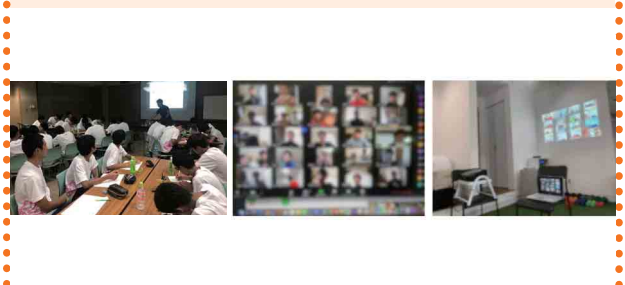
リモートワークが続く中、オンライン上で集合し、講師とともに活動する「リモスポ」を実施。

新入社員研修やチーム会などで取入れ、リフレッシュやチームングに活用している。

また、社内イントラ内にも動画を保存し、在宅中の社員が活用している。



## TOIRO株式会社

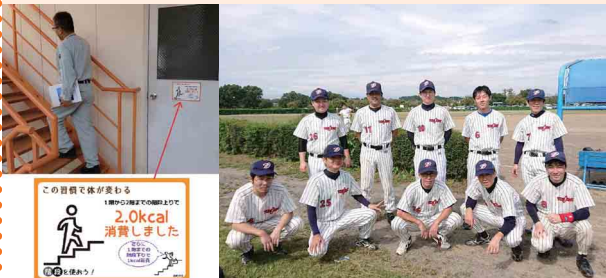


### Jrユースサッカークラブと野への協賛、 選手へのキャリアトレーニングを実施

埼玉を拠点として活動するJrユースサッカークラブと野へ協賛に加え、選手へのキャリアトレーニングを実施。アスリートのセカンドキャリア支援を行う中で感じた、アスリートの早期キャリアトレーニングの必要性を受け、スポーツキャリアトレーニングにおけるシラバスを設計。長期的な視点で自身のキャリアを考え行動できる自主自律型人財の育成を目指し選手120名に対し、月に1回2時間のキャリアトレーニング、選手・保護者向けの進路説明会を実施。コロナ禍においてはオンラインにて実施している。



東亜ディーケーケー株式会社



社員クラブ活動の支援、階段利用の促進、ラジオ体操動画などスポーツ情報の社内配信

野球部、テニス部、サッカー部、水泳部、スキー部といったクラブ活動に補助金を支給し、社員のスポーツ活動を支援している。

また、生活習慣病予防に向けた運動不足解消の取組として、階段利用を推進しており、本社及び事業所の各階に消費カロリーポスターを掲示して呼びかけている。

本年度より、新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点から、日時や場所を指定せず各自で手軽に取組めるスポーツ情報(ラジオ体操動画等)を配信することで、スポーツへの興味・関心の喚起に努めている。

そのほか、グループ会社が山形県に所在することから、J2サッカークラブ「モンテディオ山形」の正会員としてスポーツの振興に貢献している。



東亜道路工業株式会社



スポーツ施設づくりに携わり、スポーツ振興を促進する立場から、様々な団体・アスリートを支援

平成30年度よりアスリート(陸上短距離)を雇用している。

また、令和元年度より日本サッカー協会の「Youth&Development Partner」としてパートナーシップを締結し、サッカー振興と次世代を担う選手育成を応援中。

そのほか、令和元年度よりインクルーシブサッカースクールを展開しているNPO法人アクティブスポーツに協賛も行っている。



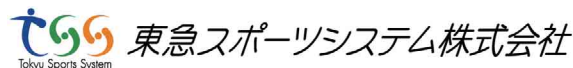
東海東京フィナンシャル・ホールディングス株式会社



東海東京FG全役社員を対象にウォーキング促進活動やアスリート社員による健康運動動画配信を実施

コロナ禍における新たな取組として、歩数計アプリを利用した「ウォーキング促進活動」及び所属アスリート社員による「健康運動動画配信」を実施。ウォーキング促進活動は役員も率先して参加しており、社員の運動に対するモチベーションが向上したことで、自発的な運動習慣の促進につながっている。

また、本年は中止となってしまったが、例年は社内クラブへの支援を行い、共通の趣味や運動を通じて交流を深め、わくわくしながら健康づくりしていくことにも取り組んでいる。



東急スポーツシステム株式会社



ミーティング時にラジオ体操の実施/在宅勤務中のできるエクササイズ動画の配信

従業員の健康維持になるように、定例ミーティングの際に参加者全員でラジオ体操を定期的に実施。

また、在宅勤務者が増えたことにより、従業員の運動不足が懸念されたため、仕事でのリフレッシュになるような、簡単にできるエクササイズ動画を配信。「頭が冴える!血流アップエクササイズ」、「眠気スッキリ、脳内リフレッシュ体操」等々。今後も月1で動画を配信し、のちに健康セミナー動画や難易度をあげたストレッチなども配信予定。



