



計機健康保険組合



新型コロナ感染予防対策を行い  
ウォーキング、フットサル大会参加

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、例年開催している野球大会、ボウリング大会、テニス講習会が中止という状況のなかで、三密（密集、密閉、密接）を避けられ、実施ができるウォーキングは継続した。

また、フットサル大会では、検温・声出し・ハイタッチなどを控え、新型コロナウイルス感染予防対策を実施し、参加した。



医療法人社団 清泉会 山王リハビリ・クリニック



ランニングサークルの創設と、  
法人内施設のスタッフ利用

新型コロナウイルス感染予防対策として、室内で行っていた運動部を止め、ランニングサークルを立ち上げた。

法人内のメディカルフィットネス施設は、感染予防対策も徹底しているので、他のフィットネス施設に通っていたスタッフも、こちらを利用したいという意見があり開始した。



株式会社ケー・ティー・システム



早稲田大学スポーツ科学学術院  
岡教授監修、燃焼オフィス！

仕事をしながら運動ができる、そんな設備と環境を整えている。

昇降デスクは立ちながら仕事が可能で、良い気分転換にもなる。

立ち会議スペースはちょっとした打ち合わせ、午後の満腹タイムでも活躍中。



高栄警備保障株式会社

高栄警備保障株式会社



職武両道～生涯スポーツを応援～

空手道部は2008年に創部。少人数からのスタートで、現在は実業団の大会で全国優勝をするまでに成長し、東京五輪代表選手が選出されるまでになった。他に剣道部や相撲部が活動中で、仕事をやりながら部活動を続けている。



公益財団法人 江東区健康スポーツ公社



職員全員で健康増進・  
コミュニケーションアップを目的とした取組

職員の健康増進・コミュニケーションアップを目的とし、当社が管理運営する7施設対抗で、「東海道五十三次歩歩」を行っている。

この取組は職員の毎日の歩数を集計して実施しており、職員が身体を動かすきっかけ作りに寄与している。

また、毎日の業務引き継ぎのミーティングはスタンディングで実施、ミーティング終了後には職員全員でラジオ体操を行い、職員へ運動の機会を提供している。



株式会社 光和



現役アスリートの採用を通じ、  
競技支援・スポーツ同好会支援

アスナビを通じて女子アイスホッケー競技のトップアスリートを雇用し、安心安定して、競技に打ち込めるように支援するとともに、所属アスリートの応援をすることにより社内の一体感を醸成している。

また、本年度はコロナ禍で実施が出来なかったものの、社員の運動機会の提供のため、社内スポーツ同好会活動を推奨し、活動費用を支援することにより、社員の健康増進と社員間の交流を深めている。



広友サービス株式会社



モルック教室を開催！  
社員がスポーツに触れる機会をサポート

従業員の健康維持のため、オフィスで手軽にできるモルックを導入。会社でモルックができるように環境を整備し、いつでも社員がスポーツのできる職場づくりを推進中。社員のコミュニケーションの場や仕事のリフレッシュとして利用している。

また、モルック日本代表のヤマさんに来ていただき、社員に向けたモルック教室を開催。モルックの基礎から必勝法などを教えていただき、社員にスポーツの楽しさを伝える取組を実施。



広友物産株式会社



モルックができる環境を整備！  
スポーツのできる職場づくりを推進

「健康経営」のもと、オフィスで手軽にできるモルックを導入。TV番組「キングオブモルックのモルックスタジアム！」に、芸人チームと社員がモルック対決で出演。

その他にも、モルックの東京大会出場など積極的に参加。

社員がいつでもオフィスでモルックのできる環境を整備し、社員のコミュニケーションの場や仕事のリフレッシュとして活用中。



# GOLDWIN

株式会社ゴールドウイン



## スポーツと環境を第一に考え、仕事と遊びに境界を引かない暮らしを営む

緊急事態宣言中は在宅勤務体制にシフトすると同時に、毎朝恒例のラジオ体操を勤務前の朝礼時に開始。

身体を動かす機会も減り、在宅勤務で外出する機会が少なくなったことにより、体重増加とストレス過多の傾向を軽減する為に、朝のラジオ体操を実施することで、一日のリズムをキープし、健康維持を目的としている。



コカ・コーラ ボトラーズジャパン株式会社



## オリジナルアプリを活用した運動の習慣化率向上&コミュニケーション醸成

オリジナルアプリを活用したウォーキングイベントを継続的に開催。

これに加えて、ウォーキング中の写真を社内SNSに投稿する企画や、参加者同士でお互いを称賛しあうことができる「健康増進バッジ」を導入した結果、7千人を超える社員の参加。運動習慣確立への一助となっている。

また、障がい者アスリート社員のサポート及び社内への周知を通じ、障がい者スポーツへの理解、普及に繋がっている。



コナミスポーツ株式会社



## アスリートの社員雇用や運動ノウハウを生かしたスポーツの推進

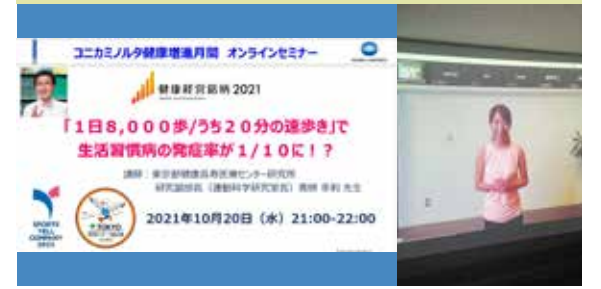
水泳競技部と体操競技部の活動を通じて、スポーツ選手の育成・輩出に取り組んでいる。

