



大樹生命保険株式会社



健康経営の推進により、社内で運動に対する意識が徐々に向上！

2021年度は、オンライン配信による「健康LIVEセミナー」を開催した。全国どこからでも参加でき、在宅勤務の場合はご家族で楽しみながら運動をすることが出来た。

また、ウォーキングアプリを導入して3年目となり、歩くことを意識する従業員が増えたこともあり、徐々に運動習慣者率が増加している。

その他、スポーツ協賛にも力を入れており、社内外に向けスポーツ実施や支援の取組を推進している。



大成温調株式会社



毎朝のラジオ体操で社員の健康増進、社内スポーツサークルの活動支援、毎年2回ウォーキングキャンペーン実施

毎朝、全部署でラジオ体操を行い社員の健康増進に取り組んでいる。

また、社内サークル制度を整備し、全国各拠点にてランニング、野球、ボーリングなどのサークル活動を展開している。

さらに、毎年春・秋にウォーキングキャンペーンを実施し、3か月平均1日8,000歩以上歩いた従業員を表彰し、ポイントを付与している。



大東建託パートナーズ株式会社



コロナに負けないための運動促進の取組を継続！

毎朝9時のラジオ体操をソーシャルディスタンスの下で実施している。

また、ウォーキングラリーの取組やコラボヘルス施策「8週間アプリで運動記録チャレンジ」への参加に加え、YouTube「耳の保健室」で健康情報の社員限定配信などのコロナに負けないための運動促進に取り組んでいる。

さらに、陸上競技の大宅楓選手の支援を継続しており、大宅選手の活躍を共有することにより社員のスポーツへの関心向上を図っている。



大同生命保険株式会社



ウォーキングキャンペーンの開催

当社が独自開発した健康経営支援ツール「KENCO SUPPORT PROGRAM」を全従業員に提供しており、当プログラムの一環として、歩数増加による運動の実践・健康増進を目的に、年3回のウォーキングキャンペーンを実施。

歩数に応じた「全国ランキングの表示」「ランキングに応じたポイントの付与」など、参加者が楽しみながらウォーキングに取り組んでいる。なお、今年度はウォーキングにちなんだプレミアムイベントを開催し、上位者の表彰等を実施。



大東建設不動産株式会社



いろんなスポーツを体験できるトライスポーツ運動会を開催

競技人口が世界第2位のクリケット、オリンピック競技にもなっているホッケー、ハリーポッターで有名なクィディッチ等の日本でマイナー競技と言われるスポーツを1日で全て体験できるイベントを開催。

マイナー競技の認知向上に加え、日ごろ運動不足になりがちな昨今で小学生からご高齢の方までみんなで楽しめるイベントは、今後も継続的に開催していく予定。



大東建託株式会社



全社一斉ラジオ体操や在宅勤務下での運動方法周知等の運動促進施策を実施

毎朝全社一斉ラジオ体操を継続して実施。

コロナ禍で減りがちな運動の機会を増やすために、自宅でも取り組みやすいツールとして健康保険組合による健康増進アプリを導入した。エクササイズ動画や運動記録により、運動習慣の定着を推進している。

また、全社員の自宅に届く社内報にて、コロナ禍における運動の効果や運動方法について周知し、家族みんなで関心を持ち運動に取り組んでもらえるよう促した。



大日本印刷株式会社



ニューノーマルに対応したイベント・啓発活動で、従業員の運動習慣獲得を支援

従来より実施していたウォーキングイベントについて、2020年秋からは、密を避けるため「集合型」をやめ、参加者が自由に日程を選べるよう当社開発のスマホアプリを活用した「スタンプラリー形式」に変更した。これが成功したため、2021年は規模を拡大し、初の全国7拠点（札幌、仙台、東京、名古屋、京都、岡山、福岡）同時開催とした。関東・関西エリア以外では初めてのウォーキングイベント開催となった。



太陽生命保険株式会社



クアオルト健康ウォーキングによる健康増進の取組とスポーツ支援

疾病予防・健康増進に効果のある「クアオルト（健康保養地）健康ウォーキング」を活用した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、「太陽生命クアオルト健康ウォーキングアワード」を開催し、日本全国へク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）や学生のスポーツ大会に協賛している。