# 東急電鉄

## 東急電鉄株式会社

### 生活習慣・運動対策

#### ■リフレッシュ体操の実施

**実施内容**  
 ・本社2ビルにて実施（ポスター掲示、イントラネットにて動画閲覧可）  
 ・午前11:30と午後15:30の一日2回

コロナ禍、腰痛が慢性化することによる、仕事のパフォーマンス  
 ↓  
 30% ↓      35% ↓      27% ↓

#### リフレッシュ体操の効果

- 肩こり・腰痛の緩和など、疲労回復
- 勤務時のリフレッシュ
- 職場コミュニケーションの促進

### 安全衛生ニュース

#### 在宅勤務時の体調管理について

在宅勤務が定着するにつれて、長時間の在宅勤務による健康被害の発生が懸念されています。在宅勤務時の健康管理について、具体的な対策を解説しています。

## 企業立病院である東急病院と連携し、運動不足の注意喚起やテレワーク時の運動方法を案内

東急(株)・東急電鉄(株)・東急労働組合をはじめ、東急連結各社・東急グループと連携し、運動習慣化に向け、運動会や駅伝大会、ウォーキング大会を開催しているが、今年度は新型コロナウイルス感染症拡大に伴い中止。

また、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、在宅勤務をはじめとするテレワークが急速に推進した。テレワークによる運動不足やコミュニケーション不足に対する注意喚起を定期的に社内イントラに掲出。さらに、企業立病院である東急病院と連携し、専門家の意見を迅速に従業員に周知した。



## 株式会社東京アスレチッククラブ



TACがママ (家業) 6月号

健康維持の重要性を認識し、健康意識の向上を図る。健康維持の重要性を認識し、健康意識の向上を図る。健康維持の重要性を認識し、健康意識の向上を図る。

- 健康維持の重要性を認識し、健康意識の向上を図る。
- 健康維持の重要性を認識し、健康意識の向上を図る。
- 健康維持の重要性を認識し、健康意識の向上を図る。

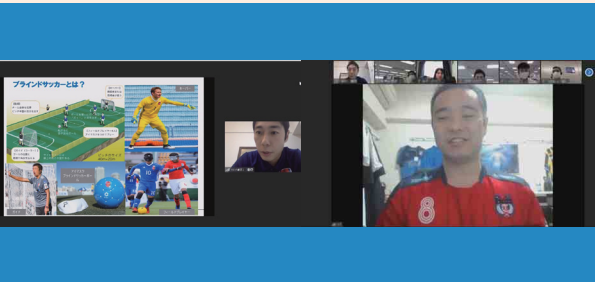
## 従業員の健康管理のための管理栄養士監修メールマガジン配信/ バランスボール会議室の設置

「心と身体の健康づくり」を提供する企業として、従業員の健康管理のために管理栄養士監修のもと、月1回のメールマガジンを配信。また、椅子の代わりにバランスボールを会議室に設置したことで会議時間の短縮に繋がり、生産性の向上に役立っている。



# 東京海上日動

## 東京海上日動火災保険株式会社



## 障がい者スポーツ支援活動 ~「知る」「見る」「体験する」~

東京海上日動は障がい者スポーツの支援を通して、誰もがお互いの人格や個性を尊重して支え合う「共生社会」の実現を目指し、障がい者スポーツを「知る」、「見る」、「体験する」を軸として取組を続けている。

また、2020年度は新規の取組としてオンラインでの「障がい者スポーツの観戦応援」、「障がい者スポーツの体験会」、「アスリートと一緒に障がい者スポーツを通して多様性を学ぶ学習ツールの展開」などを行っている。



# 東京海上日動システムズ株式会社

## 東京海上日動システムズ株式会社



## 参加・観戦・応援の機会の提供で社員のスポーツにおける「新しい日常」を実践することを支援

昨年同様、今年の健康増進月間では参加しやすいウォーキングイベントを実施し、フロア対抗で競い合い楽しみながら、運動する機会を提供している。また、年3回ダイエット企画を開催し、日ごろ運動習慣のない社員もエントリーを機に、運動する機会が増え、健康意識の変化に繋がっている。

そのほか、社員間のコミュニケーションの機会や健康保持・増進を目的として、社内にクラブ活動を設置し、週末の各クラブ活動を通じて、心身の健康保持・増進を図っている。

そして、パラスポーツを盛り上げるべく、スポーツ観戦を通じて応援支援を行っている。今年はコロナ禍の影響もあり、オンライン観戦を行いながら障害者スポーツへの理解を深める活動を行っている。





## 東京海上日動リスクコンサルティング

### 東京海上日動リスクコンサルティング株式会社



#### 健康づくりと社内コミュニケーション活性化/ 在宅勤務中でもオンラインを活用し 継続した取組を実施

毎朝8:55~社内衛星放送のラジオ体操を放映し、職場で実施。今年度はコロナ禍で在宅勤務者も多くなったため、ラジオ体操動画をメールで配信することも始めた。

また、職場ウェルネスプログラムでは、専門のトレーナーが週に1回来社し、就業時間内に執務室にてストレッチや軽い筋トレ・有酸素運動を実施している。新型コロナウイルス感染拡大に伴い、動画のライブ配信を行う形に切り替え、毎日同時刻の配信に先立ち、全社員に働きかけるメールを配信。運動機会を提供し、出社勤務者のみならず、在宅勤務者の健康維持・増進にも取組んでいる。同じ時間に一緒に取組むことで従業員同士のコミュニケーションも生まれている。



### 東京ガス株式会社



#### 在宅勤務者にストレッチのオンライン動画を 配信/社内ウォーキングイベントを実施し 健康維持向上を推進

コロナ禍で在宅勤務者が増加した時期に、社内スポーツ部3部(硬式野球部、ラグビー部、アメリカンフットボール部)によるストレッチ動画をオンラインで定期配信した。各スポーツならではの動きも取り入れながら、デスクワークの合間に簡単にできる内容で構成され、多くの社員が閲覧し運動不足解消を図った。