また、次世代アスリートの育成や子供達に指導を行うなど、競技と就労が両立できる環境整備を進めてきた。

コロナ禍においては、外出自粛による運動不足解消のため、運動動画を無料公開し、従業員にはジョギングをしながらゴミ拾いなどの清掃活動を行う『プロギング』の参加を呼び掛け、清掃活動と併せて運動に取り組む機会を設けた。



コニカミノルタ株式会社



## 健康生活 RESTART 「A・RU・KU」を極める31days

リモートワークの定着による歩行数の減少と、肥満層 (BMI25以上) の増加改善に向け、「インストラクター (AW-Stage社) によるウォーキング体感イベント」「専門家 (青柳幸利先生) によるセミナー」を共にオンラインで開催。1week (基礎) → 2week (Step up) → 3week (実践) → 4week (定着) と計画性を持って開催し、イベント参加者の7割以上が効果や体の変化を感じることができた有意義なイベント開催となった。



国際ソフトウェア株式会社



## 歩数を競う歩け歩け大会を実施、ストレッチや筋トレなども表彰

個人の歩数を競う歩け歩け大会を実施した。歩数の他にストレッチや筋トレ、ヨガなどの運動も5分単位で報告対象として、社員が体を動かすことを奨励。

歩数の上位者と運動の上位者を表彰した。



コグラフ株式会社



## 足で稼ぐ、オフィスの快適化計画、大運動会はリモートで!

アプリを使って日々の歩数を自動集計し、合計歩数に応じて会社がオフィスの緑化資金を提供した。

数名の有志で始めたこの企画は、少しずつ参加者が増え、いまでは全社員の1/3程度が参加。社内にもだいたい定着し、地域社会との交流も大切な企業活動となっている。

昨年、大好評に終わった街をあげての大運動会を、今年はリモート開催で決行。地域を超えた参加者に企画者としても大興奮だった。



株式会社コロプラ



## パラアスリートの雇用と支援を通じた、社員が健康で働ける環境づくり

当社が掲げる「Entertainment in Real Life」エンターテインメントで日常をより楽しく、より素晴らしいというMissionを、トップアスリートの支援という形からも実現していこうと考え、パラアスリートの採用を2018年から開始。現在、当社に所属する7名のパラアスリートが世界を舞台に活躍している。

スポーツは人々を楽しませ、その心を動かすエンターテインメントそのものであり、彼らの活躍を通じて社員間のコミュニケーションが活性化するようなイベント企画や情報発信をしている。

また、年2回開催しているウォーキングイベントでは、個人・チーム戦で総歩数を競うなど、楽しみながら日常的に運動する習慣をつくることを目指している。



株式会社 KOMPEITO



## アスリート雇用やY.S.C.C横浜スポンサー契約、エクササイズ動画を配信

F1リーグ所属「Y.S.C.C 横浜」のプロフットサル選手や、ロードレーサー (自転車競技) などのアスリートを社員やアルバイトとして雇用。

また、「Y.S.C.C 横浜」とスポンサー契約を結んでいる。その他、コロナ禍においては、感染症対策をした上でのフットサルの試合観戦や、在宅勤務における従業員の健康維持のため、エクササイズ動画を毎週配信。

また、自転車通勤の推奨などを通して継続的な運動習慣の推進に取り組んでいる。



## SEARCH FIRM JAPAN

サーチファーム・ジャパン株式会社



### 役職員参加のラジオ体操実施のほか、アスリート社員の雇用及び支援

社内にて、朝礼時に役職員全員参加のラジオ体操を実施し、社員の健康意識や活力向上を推進している。  
また、ウルトラマラソンで世界選手権金メダルを目指すランナーをアスリート社員として雇用。  
選手の取組や活動状況に応じて、大会参加費や遠征費を補助するなど競技活動を支援している。  
また、各大会の際には朝礼時に報告を行い、社員の競技に対する理解を求めている。



株式会社 Sakupro

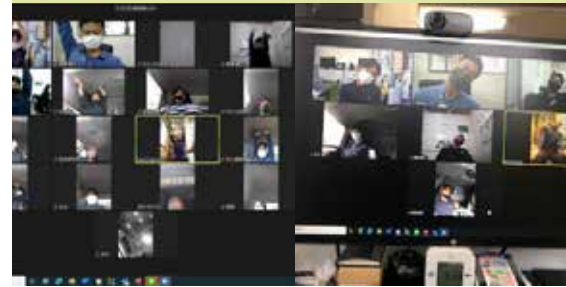


### スポーツを支援し、従業員もスポーツが好きになれる環境作り

弊社は、体づくりに特化した食事をスポーツ団体様へご提供している。  
スポーツの魅力や効果を、従業員が興味関心を持って楽しみながら業務に務められるよう、観戦や選手と交流機会を設けている。  
また、自発的に運動する環境を整える為、フィットネスチケットの配布等を行っている。



サイショウ・エクスプレス株式会社



### オンラインで体操

週2回の定例ミーティングの中で、トラック車内でもできる体操を実施している。  
講師は社交ダンス歴20年の外国籍のドライバー。  
目標はオンライン通じてドライバー皆でダンスをしてSNSに載せること。  
おじさん連中でも出来ることを証明していきたい!