## 大和ネクスト銀行

Daiwa Next Bank

株式会社大和ネクスト銀行



### オンラインでのラン&ウォーク イベントを通じた運動機会の提供

新型コロナの影響で新たな生活スタイルが定着する中、ステイホーム・テレワークによる運動不足やストレス蓄積が大きな社会問題となった。それを少しでも解消してもらおうと、当社グループの役職員及びお客様を対象として、TATTAを活用したラン&ウォークイベントを実施した。参加者の走行・歩行距離合計×10円を当社の人気商品「応援定期預金」の応援先へ当社が寄付する運動機会の提供とし、参加者の参加意欲向上に繋がった。

## 株式会社タクト・マシン・サービス

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推進

コロナ禍で在宅勤務が多くなったが、毎年参加していた駅伝に参加できないことや、運動不足改善の為、「スマ歩ウォーク」への参加や運動推奨期間などを定期的の実施している。  
コロナが収束すれば駅伝を再開するが、「スマ歩ウォーク」についても継続して実施する予定。

## TAKATA Health Link タニタヘルスリンク

株式会社タニタヘルスリンク



### 活動量計による歩数競争や定時体操による運動機会の創出

オフィスセキュリティと連携する通信機能搭載の活動量計を社員証として全社員に配付し、日々の歩数等を計測。楽しみながら歩く習慣が身につく施策として、WEB上で国内外の名所を歩数で巡る「ウォーキングラリー」開催のほか、各自の歩数データのランキング発表や、組織横断チーム同士の平均歩数を競い合う「チーム対抗戦」「リーグ戦」を実施。  
また、1日3回の社内定時体操では、オンラインを活用して在宅勤務者の運動機会も創出。

## TAMAGAWA TAMAGAWA Linen supply & Bedclothes

株式会社玉川ホールディングス



### 従業員のスポーツ活動を推進 女子サッカーやプロゴルフも協賛

玉川グループでは、創業の地・世田谷で活動するなでしこリーグ一部・スフィーダ世田谷FCを2018年から支援、事業所のある福島県白河市で行われるプロゴルフトーナメントへの協賛も長年実施している。  
また、社内報などの媒体で社員のスポーツ活動を紹介。日ごろからスポーツに取り組む社員に特製タオルを配布し支援する取り組みもスタートした。玉川グループでは今後も従業員、そしてお客様が快適に過ごせる環境作りにも貢献していく。

## TACHIHI

株式会社立飛ホールディングス



### 「アリーナ立川立飛」「ドーム立川立飛」「タチヒビーチ」等を拠点とするスポーツチームへの協賛・支援

アリーナ立川立飛やドーム立川立飛、タチヒビーチ等を拠点とするスポーツチームへの協賛やスポンサーゲームの開催、上記スポーツチーム所属選手支援の一環として当社グループ社員としての採用等を通じ、地域スポーツ振興に取り組んでいる。  
東京2020大会の事前キャンプ地として、唯一、民間主導でパンナムスポーツ機構と覚書を締結。今般、北中南米とカリブの41の国と地域から26か国120名を受け入れた。

## 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対象に、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。

## CHUGAI 中外製薬

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、ストレッチやエクササイズ動画を紹介し、運動機会の創出を図った。  
支援部門では、障害者アスリート社員によるインクルーシブ教育の実施や、障害児への運動の機会提供として車いすスポーツやダンスの定期運動クラス、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



### 毎朝のラジオ体操及び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、加入員及び職員の健康維持・増進を目的とした活動に取り組んでいる。  
感染防止対策を講じた上で、毎朝のラジオ体操を実施、当組合や関係団体主催のウォーキング大会に全職員で参加している。  
また、大会期間中には、独自の歩数表彰やウォーキングイベント「通さんぽ」を実施し、歩数増加やモチベーションの向上を図っている。そのほか、本年はコロナ禍で中止となったが、年1回ボウリング大会を開催している。



都築電気株式会社



在宅勤務者の健康維持増進のため、セルフケアシステムを無償公開

健康な心身づくりを支援するシステムを開発し、従業員の健康管理に課題を抱える多くの企業・団体に向けての無償公開を行った。

本システムでは、専門家監修のコンテンツ（姿勢チェック、トレーニング動画の視聴、活動記録）を実施することができる。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・編集の全てを社員が実施した。