また、健康の維持向上を目的として2015年から実施しているウォーキングキャンペーンは、今年過去最高の2,000名超が参加。個人で取組める手頃さに加え、在宅でも職場の仲間と目標や進捗を共有できることから、職場単位での参加も多数あり、歩いた場所やその時の気持ちなど仕事とは違った話題が多様な交流につながった。



### 東京システムハウス株式会社



#### 社内クラブ活動やスポーツ懇親イベントを通じ 「コミュニケーションの活性化」、 「心身の健康増進」、「社員の幸福」を目指す

コロナ禍により全体のイベント事は中止。各サークル活動も全体としての活動を休止しているが、メンバー同士、オンラインを活用しコミュニケーションをとりながら自主練習を重ね、再開時に備えている。

また、自社開発ゴルフアプリで子ども競技大会の支援やオンラインでのゴルフコンペも実施。離れていても楽しめる、離れているからこそ楽しめる工夫を行った。

挑みつづける、変わらぬ意志で。



### 東京商工会議所



#### 社員の運動習慣のきっかけ作り、 健康意識の向上

職員の健康増進・スポーツ習慣の定着に取組むため、毎朝のラジオ体操を実施している。職員の中にはスポーツ習慣のある者もいれば、ほとんどスポーツをすることがない者もいるため、全員が取組むことができるラジオ体操を実施することで各人の健康づくりのきっかけとすることを目的としている。

また、職員各人のスポーツ意識向上及び健康増進の観点から2階上、3階下までの移動に関しては階段を使うことを推奨し、多くの職員が実践している。



## 東京地下鉄株式会社



### 女子駅伝部及び障害者スポーツの活動を通じて スポーツ選手が活躍できる環境づくりや 社会・地域の活性化に貢献

2020年4月に発足した女子駅伝部「東京メトロ マークユリー」の活動を通じて、スポーツ選手が活躍できる環境づくりや各種イベントを通じた社会・地域の活性化に貢献している。

また、2020年7月及び12月にチーム合宿地である釧路町にて、地元自治体と連携し、かけこ教室を開催。

そのほか、2017年10月に車いすフェンシング選手の安直樹を採用し、スポーツを通じた障害者支援・スポーツ振興に向けた取組や地域・社会貢献を実施している。その一環として、「JFAこころのプロジェクト 夢の教室」に安選手を「夢先生」として小学校に派遣し、夢を持つことやその夢に向かって努力することの大切さなどを伝える特別授業を実施している。



## 株式会社東京ドームスポーツ



### 各種アスリートの雇用支援と協賛チームの観戦推進/ エクササイズ動画の作成と社員への提供

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、社員の多くが在宅勤務や自宅待機となったが、運動不足解消を目的に自宅で実施できるストレッチ系動画を作成し、社内イントラで動画をいつでも見られる環境を提供した。さらに、各種アスリートの雇用支援と雇用したバスケットボール選手のリーグ戦応援を継続で実施した。

また、本年は新型コロナウイルスの影響で実施できなかったが、例年は「障害児を対象に障害者バスケットボール教室の開催」、「自社グループ敷地内で夏休みラジオ体操会の実施」、「地方自治体等で開催される各種スポーツ大会の社員参加」なども行っている。



## 東京都公立大学法人

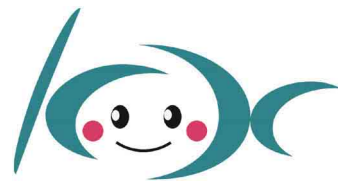


### スポーツ・パラスポーツの普及及び 理解促進

東京2020パラリンピックへの機運醸成や障害者スポーツへの理解促進、裾野拡大のため、パラアスリートへのインタビュー動画等の配信によるオンライン企画を実施している。

また、本年はコロナ禍で中止したが、例年は都民向けに、障害の有無に関係なく参加できるポッチャ体験教室、パラスポーツ体験教室、ユニバーサルスポーツ体験教室、親子でパラスポーツ体験教室等を実施している。さらに、学生向けのボランティアプログラムを実施し、スポーツボランティアリーダーを育成している。

そのほか、近隣の社会福祉協議会と連携し、地域住民を対象としたオンラインスポーツイベントの実施等、スポーツボランティア経験を活かした企画及び活動機会の創出に取り組んでいる。



## 東京都職員共済組合



### 清瀬運動場のテニスコート及び 野球場を一般に開放

東京都職員共済組合が保有する清瀬運動場のテニスコートと野球場を広く一般の方に開放している。

また、近隣の保育園、幼稚園に野球場の芝生部分を開放し、天然芝の上を走り回る楽しみを味わってもらっている。

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、施設内各箇所での消毒・飛沫感染予防対策を実施しているほか、施設利用者には、使用前に体調管理のためのチェックシートに記入をもらった後、個別に消毒セット（手指用消毒液、設備用消毒液、タオル）を貸出し備品等の消毒をお願いしている。



東京都鉄二健康保険組合



**健康づくりは1日8,000歩・速歩20分で、みんな元気!!**

毎日、勤務開始時刻に全職員でストレッチを行い13時にはラジオ体操を行っている。  
また、全職員が活動量計を携帯しており、活動量計を活用した中強度運動(速歩)を意識してウォーキングを実施。毎月データ取込を行い1日平均スコア等を算出している。