サトーホールディングス株式会社



### コロナ禍の運動不足解消にオンライン運動策とリアル歩行策を継続

コロナ禍での全社アンケートによる行動分析で、体重増加、運動不足が顕著であるデータから、安心安全に運動できる機会創出を各健康増進施策に織り込んだ。  
例として、オリジナルの柔軟体操ビデオをリレー形式で作成し、それぞれ始業時や業務開始時で活用するなどして、オンライン運動支援策を継続した。  
また、十分な安全対策を共有しながら、経年実施している全社ウォーキング施策を実施、約20%の従業員が参加した。



株式会社サニーサイドアップグループ



### オンラインヨガ教室など、離れていても取り組める機会を創出

毎月、月末の月間平均歩数が「10,000歩」を超えた社員に、月間健康奨励金「3,200円」を支給する「幸せは歩いてこない」制度のほか、感染対策を徹底した上でのクラブ活動の支援やオンラインのヨガ教室などを実施。  
また、社員メンバーが自身のSNSでも活動情報を発信し、楽しみながらスポーツに関わることが出来る施策を多数実施している。



サンウィン株式会社



### 自転車通勤・徒歩通勤の推奨、社員家族と一緒にスポーツ観戦会!

リモート業務が中心となったことによる運動不足の解消と、通勤時の3密を避けることによる社員全員の健康維持を目的として、自転車通勤と徒歩通勤を継続して推奨している。  
勤務時間中、会社がある日本橋界隈・深川界隈・隅田川沿いの散歩を継続推奨し、運動不足の解消・心身のリフレッシュを図った。  
生活の一部にスポーツを取り入れるため、「週末スポーツ観戦会」として見るスポーツを楽しむ企画を行った。



株式会社サンアメニティ



### 地域のスポーツイベント参加のほか、様々な機会を活用した小活動の積み重ねを推奨

これまで、社員の勤務地あるいは、居住地域におけるスポーツイベントへの選手やボランティアスタッフとして自発的で積極的な参加を推奨してきた。  
今年もコロナ禍で、イベント減少の中、個人での自主的な運動やトレーニングの継続のほか、少人数でのラジオ体操やアプリを利用したランニングやウォーキングの実施、階段の利用、自転車通勤などの地道な小活動の積み重ねを推奨。  
また、当社の委託や指定管理者として運営するスポーツ施設など、社員利用に対する補助金制度を設け、意欲高揚に取り組み、これらの様子を社内ネットワークで情報共有して、個人個人の健康増進の意識を高め、スポーツ振興に努めている。



サントリーホールディングス株式会社



### チャレンジド・スポーツ(パラスポーツ)への支援活動

サントリーは「PASSION FOR CHALLENGE-ともに夢に挑もう-」を本活動の合言葉とし、障がいを乗り越え、自らの限界に挑戦するアスリートたちに寄り添い、応援していきたい、という思いから、2014年より活動を展開。  
また、アスリート・競技団体への奨励金、チャレンジド・スポーツを親子で体験していただくイベントや、小中学校での車いすバスケットボール体験教室など、「チャレンジド・スポーツ」の魅力を伝え、競技の裾野を広げる活動に取り組んでいる。



## シーイーシー健康保険組合

### シーイーシー健康保険組合



### スマートフォンアプリを使用したウォーキングイベントの実施

今年で3年目となるスマートフォンアプリを利用したウォーキングイベント【みんなのスマホ運動会】を実施。集まるのが難しいコロナ禍でもスマートフォンアプリを利用することで、継続してイベントを開催することができた。

イベント期間中は、参加者のモチベーション維持のためにも目標を数段階設定し、目標達成者にはインセンティブをプレゼントしている。

毎回大好評で回を重ねるごとに参加者も増加中。



### 株式会社 GA technologies



### スポーツを通じた社員の交流「GA Circle」

GAテクノロジーズグループでは、GA Circle [GAサークル] と呼ばれる部活動制度がある。

フットサルやヨガ、ゴルフ、テニス、ビリヤード、アウトドア部などの様々なスポーツの部活動が稼働しており、業務で接点を持たないメンバー同士のコミュニケーションを促進するため、スポーツを通じて一緒に汗をかき、関係を深めている。



### 株式会社 CAC Holdings

### 株式会社 CAC Holdings



### ボッチャの普及とその魅力を伝える活動を、グループを挙げて様々な角度から企画・実施

CACグループのボッチャ普及・支援活動は今年で6年目になった。

社内ボッチャサークルの練習会は感染対策万全で実施、ボッチャの魅力を伝える活動もSNSやオンライン会議ツールを活用するなどの工夫をして継続している。

弊社所属のボッチャアスリートもオンラインで体験会や講演会に参加している。東京2020大会では、グループ社員9名がボッチャ競技の審判員や会場ボランティアとして活動した。



### 株式会社 GFF



### 終業開始時に人との距離を保ちながらストレッチ・ラジオ体操・筋力トレーニングの実施

健康増進や体力向上などを測るとともに、TOP自ら朝の体操などを実施することで、会社全体に浸透をしている。

また、正しい体の使い方を動画配信にて解説し、健康増進や体力向上の効率化も実施している。



### 株式会社 THINK フィットネス



### 仕事と競技が両立できる環境の構築

部活動として男女硬式野球、男女バスケットボール、陸上競技があり、感染症に細心の注意を払いながら活動を行っている。

働きながら競技を続けられる環境を提供し、社員には業務時間中の自社チームの試合観戦を推奨、全社あげて支援している。

各部活動は試合結果や日々の活動をSNSなどで社外のファンへ発信も行っている。

コロナ禍の中でも、感染症対策を徹底した中で精力的に活動し、各種大会等で好成績を残している。



### 株式会社 J T B



### アスリートの雇用や支援等を通じたスポーツ界への貢献

各競技団体や大会への貢献を始めとして、フェンシング男子フルール日本代表の松山恭助選手やパラアルペンスキーの障害者アスリート小池岳太選手を雇用している。東京2020大会では松山選手を全社員が応援する為社内報を活用し本人へメッセージを届けるなど、アスリートへの直接的なサポートやセカンドキャリア支援など、スポーツ界へ幅広く貢献する取組を行っている。