公益財団法人 東京都予防医学協会



**空気も身体もリフレッシュ  
体操や部署対抗ウォーキング&  
運動キャンペーン等を実施**

オフィスに二酸化炭素濃度測定器を設置し、換気状況をモニタリングしながら、15時には窓の全開と同時にストレッチ体操を行い、身心のリフレッシュを図っている。  
また、平成30年度から、部署対抗によるウォーキングキャンペーンを実施している。本年度は1日30分以上の運動、スタンディングデスクの使用もポイント加算することで、より一層スポーツ活動の推進に繋げ、日常生活に運動を取入れられるようにした。  
さらに、各フロアーの階段の段数と、一往復した場合に消費するカロリーや半年間継続した場合に消費するカロリーを掲示し、職員の積極的な階段使用を推奨している。



東京西サト一製品販売株式会社



**離れていてもリモート朝礼で一緒に体操!  
ストレッチバンド配布で不調を予防!**

4月から段階的に始めたリモートワーク。運動不足とコミュニケーション不足の防止策として「リモート朝礼」を開始した。いつもの体操を、画面越しに行うことで皆が自然と笑顔に。  
また、オフィスワークでの肩こり解消に共用していたストレッチバンドは、感染症対策で1人1本を個人所有に。デスクに常備して肩こり等の重症化を予防している。  
一方、これまで地域の子どもたち向けに開催していた体操教室は、依然として再開が未定となっている。教室スペースは従業員向けのヨガ教室として、少人数で入れ替わり活用している。こちらも運動不足とコミュニケーション不足の防止に一役買っている。



東京東信用金庫



**コロナ禍の中地域の子どもたちに  
応援メッセージやトレーニング方法の動画を配信**

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、各種イベントが中止、延期になっている中、バレーボール部員から「学校や遊びに行けない」、「友だちに会えない」そんな日が続いている子どもたちへ、応援・励ましのメッセージ動画を作成した。その中で、自宅のできる3つのトレーニング方法の紹介とともに、「新型コロナウイルスに負けるな」という元気な応援メッセージを発信した。  
また、地域の小・中学校の児童・生徒に対しては、バレーボールを通じてスポーツの楽しさを体験してもらうことを主にバレーボール教室を開催している。



### 東武鉄道株式会社



### 東武鉄道杯少年野球・少年サッカー大会を通じた次世代を担う少年・少女の育成支援

東武鉄道では、(一財)東武博物館が主催する東武線沿線地域における少年野球大会、少年サッカー大会に、2019年度までに延べ13,000名を超えるボランティアスタッフを派遣し、会場準備、試合応援等を通じて、次世代を担う健やかな少年少女の成長を支援している。今年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響から大会の開催を断念する運びとなったが、コロナ禍で活動の場を奪われている子どもたちを応援したいとの思いから、少年野球大会においては東武鉄道杯への出場を目指していた沿線の全チームに対するスポーツタオルの贈呈や、抽選での東京スカイツリー®・東武動物公園への無料招待などを行うことで支援している。



### 株式会社トーシンパートナーズ



### 朝のラジオ体操実施、サッカー部・野球部の部活活動、ウォーキングイベント実施

今年から健康経営プロジェクトが始動し、参加者全員に万歩計を配布した一週間のウォーキングイベントを実施した。  
また、朝のラジオ体操とサッカー部・野球部の部活活動は今年も継続的に実施している。



### 株式会社ドクタートラスト



### ウォーキングイベント初開催！ラジオ体操とジム利用で運動機会を提供

スマートウォッチやスマホを活用したウォーキングイベントを全社で初開催。社員は歩数ランキングを毎日見ることができ、互いに競いながら交流を深めていた。会社からスマートウォッチの購入費の補助を受けることもでき、利用した社員も多かった。  
また、集中力が落ち気味の15時にラジオ体操を全員で毎日実施。今年はソーシャルディスタンスを確保しながら行い、心身をリフレッシュできる貴重な時間となっている。  
さらに、日常の運動とは別に積極的な運動機会を提供するべく、大手スポーツジムと法人契約。従業員は毎月一定回数まで無料で利用可能。店舗数が多く、各社員の自宅近隣の施設にも通えるため、利用率増加に繋がっている。



### 凸版印刷株式会社



### スポーツ専従社員による「筋トレ&ストレッチ動画」の配信や、オンライン交流会を実施

在宅勤務による社員の運動不足解消のため、スポーツ専従社員による、「筋トレ & ストレッチ動画」を社内向けに配信。  
好評だったため、社員の家族や顧客企業も見られるように「トッパン公式YouTubeチャンネル」にも動画を掲載した。  
また、例年は地域の学校に赴き、スポーツ専従社員による講演活動などを行ってきたが、今年は社内のスタジオを活用し、オンライン交流会を実施した。  
そのほか、パラスポーツの認知拡大・普及・発展を図るサイト「SPORT TRAIT」の運営や、パラスポーツ写真展を行うなどパラスポーツの認知拡大に寄与している。

## TOPPAN FORMS

トッパン・フォームズ株式会社



### 毎朝のラジオ体操の実施・社内の部活動(スポーツ関連)へ支援継続

始業前に毎日ラジオ体操を社内放送で流し、実施している。今年はコロナ禍での取組として、普段会議室等に利用している部屋も利用し、フロア内の人数を減らし実施している。

また、毎年社内で従業員とご家族が参加できる野球大会やフットサル大会を実施している。2020年度は大会の実施はできなかったが、大会を企画・運営する野球部やサッカー部を初めとする社内のクラブに対し、活動支援を継続して行った。