## JKホールディングス株式会社

### J Kホールディングス株式会社



### スタンディングミーティング実施アスリートとのスポンサー契約

社員の健康の増進を図るため、毎朝の朝礼等でスタンディングミーティングを推奨・実施している。

また、プロゴルファー選手とスポンサー契約を結び、大会への出場などのサポートを行っている。

また、当社ゴルフ部の活動やイベント等にも参加してもらい、社員の健康増進のため活動している。



### 株式会社 J P F



### 2021年に東京で開催されたスポーツ世界大会の観戦・自転車購入の助成金制度

今後の競技場運営及びスポーツ推進に活かすことを目的に、世界最大のスポーツの祭典を、全従業員とその家族、友人、そして、出場する当社所属選手の家族を招待して、観戦した。

また、運動、自転車の普及を推進する目的として、社員が個人でスポーツ自転車を購入する際に、総額の3割を助成している。





株式会社 JP ホールディングス 東京本部



部活動支援などにより  
社員の健康増進をサポート

従業員の健康的な体づくりを促進するため、社内交流をしながら、スポーツを楽しむ従業員主体のクラブ活動を支援する、社内制度を設けている。



ジェイレックス・コーポレーション株式会社



アスリートの雇用と支援  
従業員へのトレーニング機器の提供

感染対策の取組のひとつとして、社内にトレーニング機器を導入し社員専用のトレーニング環境を作った。  
また、アスリートのセカンドキャリア支援の継続とともに、次世代アスリートの支援として、パリ五輪のスポーツクライミング強化指定選手「天笠颯太選手」とスポンサー契約を結んだ。  
新たな運動習慣の提供を通して、従業員の健康促進、スポーツへの積極的参加を促している。  
毎年参加している野球大会では念願の初優勝を果たした。



システム・エナジー株式会社



スポーツの力でエネルギー全開！  
ウォーキングイベントと部活動

活動盛んな各クラブ。  
フットサル部、野球部、テニス部、ゴルフ部、ウインタースポーツ部など多様なラインナップ。新入社員歓迎会はボウリング大会でお出迎え。  
また、社員とその家族が参加するウォーキングイベント「エネルギーウォーク」を開催。各自がスマホに歩数計アプリをインストールし、自宅周辺を歩いて歩数を競い合う。個人戦に加えて部門対抗もあり、社員同士の結束力向上を図る。



株式会社ジップス



オフィスヨガレッスンの実施

全社会議の場で、オンライン配信によるオフィスヨガレッスンを実施。  
オフィスチェアに座ったままで出来るヨガポーズを中心に、身体の凝り・浮腫みを改善するストレッチや自律神経を整える呼吸法などをプロ講師に教わっている。



ジェイ・ワークアウト株式会社



JW オリジナル体操を製作し、  
全社員で始業時に笑顔で実施

障害のある方も健常者も、立位でも座位でも、一緒に楽しくリフレッシュ出来る JW オリジナル体操を作成し毎日実施している。  
曲に合わせて全身運動が出来るように工夫した結果、体調不良による欠勤者がなくなった。  
また、コロナ蔓延による自粛期間の際にも、出勤メンバーと在宅メンバーと ZOOM でつないで実施。  
コミュニケーションが薄れる昨今において、この体操が一役をかい、笑顔が増えた職場となった。



株式会社じげん



昨年からリモートコミュニケーション・  
部活動支援を継続

新たな生活様式にシフト後は、昨年より継続し、積極的にリモートコミュニケーションを推進。  
オフラインでの全社的な取組は実現することはかなわなかったが、部活動（ゴルフ・キャンプなど）などの社内コミュニティの活動を支援。（感染防止策は徹底）社内のエンゲージメント向上に一役担っている。



清水建設株式会社



パラスポーツの普及から  
インクルーシブな社会の実現を目指す

パラスポーツを通じて、共生社会の実現に向けたインクルーシブな取組みを推進している。  
全国で開催するパラスポーツ体験会では、多くの子どもたちにパラスポーツの魅力を伝えている。  
また、社員が運営スタッフとして参加することで、ボランティア精神の醸成にも繋がっている。  
今後も引き続きパラスポーツの普及を通じ、誰もが輝き続けられるインクルーシブな社会の実現を目指す。



株式会社シモン



社員が楽しく健康づくり出来る環境を  
提供出来る様心がけている

「朝のラジオ体操」は、毎週水曜日の朝にラジオ体操の音楽を本社ビルに流し全社員でラジオ体操を行っている。  
「階段推奨」は、なるべく階段を使うように推奨し、10階段ごとに消費カロリーと応援メッセージを表示している。  
「わくわくウォーキング」は、各部門から参加者を募集、2ヶ月間の歩数を競い合っている。  
「スポーツ補助金」は、有志が集まってスポーツをする場合、申請の手続きを行うと1人につき1,000円を支給している。





株式会社 JAL サンライト



ウェルネスリーダーを中心に職場のスポーツ活動(ラジオ体操、ストレッチ、ヘルスツーリズム)を促進

社内で「本気のラジオ体操インストラクター」を募集。日本航空(株)健康管理部の専属トレーナーの指導のもとで養成し、インストラクターが各職場に向き「本気のラジオ体操」を実施。JALグループの「本気のラジオ体操」動画配信コンクールに応募し、「優秀賞」を受賞する。また、当社マッサージルームのヘルスキーパーがストレッチ動画のインストラクターを務めるストレッチ教室を手話通訳付きでZOOM配信し、オフィスワークによる肩こりや腰痛の発生防止・症状緩和の助けとなった。社員の健康維持のため、今後も継続して取り組みたい。