スポーツを通じて従業員とその家族の健康増進も推進している。

## トヨタ西東京カローラ

トヨタ西東京カローラ株式会社



### スポーツを通じた社会貢献活動を展開し、地域の将来を担う子ども達の健全な育成を応援

野球、フットサル、バスケットボール等の独自のイベントを開催することで、地域社会へ貢献をする。

また、地元自治体主催のポッチャ大会のメインスポンサーとして特別協賛及び社員チームを創設し同大会へ競技者として参加する等、パラスポーツの認知度向上や理解を深める活動を展開。スポーツ・子ども・地域という言葉をキーとして積極的な社会貢献活動を行い、地域の次世代を担う子ども達の健全な育成を応援する。



株式会社トラック



### アスリートの正社員雇用/ SNSを活用した市民ランナーへの情報発信

当社はTRACK TOKYOランニングクラブを運営している。陸上のアスリート選手を正社員として雇用し、毎年元旦に開催されるニューイヤー駅伝の出場を目指して活動中。

さらに、ランニングインストラクターとしても活動し、市民ランナーや小学生・中学生に向けてランニングレッスンを提供している。

また、2020年4月～5月の緊急事態宣言中にSNSやオンラインを通じて、市民ランナーの方へ当社のアスリート選手が無料でトレーニング方法、栄養アドバイス、個別カウンセリングを行った。



株式会社トンボ



### 全日本空手道連盟、 スポーツ大会等の協賛支援

全日本空手道連盟に協賛しており、連盟に所属している選手に講師になってもらい、中学校を対象に、空手の模擬授業を実施。中学校武道必修化における空手道の授業の採用を応援している。

また、小学校、中学校、高等学校を対象とした、各種スポーツ大会の開催・協賛を行い、生徒・児童のスポーツを通じた心と体の育成や交流を支援している。



## ナガセケンコー株式会社



### 全国で行われている軟式野球等のイベントへ協賛を行い、競技の普及発展に協力

新型コロナ対策として、全国各地のジュニア向けソフトテニスの講習会を地域ごとに実施。さらに、今年は全国の小学生を対象にしたナガセケンコーカップ大会（軟式野球大会）が開催できなかったため、代替として関東地方の小学生を対象に講習会を2日間の日程で実施した。

また、昨年より継続して、社員の健康増進策として、毎日午後3時の休憩時に社員全員で体操を実施している。

さらに、緊急事態宣言解除後は、健康増進のための社内スポーツクラブ（軟式野球、ポッチャ）の活動を一部再開した。



## 株式会社ナレッジクリエーションテクノロジー



### コロナ禍での三密を避けた運動意識の向上への取組

コロナ禍で在宅勤務が多くなったが、社内にポスターを掲示し、出社時には階段の利用を推奨し、実践した社員へは社内ポイントを付与している。なお、貯まったポイントは、健康グッズなどと交換が可能。

また、正午のラジオ体操やスタンディングミーティングなどを推奨。体を動かすことへの啓発活動を行い、健康経営を推進していく。

そのほか、コロナ禍で実施の自粛中のもの、現在公認クラブとして、フットサル部、ゴルフ部が活動中。社内公認クラブ活動に対し、費用の一部を部費として補助。

また、積極的に部員の勧誘、部員家族の参加も促し、活動の輪を広げる取組を行っている。



## 西松建設株式会社



### 様々なスポーツイベントの実施による社員一人ひとりの健康意識を向上

アプリを利用したウォーキングイベントを会社が定期的に開催することで、社員一人ひとりの健康に対する意識が向上。自発的にオフィスヨガを企画開催したり、積極的にマラソン大会へ参加したりするなど、スポーツの輪が広がっている。

また、プロバスケットボールチームへの協賛や、港区が主催するマラソン大会への協賛など、スポーツ活動の支援にも力を入れている。



## 株式会社ニチレイ



### ウォーキングキャンペーン、健康増進イベント実施、部活動奨励、ストレッチ・ラジオ体操動画配信

テレワークの増加に伴う日常活動量の低下を補うため、保健師によるラジオ体操やストレッチ動画を作成し、グループ従業員が自宅からでも閲覧できるイントラネット上掲示板に掲示して活用を推進している。

体験型健康支援プログラム「ニチレイ健康塾」では健康運動指導士による効果的で簡単な運動実践や保健師による病態生理、管理栄養士による食習慣改善などの解説をオンラインセミナー形式で実施。

また、運動習慣のきっかけづくりのため、春と秋には「ニチレイ健康保険組合ウォーキングキャンペーン」を開催している。

さらに、グループ内コミュニケーション活性化のため、「体育活動」などのクラブ活動を支援している。



日建総業株式会社



ダイバーシティ・パーク代替イベント  
「ダイバーシティ推進イベント・ボッチャ体験会」の実施

毎年1回、新宿中央公園において「ダイバーシティ・パーク in 新宿」を開催していたが、2020年は新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、同イベントの内容と規模を大幅に縮小し、「ダイバーシティ推進イベント・ボッチャ体験会」を実施した。

東京パラリンピックの正式種目であり、障害者と健常者が一緒にプレイすることができるため、同競技の選手(障害者)のコーチングを受けながら競技自体を楽しみ、ダイバーシティの概念を社会に根付かせる一助となることを目的として開催した。



日産化学株式会社



スポーツ活動の支援を通じて、  
従業員の健康づくりを推進

当社は、従業員の健康が「健全な企業の成長を支える基盤」という考えのもと、スポーツ活動の奨励に力を入れている。

本年はコロナ禍で活動が難しかったが、本社では、フットサル、テニス、水泳などのクラブ活動を支援しており、健康増進に加えて、世代や部門をまたいだ従業員同士のコミュニケーションの場となっている。

また、仕事の合間のリフレッシュを目的にストレッチ体操を毎日実施しているほか、本年は簡単に取組めるストレッチ方法を社内報に掲載し、在宅勤務時の運動を促進している。



日清食品ホールディングス株式会社



三密を避け、感染症対策を徹底して  
「日清食品カップ」全国小学生陸上競技  
交流大会を開催・協賛

「食とスポーツは健康を支える両輪である」という創業者理念のもと、1985年から「日清食品カップ」全国小学生陸上競技交流大会」に協賛している。

本年度は、陸上競技連盟が策定する「陸上競技活動再開についてのガイダンス」に基づき、新型コロナウイルス感染症対策を徹底して大会を開催した。「全国大会」を中止し、地域ごとの感染者数の状況に応じて、大会の中止や規模縮小、無観客での実施など臨機応変に対応した。



日都産業株式会社



スポーツによる  
社員の健康づくりをサポート

毎朝の始業前にラジオ体操を継続して実施している。

また、本年度はコロナ禍で大勢が集まるイベント等が中止となってしまったため、運動不足解消や健康維持を目的に、個人でランニングやウォーキングを楽しむ社員が増えた。

ランニングアプリを活用し、コースやタイム等の情報を共有することにより、社員同士のコミュニケーション活性化にも役立っている。

例年は、ランニング同好会が地域のランニングイベントに参加したり、社内ゴルフコンペを開催しており、それぞれの活動支援を継続的に実施している。



## 商工組合 日本医療機器協会



### 運動不足解消を目的として協会職員の間 階段利用の推進と朝の体操を実施

毎年開催している野球、ボウリング、フットサル大会等の大人数が集まるような大会は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から本年度は見送り。本年度から新たな取組として密になりやすいエレベーターの利用を控えるのと同時に、協会職員の運動不足解消を目的とした階段利用を推進。さらには毎朝業務開始前に朝の体操（ラジオ体操）の実施も始めた。

今後、新たな取組は継続しつつ、新型コロナウイルス感染症が収束した際には野球、ボウリング、フットサル大会を再開する。

世界的すきま発想。



## 日本化薬株式会社



### 各種イベントを通じ、従業員の健康づくり 活気ある働き方をサポート

各部署での毎日15時のラジオ体操は本年度はマスクをして実施した。例年、2カ月間の実施期間を設けて、例えば15分ストレッチコース、毎日8,000歩コースなど全24コースの中から、従業員それぞれが自分に合った目標を設定しチャレンジする健康保険組合主催のマイヘルスアップキャンペーンを実施している。そのコラボヘルス活動の一環として当社では健診結果の改善につながるようなコースを実施するように推奨している。

本年度は手洗い・うがいコースや3密を避けようコースも新規設定し、新しい日常を意識した取組にした。これらを通じて、社員が健康維持し、活力ある働き方ができるように取組んでいる。



JAPAN AIRLINES

## 日本航空株式会社



### 社員の健康推進プロジェクト「JAL Wellness」の 取組を通して、企業理念の実現を目指す

「本気の！ラジオ体操」をはじめとした様々な運動の動画コンテンツを作成し、社内サイトやテレワークコンテンツにして海外を含め全社員に共有。当社アスリートやフィットネストレーナーも各種動画を作成・配信、また客室乗務員等のテレワークのプログラムに入れ込み、社員の運動不足解消に寄与した。

全国各事業所における「ウエルネスリーダー」は令和2年12月時点で383名、同リーダーを中心にウォーキング、ヨガ、ラジオ体操など、各職場の健康課題に見合った健康増進活動「JAL Wellness」を日々実施している。

CWO（最高健康責任者）は日々14階から24階を階段で昇降し、社内サイトにその様子の動画をアップし運動を推奨している。



## 日本交通株式会社 赤羽営業所



### 感染予防対策をしながら実施した 毎朝の体操と清掃ボランティア

新型コロナ感染症拡大により、事前に検温を行い、マスク着用のうえ、三密を避けて、始業前の体操を実施している。

そのほか、感染症予防対策をしながら、ゴルフ部の活動を再開した。

また、創設以来、ウォーキングを兼ねた清掃ボランティアも継続して実施している。現在は、限られた人数での取組となっているが、参加者は事前に検温を行うなど、感染予防対策を徹底して実施している。なお、初参加者は、仲所長の歩き方ガイダンスを受け、正しい歩き方を学ぶところから始めている。



MOVE EARTH, MOVE EVERYTHING  
日本国土開発株式会社

日本国土開発株式会社



"密"を避けて行える運動支援や主体的な運動活動の仕組みづくりを実施

密を避けてできる運動活動を支援・毎月の目標歩数を達成した社員には、抽選で賞品を送付する"日々の歩くサポート"を実施、事前にコロナ感染対策に関して案内を行っている。

ご自宅でお子様と一緒にできる運動動画や肩こり・腰痛対策動画を配信。また、健康経営サポーター制度の導入、運動気運を高めるため、自ら健康に対する目標を社内で宣言し健康活動を行い、職場における健康推進の先駆者として活躍いただく「健康経営サポーター制度」を導入した。当初は35名だったが現在では経営トップも含め201名の方が参加している。そのほか、運動サークルの支援全国各地にある10の運動サークルに対して費用支援を実施している。