株式会社 JAL スカイ



Wellness リーダーが中心となって健康増進イベントを実施

コロナ禍において密を回避しながら「チーム対抗ウォーキングイベント」「オンラインでヨガ」「姿勢改善ストレッチ」など、様々な健康増進イベントを実施した。特に健康に関心が低い若い年代へも身体を動かすことの楽しさを伝えるべく、スポーツ観戦をはじめ、アスリート社員<注>が行っているストレッチと一緒に体験したり、ラジオ体操を業務の合間に実施するなど、日常生活に取り入れやすい運動を積極的に行った。  
<注>現役アスリートとして第一線で活躍しているかたわら、JALで働く社員のこと。2021年10月時点で5名が在籍。



株式会社ジャルパック



社員の半数以上が在宅勤務の環境下においても、オンラインによる一斉ラジオ体操を実施

新型コロナウイルス対策として社員の半数以上が在宅勤務を実施し、就労環境も大きく変化した。「スタンディングミーティングの実施」や「階段利用の奨励」などを継続しつつ、今の環境に合わせて試行錯誤をしながら施策を実行している。在宅勤務の運動不足解消を促すウォーキングコンテストや、椅子に座って行うヨガ、オンラインラジオ体操など。中でもオンラインラジオ体操「ZOOM de (で) ラジオ体操」は、開始から約1年半、毎週1回の実施で現在に至り社内定着度も高く好評だ。



出版健康保険組合



スポーツ大会等の実施と健康増進のためのスポーツ環境の提供

スポーツクラブと法人契約し、身近にスポーツが出来る環境作りを行っている。さいたま市に所有する野球場・テニスコートについては、感染予防ガイドラインを設け、有効活用となるよう一般貸出を行っている。(スポーツ大会等の実施については新型コロナウイルス感染拡大の影響により中止。)



株式会社 JALUX

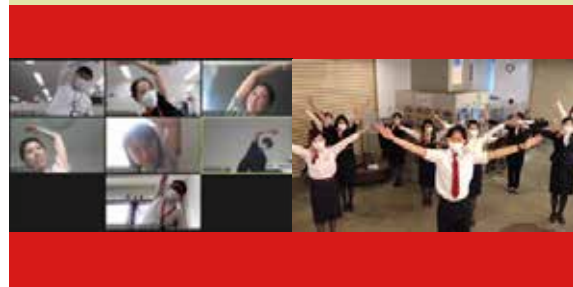


「ちょこっと運動」、文体会活動を積極推奨し、健康経営を推進

コロナ禍の運動不足対策として、お昼休みを活用し、バレーボールを使った「ちょこっと運動」を実施。今後も部署ごとのリレー&リレー方式で様々な「ちょこっと運動」を実施する。また、運動機会増進としてストレッチや階段利用の推奨を行い、活力や生産性向上による組織の活性化を図ると共に、文体会活動の推奨・支援を行い社員同士のコミュニケーション強化を促進し、スポーツを通して良好な関係を構築している。



株式会社 JAL ナビア



コロナに負けない体づくりのための「免疫力UP」をテーマに活動

マスクを着用しコロナ対策をしっかり行った上での本気のラジオ体操、様々な内容のウォーキング、登山など各種イベントを行った。また、座ってできる、目/首/肩/腕/腰の凝りに効く2分間のストレッチ動画を作成し、オンライン会議の隙間時間や休憩時間を利用して実施。さらに、社内SNSを活用し、笑ってほっこりするような写真や動画、健康の取り組み紹介の投稿を呼びかけ、社員みんなで「笑いで免疫力UP」を目指した。



株式会社ジョイカルジャパン



プロ体操選手 内村航平さんを支援し、イベント交流から社員のモチベーションアップ!!

「体操界」でTOPとして活躍している内村選手より、日頃の業務や個々の考え方を改めるきっかけとして、社内イベント開催時にゲスト登壇していただき、質問形式の講演を開催。常に「TOP」で活躍してきた経験よりモチベーションの維持や取り組み方を学んだ。詳細は動画コンテンツとして配信している。また「体操」というスポーツから基本となる考え方や重要性を一緒に広めたいと考えている。今後は社員以外にもファンの方々やイベント動画の配信や交流会など検討していく。



城北信用金庫



スポーツの分野から新たなつながりを生み出す「Johoku Athletes Club」

競技種目や活動拠点の異なるアスリート職員たちが、仕事と競技を両立しながら、ひとつのチームとして活動している。当金庫の新入職員研修の講師を務め、組織の一体感を醸成する役割を担うほか、JOC(日本オリンピック委員会)などの説明会に登壇し、地元企業とアスリートとの採用マッチングを支援している。また、特設ウェブサイトにはブログや動画を掲載し、地域のお客さまにスポーツを身近に感じてもらう取組もしている。





SHIRO GYM



**ポジティブな身体作り  
シットバイクトレーニングを実施**

スタッフやお客様の身体の情報、悩みを共有してスタッフ同士で改善策を考え、シットバイクトレーニングを実施。例えば、肩こり解消には棘上筋をほぐすシットバイクの実施、運動不足の場合は、会社の階段を3往復してから出社するなど実施した。東京都世田谷区民に集会場やオフィスでイスを使用したトレーニング、ストレッチを指導している。(弦巻区民センター、宮坂区民センター、セコム、北欧暮らしの道具店、新宿漢方ストレスマネジメント、おへそカフェ) 今年から要望が増え月2回以上と実施してきた。



株式会社シンク



**「防災スポーツ」を社内外実施、  
スポーツチーム・イベントへ協賛**

世界発信コンペティションで東京都革新的サービス特別賞を受賞した「防災スポーツ®」の体験プログラム「防リーグ®」を社内外で実施した。スポーツとして取り組むことで防災・災害に対して心理的ハードルを下げ、防災意識を高めると共に、健康意識を高め、日常のスポーツ実施につなげた。また、コロナ禍におけるスポーツ活動を促進するため、マスターズ甲子園などスポーツ大会・チームへ協賛を行った。