JAPAN CYCLE SPORTS PROMOTION ASSOCIATION

一般財団法人 日本サイクルスポーツ振興会



サイクルスポーツの普及・自転車文化の醸成

コロナ禍で各種自転車レースの開催が延期や中止となる中、「2020 JCS PAジュニアサイクルスポーツ大会全国大会・令和2年度全国高等学校総合体育大会自転車競技大会中止に伴う全国大会」を主催するなど、選手・サイクリストのためにコロナ対策を徹底した上で様々な大会やイベント実施した。

そのほか、今年度から青少年の健全な育成・トップアスリート輩出等を目的とした「JCS PA BMX ACADEMY」が始動。さらに、日本初となる都市型公園で行うマウンテンバイク日本一決定戦「第33回全日本自転車競技選手権大会(マウンテンバイク)XC / XCE」を主管するなど、サイクルスポーツを幅広くサポート。



日本シグマックス株式会社



活動費支給制度と活動情報の社内発信を通じて社員のスポーツ活動促進に取り組んでいます。

昨年10月より開始したスポーツ活動支援金支給制度「スポサポ」を継続運用した。社員一人当たり年間最大16,000円(3ヶ月ごとに4,000円×4)を支給。元々の制度ではスポーツ活動実態を伴うことを条件とし、用具の購入には支給を認めていなかったが、緊急事態宣言を受けて、自宅及び近隣の活動のための運動用具は対象とした。

屋内トレーニング用品(各種ウエイト・ストレッチ用具・トランポリン・縄跳びなど)の購入、ウォーキングシューズ・ランニングシューズ・ウェアの購入中止となったマラソン大会のキャンセル料の補助なども実施。 ※「スポサポ」の支援金は会社の福利厚生費として支給。



Japan Photo Finish  
日本写真判定株式会社

日本写真判定株式会社



オフロードバイクの普及活動や所属アスリートの活躍

現役のマウンテンバイクプロライダーである松本佑太を社員として採用し、松本を中心にマウンテンバイク(オフロードバイク)の普及に取り組んでいる。

まずは、社員が魅力を「知る」、「体験する」必要があるということで、山梨県で新入社員対象の社内マウンテンバイク研修を実施した。

また、競技者枠社員として入社した自転車トラック競技・中距離の中村妃智とパラトライアスロン競技の梶鉄輝も著しい成長を遂げている。中村が東京2020オリンピックの代表内定が決定したことで、活躍に刺激を受けた社員が多く、業務のモチベーションも向上している。



日本通運株式会社



自社スポーツ施設の  
大学等への利用提供

企業や大学などの各団体からの利用申請に基づき、本社ビルB1Fの武道場（柔道場、剣道場、相撲場）を利用提供している。  
また、自社の運動部との合同練習や交流試合なども実施しており、こうした取組を通じて、地域のスポーツ振興を図っている。  
そのほか、日々各職場で独自の体操（日通体操）を実施しているが、朝礼時にオンラインコミュニケーションツール（Teams）により、在宅勤務者にも配信を行い、出社社員同様に体操を実施している。

Orchestrating a brighter world



日本電気株式会社(NECグループ)



オンラインを駆使した1人ひとりの  
知識と行動を、東京2020オリンピック・  
パラリンピック競技大会へつなぐ

COVID-19の影響を考慮し、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会を見据えた各種セミナー・イベント等の取組をオンラインで実施することで、全国のNECグループ社員に対して、「健康」や「スポーツ」に関する意識啓発を行った。  
例えば、在宅勤務で運動不足になっている社員の体を動かすきっかけづくりや外出自粛でたまったストレスの解消を目的に、NECグリーンロケットの選手が、社内で実施しているリフレッシュ体操の様子を撮影して録画配信した。  
また、NECポッチャ部ではリアルな活動が出来ない中、オンラインを駆使し、部員同士でオンライン「審判勉強会」を開催。1人ひとりのスキルと知識のアップを図った。



日本郵政株式会社



自社福利厚生施設の利用提供

近隣にお住まいの方などからの利用申請に基づき、自社の福利厚生施設である高井戸レクリエーションセンターの野球グラウンド、テニスコート及び弓道場を利用提供している。



日本郵船株式会社



健康増進への取組が社会貢献につながる  
「チャリティRUN+WALK+α」、  
今年はオンラインを活用して実施

身近なスポーツであるランニングやウォーキングを通して、グループ社員の健康増進を目指すとともに、チャリティ文化の社内浸透を図るため、2017年より毎年実施している3か月間のイベントを実施した。  
今年は新型コロナウイルスの影響による外出自粛や在宅勤務の増加を考慮して、従来の「RUN、WALK」に加え、自宅でも気軽に取組める「ダンス、エアロビ、縄跳び」を対象運動に追加。  
例年、本店で開催するプロコーチによるレッスンを、動画配信に変更し、日常的な体力づくりへの意識啓発を行った。  
また、社員による参加費に加えて、全体の運動量に応じたマッチングギフトを会社が上乗せして「国境なき医師団」に寄付することで、参加者のモチベーション向上を図っている。