株式会社シンカーミクセル



**楽しみながらできる「ウォーキング」  
「自宅での運動」を推奨！**

対面集合でのイベント開催ができない中、経営層とスポーツ推進メンバーで定期打合せを重ね、歩数によりポイントが溜まるアプリや健保組合イベントと連動した「ウォーキング」、動画など Web を活用。「自宅での運動」など、1人でも仲間とでも楽しみながら参加できる運動を推奨した。年間を通じて健康管理やスポーツに関する情報を配信し、その内容は Wiki に集約し社員向けに公開している。



シンコースポーツ株式会社



**社内共有ツールを利用し健康情報や  
自社開発プログラムの動画配信**

社内共有ツールを利用し、「健康情報」を掲載する取組を実施した。健康情報活動を通して、勤務時間中や自宅での簡単な運動、日常生活に欠かせない食事・栄養等の情報を提供している。また、従業員向け動画配信ツールを利用し、ストレッチエクササイズや自社開発運動プログラムの動画を配信し、健康意識を高める活動を行っている。



SK8INSOLL 株式会社



**フィギュアスケート国際大会に  
リモートで出場し優勝！**

行動制限があり、普段、海外のスケートリンクでの活動がメインだった弊社は、コロナ鬱や生活習慣病になってしまうスタッフもいた。スケートリンクは入場制限され、弊社の店舗も長期間クローズになり、経営や営業方法を見直す必要性に迫られるような危機的な状況になった。パンデミックの中、自分自身でコントロール出来る目標を持って、日々生きることで、自分を見つめ直す為に試合優勝を目指し活動している。



株式会社 STEAM Sports Laboratory



**プロバレーボール選手として  
海外で活躍する野瀬将平選手をサポート**

フィンランドのプロバレーボール選手として活躍する野瀬将平選手をサポート。野瀬選手の経験知財を STEAM バレーボール教材として子どもたちへ還元した。



株式会社スタイル・エッジ



**全従業員が参加できる  
オンラインヨガの開催**

プロのヨガ講師を招聘し、ヨガイベントをオンラインにて開催している。これまで計 86 回を実施。累計 305 名が参加した。「朝からスッキリできて良かった」、「気持ちよく 1 日を始められた」、「丁度、コロナ禍で元々通っていたヨガに行けなくなってしまったから、再開できて良かった」といった声をいただいた。レッスンの模様は後日、社内イントラネット上で動画にて配信した。



株式会社スパイス



**良い姿勢を意識できる椅子  
「ジェリーフィッシュチェア」**

社員の椅子に「ジェリーフィッシュチェア」を導入している。この椅子に座ってバランスをとろうとすると、無意識に普段使わない筋肉を使い自然に腹筋・背筋を鍛えられる要素がある。また、バランスをとろうとすることで自然に正しい姿勢に導かれる。楽しい座り心地なので無理なく継続できる。今年度はコロナ禍により、在宅勤務の機会が増えました。テレワークでもジェリーフィッシュチェアを利用して、無意識に良い姿勢を保つことにより、集中力を高め仕事の効率アップにつながった。



svenson HOLDINGS

株式会社スヴェンソンホールディングス



卓球関連イベントの開催・協賛を実施、卓球選手へのサポート支援

日本卓球協会とオフィシャルサプライヤー契約を締結し、卓球男子日本代表・パラ卓球男女日本代表へのウェア提供を実施した。卓球男子日本代表 丹羽孝希選手と所属契約を締結。パラ卓球日本代表選手に対し練習場の提供・育成指導を行い、遠征や合宿にコーチとして同行した。

また、高齢者や身体に障害のある方向けのプレー方法の提案や健康卓球イベントを定期的に開催し、幅広い世代に卓球を浸透させる取組を実施した。

SPORTS INDUSTRY

株式会社スポーツインダストリー



ジュニア世代ゴルファーの応援

ジュニア世代ゴルファーにもっとゴルフを楽しんでいただくために、ジュニアリーグの応援している。13歳以下の男女を対象にゴルフを学び楽しむため、団体の中で共に行動し「チームで勝利する」という同じ目標に向かうことを応援している。

Sportsfield

株式会社スポーツフィールド



スポーツ活動に対する支援  
デュアルキャリアアスリートの雇用

野球部の活動やスポーツイベントのボランティア参加など、スポーツに関するイベントへの参加を推奨しており、試合参加や観戦等に適用できるスポーツ休暇を設けている。

また、現役パラリンピック選手を中心とした、デュアルキャリアアスリートとして活躍する社員が在籍しており、自らが経営理念の「スポーツの価値可能性を様々なフィールドで発揮する」活動を行っている。

SMART SPORTS ENTERTAINMENT

株式会社スマートスポーツエンターテインメント



地元出身アスリートへのサポートや選手主催イベントへの支援、スポーツ観戦会などを実施

地元の東京都板橋区出身アスリートへのサポートや、選手主催の大会やイベントへの協賛支援などを行った。

スタッフや選手、取引先と共にランニング、スキーなどのスポーツを楽しんだり、観戦したりする機会を設けている。

スポーツ業界の横のつながりを作るための業界交流会も定期的に開催している。

Sports Community

スポーツコミュニティ株式会社



社内のスポーツ活動の奨励や活動に対する補助金の支給

スポーツに関わる部活動に対する推進を、毎日の朝礼や毎週の全体会議で促進している。

本年度は新型コロナウイルスの影響もあり、部活動支援の活動は制限をされる結果となったが、その分、オンラインを利用した運動方法や、自宅から出来る柔軟運動やからだ作りなど、新しいスポーツのかたちに取り組む活動が盛んに行われた。