株式会社ニュー・オータニ



従業員の健康増進のため、職場環境に合わせたストレッチ体操の指導やスポーツ大会の実施

職場毎の労働環境に応じたインストラクターによるストレッチ体操の巡回、スポーツジムやスポーツ部活動の支援。  
 部署対抗スポーツ大会(フットサル大会・野球大会・バスケットボール大会)やマラソン大会への出場などを実施、補助、グループホテル全体のウォーキングイベントをアプリを使用して開催。2up3down活動の奨励、地域運動会へ参加を奨励している。  
 本年度はコロナ禍のため、独自のストレッチ動画を作成し運動不足とならないよう従業員全員へweb配信をした。



ねごクリニック



ウォーキングサッカーを利用した、障害者や疾病のある方への運動療法を行う医療を実践

2020年度はコロナの影響で、集団でのワイワイしゃべったり、汗をかきながら行うウォーキングサッカーを医療と運動療法の一環として行う取組はあまりかなわず、それを家庭や小さな集団で行えるような指導に一貫した。  
 コロナ終息後は、再び集団での運動療法により一層モチベーションを上げていけたらと準備中。  
 オンライン診療では家庭内でビーチボールで行う小さなウォーキングサッカーの指導をしたことが今年の思い出の一つである。

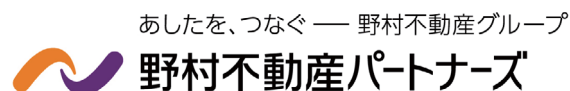


株式会社ネットラーニング



オンラインでのラジオ体操、ストレッチ、筋トレの実施

コロナ禍での在宅勤務中、従業員への運動機会の提供とコミュニケーションの活性化のために、オンラインでラジオ体操やストレッチ、筋トレを実施した。



野村不動産パートナーズ株式会社



パラアスリートの雇用及び従業員の運動機会の提供

2020年4月にパラアスリート1名(水泳)を一般社員枠で採用し、雇用パラアスリート合計2名の競技に関わる費用や競技に集中できる勤務体系による仕事と競技の両立を支援。  
 本年度は、コロナ禍で実施出来なかったものの、雇用パラアスリートが出場する大会を社員が観戦・応援、及び雇用アスリートを地域イベントに派遣し子どもへの障害者スポーツを知ってもらう活動を例年実施。  
 また、社員の運動機会提供のため、フィットネスクラブの利用促進、及びスポーツ同好会活動の支援も実施している。

あしたを、つなぐ — 野村不動産グループ  
**野村不動産ライフ&スポーツ**

**野村不動産ライフ&スポーツ株式会社**



**地域連携による子どものスポーツ企画や  
従業員向けの健康増進企画**

コロナ禍の小学校校に併い、学校での水泳授業は続々と中止になったことから、今年度は2020年7月23日～9月21日の期間中、当クラブ18店舗で無料水泳教室を実施。  
 このほかにも服を着たまま実施する着衣泳の授業や、幼稚園・保育園向けに「顔付け・水慣れイベント」も実施している。10月から12月にはオンラインLIVEで無料のダンス、体操教室を実施し、約500名が参加した。  
 また、同期間中、教職員に対してのサポートも行っており、水難事故に対する心構えの一貫として、当社が作成した水難事故防止指導DVDの配布や心肺蘇生法（CPR）研修を実施した。  
 さらに、従業員向けには朝のオンライン体操を毎週実施している。

**NOMURA**

**野村ホールディングス株式会社**



**社会貢献と従業員の健康促進を主な目的に、  
バーチャルチャリティイベントを  
グローバルで開催**

グローバルで同時開催のチャリティイベントを実施。コロナ禍において、実際に集まって行うボランティア活動の開催が世界中で難しくなる中、社会貢献活動への寄付と、従業員の健康促進を主な目的に企画。参加者は、期間内の任意の時間と場所でランニング、ウォーキング、サイクリングのいずれかに挑戦し、参加費として、各拠点が定めたチャリティ団体に寄付を行った。  
 イベント実施後は、その成果（グローバルでの参加人数、実施総距離、寄付額等）や、参加者から提供された写真をイントラネット等で共有し、一体感の醸成やこういった支援活動に世界中の従業員が連携し参加する意義を改めて意識することができた。

**VITAL AREA**  
 Line-of system enterprise application development

**株式会社バイタルエリア**



**プロを目指していた選手の積極的な新卒採用。  
サッカー部×ITでの社会人としての成功を目指す**

日本サッカー名門会と連携。(アスリートたちのセカンドキャリアを支援するプロジェクト)  
 大学4年間スポーツや運動に打ち込んできた学生の積極的な新卒採用。プロサッカーを目指し大学4年生まで活動、全国レベルのチームでレギュラー出場し、プロになれなかった選手の積極的な新卒採用。サッカー部×ITでの社会人としての成功を目指す取組を行っている。  
 また、清水市がなくなることに併い開催している、静岡県静岡市清水区での年に1回行われる草サッカー大会「清水フレンドリーカップ」に毎年参戦していたがコロナにより実施できなかった。結婚し家族が増えた社員の家族も含めて来年こそ参加！

**hasetai**

**長谷川体育施設株式会社**



**所属アスリートの競技活動支援や  
陸上教室、朝のラジオ体操やスポーツサークル等  
で社員のスポーツ参加を促進**

社員の健康のため、毎朝ラジオ体操を行っている。  
 また、スポーツサークル活動を支援し、スポーツに親しむ・参加する機会を設けている。  
 そのほか、社会貢献活動として、所属アスリートが自治体主催の陸上教室に講師として参加し、スポーツ交流を図っている。本年度はコロナ禍で無観客が多くほとんど実施できなかったが、例年所属アスリートの出場する陸上大会へ社員が観戦応援に行っている。