SPORTS BIZ

株式会社スポーツビズ



社員スポーツ活動への支援

社内スポーツ活動促進制度（テニス・野球・ゴルフ等を中心にどんなスポーツでも対象）を実施。

発起人が開催ごとに全社員メールで開催日時や内容を告知して参加者を募集したうえで、毎週の全社朝礼で参加を呼び掛けるほか、各部署の責任者は部員がより多く参加できるように、業務の調整を心がけた。

また、施設利用等の費用の一部を会社で負担するなどして、社員のスポーツ活動を支援している。

あなたの未来を強くする

住友生命

住友生命保険相互会社



ウォーキングイベント継続／parkrunの推奨  
／親子スポーツイベント開催

各部署でチームを作り平均歩数を競うウォーキングイベントを継続実施。スマホアプリ「kencom」を導入し、励ましあいながら楽しく取り組んでいる。スニーカー通勤も推奨中。

また、毎週土曜の朝、公園等でウォーキング、ジョギング、ランニングまたはボランティアができる無料イベント「parkrun（パークラン）」に協賛し、職員の参加も推奨している。

その他、トップアスリートによる親子スポーツイベントをオンラインで実施している。

住友不動産エスフォルタ株式会社

住友不動産エスフォルタ株式会社



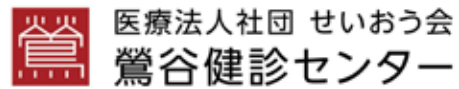
社内部活動の自主トレーニングへの切替え  
アスリート社員に対する活動支援

コロナ禍で、各スポーツ部門の大会が中止となったため、感染防止を第一に考えながら各社員自主トレーニングに切替えて実施した。

アスリート社員に対しては、競技成績や取組に応じて、大会参加費や遠征費の補助を実施している。

また、勤務シフトの調整や担当業務の分担を工夫することで、練習機会の確保と大会参加を推進しており、お客様や若手社員のロールモデルにもなるため、支援制度を設けている。





医療法人社団 せいおう会



階段利用の促進やオンラインフィットネスによる  
3密を避けた運動を支援

新型コロナウイルス対策も踏まえエレベーターの利用を控え、階段を積極的に利用するよう推奨している。

全ての階に、階段昇降による消費カロリー表を掲示しており、活動量UPへの士気を高めている。

そのほか、オンラインフィットネスや健康イベント情報の社内周知、スポーツクラブ利用者への月額会費補助により3密を避けた個々での運動を支援している。



セコム医療システム株式会社



アプリやWeb講座による運動習慣  
定着&生活改善で健康支援

オフィスでもテレワークでも従業員の健康をサポートすべく、アプリによる「健康チャレンジキャンペーン」を開催。「歩数」と「健康スコア」を競い合った。

顧問医師による「健康ミニ講座」は「リモートこそ笑いヨガ」をテーマにWeb開催し、ヨガで筋力アップや肩こり・腰痛等の予防を図るほか、メンタル面の健康にもアプローチ。

また、フリーアドレスとなった本社フロアにはバランスボール機能付イスを設置し、職場環境改善を推進。



株式会社セレスポ



社内クラブ活動の支援制度の導入  
ウォーキング大会の実施

以前より導入していた社内クラブ活動の支援制度に加え、任意参加ではあるが全社員を対象にしたウォーキング大会を開催。部署や職種、年齢の垣根を越えてのチームが生まれ、運動習慣の獲得や意識づけだけでなく、コミュニケーション推進の役割も果たした。

また、コロナ禍で、無観客や人数制限の中開催された陸上競技の大会では、所属の選手の情報をタイムリーに発信することで、配信視聴などを促した。



セロトーレ株式会社



スポーツ事業者として、社員自身が  
スポーツを楽しむ姿勢を応援

自社で手がける朝のスィムセッションやオンライントレーニングの無料開放、社外イベントの参加費補助、地方自治体と連携して開催しているスポーツ合宿と合わせてのワーケーションも実施。

社員自身が日常的にスポーツを楽しみ、健康増進と自社事業のサービス向上につなげている。



Zホールディングス株式会社



全社員対象のオンライン体操・  
健康イベントの実施

Zホールディングス株式会社は代表取締役社長 Co-CEO の川邊健太郎が「健康宣言」を行い、働く人の心身のコンディションを最高の状態にすることが最大のパフォーマンスにつながり、働く人自身とその家族の幸せにつながると考えている。健康増強月間として独自に設けた10月のイベント「UPDATE コンディション月間」ではパラアスリートによるオンラインストレッチ講座やアプリを活用したインセンティブ付与型のウォークラリーを健康保険組合とともに開催。社員の健康保持・増進に努めている。



株式会社ゼットン



スポーツを通じて、社員間のコミュニケーションの促進や  
健康管理をサポート

毎月1回、片瀬海岸西浜でビーチクリーンを実施。この活動は地域への社会貢献だけでなく、清掃活動を兼ねたウォーキングという健康促進でもあり、また、海を身近に感じて心の健康・社員間のコミュニケーションの場にもなっている。

この活動の他、社員それぞれがランニング、ドッチボールなど部活を立ち上げておりそれらの活動を社内SNSで発信。リモートが多く直接会う機会が少なくなった今、SNSでのやりとりが社員の健康管理やモチベーションUPに繋がっている。



セントラル警備保障株式会社



職場でのラジオ体操、  
運動部活動奨励制度の取組

本社及び各支社では、定時(本社は15時)に仕事を中断して、ラジオ体操をすることによりリフレッシュを図っている。

また、剣道部、柔道部、空手道部、及び居合道部の4武道部を会社の公認運動部として応援、支援しており、部員数は年々増加している。

また、経験がない社員や久しぶりに復帰する社員の体験入部も奨励して、社員への普及や各部の活動拡大を図っている。



セントラルスポーツ株式会社



アスリートの育成と雇用  
地域の小学校等での着衣水泳教室実施

世界に通用するアスリートの育成と雇用を行い、スポーツの素晴らしさや価値を伝えていけるようスポーツの普及・推進をしている。

海や川などでのレジャーが盛んな日本では、水難事故防止は重要な社会課題となっている。重大事故となる危険性を回避できるような地域貢献活動の一環として、近隣小学校等に指導員を派遣し、水中で衣服を着用した状態の体験や命を守る方法を伝える「着衣水泳教室」や「机上講習」を無償で実施している。



## 株式会社 SOily

株式会社 SOily



### 健康スポーツをジョギング、脳トレ、睡眠の関係から学ぼう！

生活習慣病を予防するための施策に対して、自分自身で納得することが継続につながる。健康スポーツに関係するカテゴリーの中で、運動、身体活動、休養の関連性を探求する。具体的には心身にメリットのあるジョギング、大脳皮質認知能力の向上に効果的な脳トレ、睡眠パターンと覚醒後の自覚症状の確認を実践する。そのプロトコルを実施者に委ねることで、充実感や向上心、今後の健康リテラシーの育成を促す事につなげる。



双信商事株式会社



### 企業対抗型のオンラインイベントの参加、ロングランゴルフコンペの開催等により、社内のコミュニケーションを維持

コロナ禍における社内コミュニケーション不足を少しでも補えればという思いと、安全を考え1日/1組で個人戦・チーム戦を月の3日間で競う、ロングランコンペを実施した。

また、1カ月間に走った距離や歩いた歩数をアプリ上で競う、企業対抗型のオンラインイベント「さつき・ラン&ウォーク企業対抗戦」に参加。大会内で入賞し、賞状を獲得した。

コロナ禍のなか、集合して活動ができない状況をオンラインや少人数での参加、分散して開催するなどの工夫をして、今後も社内の活性化・コミュニケーション維持を向上させるべく検討している。



SOMPO ひまわり生命保険株式会社



### 健康応援企業としての健康経営・スポーツ支援の取組

ウェアラブル端末を活用した部門間のウォーキング対抗戦やクアオルトプログラムの導入により健康経営を推進している。

また、オンライン運動セミナーの実施等、在宅でもできる運動の取組を強化。社外に向けては、障害者カヌー・パラサイクリングへの協賛や、プロゴルファーの金谷拓実選手とスポンサー契約を締結するなど、社員のスポーツ活動の推進、スポーツ分野における社会活動を実施している。



ダイヤモンドヘッド株式会社 東京本社



### プロスポーツチームへの活動支援及び、社員による応援観戦の実施

サッカー J1 リーグ所属「北海道コンサドーレ札幌」のオフィシャルトップパートナーとして、2017 シーズンより支援。

また、B.LEAGUE 所属のプロバスケットボールチーム「レバンガ北海道」のスポンサーとして、昨シーズン（2020-21）途中からスポンサーを始め、今シーズン（2021-22）からはオフィシャルトップパートナーとして改めて支援。

試合には、社員・家族・友人等会社ぐるみで応援している。



ソフトバンク株式会社



### 「健康経営」を掲げ、社員の健康維持のための取組を推進

社員一人一人が心身共に健康であることが、会社と社員のビジョンを実現する原動力であると考え、社員の健康維持・向上を重要な経営課題の一つと位置づけて、健康経営に取り組むことを宣言している。

ヨガやストレッチ動画等を内製化し、在宅でも簡単に運動できるように社内イントラネットにて公開。月1回の全社朝礼開始前にもヨガを実施するなど運動の習慣化を促すイベントを開催し、社員の健康維持・増進に取り組む。



損害保険ジャパン株式会社



### 安心・安全・健康のテーマパークへ夢と希望のスポーツ支援

日本中にスポーツの楽しさを届けたいという想いから各種コンテンツを企画した。パートナー契約中のホッケー日本代表応援のための社内オンラインイベントなどの実施、ホッケー競技人口の底辺拡大を目指した小学生向けイベント「夢見るホッケー教室」へ協賛、全国の小学生がスポーツの楽しさを体感するイベント「SOMPO ボールゲームフェスタ」へ協賛、北京五輪メダリストの朝原宣治氏とコラボした「足が速くなるダンス with NOBY」の制作を行った。



第一生命保険株式会社



### QOLism（キュオリズム）アプリでQOL 向上！

健康保険組合とのコラボヘルスを積極的に実施。更なるQOL向上のため運動・食事両面からオーダーメイドの健康サポートが得られるQOLism（キュオリズム）アプリを活用。歩数・体重・食事の記録に加え、取組結果が反映するBMI適正者（適正体重維持者）ポイント等を追加しポイントを健康グッズ等に交換できる社員インセンティブ制度を推進。2021年10月からは地域貢献取組をレベルアップ。運動・食事等の健康取組（ヘルスケアポイント）と環境取組（エコポイント）の合計に応じて寄付等を行う「カラダと地球に、やさしく！楽しく！QOLism！」を全社で展開し、健康と地域貢献に取り組んでいる（エコは1月開始予定）。



株式会社第一テクノ



### 運動を積極的に心掛け、毎日ラジオ体操、野球部は大会優勝

社員全員が毎日始業前にラジオ体操を、午後3時には館内放送される音楽に合わせてストレッチ体操を行っている。

また、館内を移動する際は、上へは2階まで、下へは3階まで階段を利用している。

さらに、部活動の積極支援を行うことで社員のスポーツ推進・健康増進を図っており、野球部は週に1度の練習と2週に1回程度の試合を行っており、地域や健康保険組合の大会など各種大会に出場し、優勝など好成績を収めている。