株式会社つなひろワールド



車いすソフトボールへ社員が参加、検温・消毒の徹底、晴れた日は青空の下で

総合障害者スポーツクラブチーム「Glitters」に社員が所属し、障害者スポーツの魅力を知るため、実際に活動を行い、様々な競技の体験などを実施している。

活動をする際は、「手指の消毒・検温・こまめな換気・晴れた日は極力外で活動」を徹底して行った。

昨年はコロナの影響で大会が少なかったが、今年は車いすソフトボールの大会に3大会参加することができた。



株式会社ティーガイア



オンライン利用の情報発信や体操の実施、スポーツ活動を支援

従業員の健康維持・増進を目的に、ヘルスキーパーらが中心となって、ストレッチ方法等の健康情報を紙面や動画で紹介する「TG\_健康だより」をイントラネットに掲載している。

また、スポーツクラブの活動費用や大会参加費の一部を助成して気軽に運動できる環境づくりに取り組んでいる。

そのほか、JPSA オフィシャルサポーターとして、パラスポーツの推進に取り組むとともに、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。



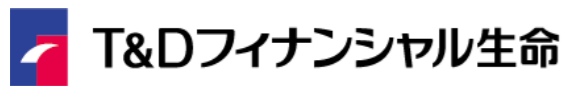
ティーペック株式会社



ウォーキング促進のための『T-PEC ウォークシリーズ』実施

歩くことは健康づくりの第一歩との思いから、『T-PEC ウォークシリーズ』という社内運動を実施し楽しみながらウォーキングに取り組んでいる。

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。個人の表彰の他にも、配偶者の参加や所属チームのランキング表示、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。



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。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の費用を一部補助。さらに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。



D I C 株式会社



コロナ禍でも職場体操やオンラインセミナー開催でスポーツ実践

ラジオ体操・腰痛体操・リフレッシュ体操を毎日行う事で、ケガや腰痛の予防・就業中のリフレッシュに繋がり、運動機会が減っている社員にも好評である。

また、今年もコロナの影響で多くのスポーツイベントは中止となったが、その代わりにオンラインで簡単にできるストレッチやヨガのセミナーを開催、同プログラムの見逃し配信も行うことで、時間や場所の制約なく多くの社員とその家族に参加してもらうことができた。



株式会社 DYM



階段利用の推奨や社内部活動支援制度など「新しい日常」下での様々な取組の促進や、感染対策を行った上での運動会の実施

エレベーター内や出社時の3密回避と、社員の健康推進の両立のため徒歩通勤や階段利用を推進している。

また、マスク着用やこまめな手指のアルコール消毒、人と人との間隔を大きくあけての食事など十分な感染対策をした上で、部署や役職をまたいだチーム編成での社内運動会を今年の5月に実施した。社内でのコミュニケーションの場にもなっている。



帝人株式会社



社員の健康増進のため、ウォーキング大会などの健康イベントを毎年継続して実施

帝人では、グループ会社を含め、毎年春には生活習慣改善のイベント、秋にはウォーキング大会を実施。イベントを通して健康意識の向上と正しい生活習慣獲得のきっかけ作りをしている。

また、これらのイベントを通して、社員のコミュニケーションの向上にも役立てている。



ディップ株式会社



オフィス・部署の垣根を超えたプログラムを開始

「心と体を整える」というコンセプトの元、体を動かすきっかけの一つとして、今年度より二つのプログラムを開始。

一つは参加者にスマートウォッチを配布し、チーム対抗で歩数を競わせているウォーキングプログラム。

もう一つはヘルスキーパーを講師に、ZOOM 配信でオフィスでも自宅でも参加可能なストレッチプログラム。

全国から参加者がおり、参加した従業員からは意識して体を動かすいい機会になっているとの声が挙がっている。



デサントジャパン株式会社



気軽に行える運動や動画配信を通じてスポーツを遊ぶ楽しさを提供

昨年度に引き続き、社員運動会や参加型スポーツイベント等の中止が相次いだり、社内で社員個々が密を避けつつ、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。

外部向けには、従来のスポーツ活動支援や訪問での運動教室に加え、その運動教室の動画を作成・配信。社内外共に人流や3密を抑制しながらも、体を動かす楽しさ、及びスポーツへの興味や関心を維持できる機会を提供した。



株式会社 TENTIAL



スポーツ団体へ機能性快適マスクを寄贈  
スポーツ活動の継続を支援

コロナ禍で、思うようにスポーツ活動に取り組むことができない子供たちや団体へ、スポーツ活動を安心安全に取り組んで欲しいという思いから、機能性快適マスク（自社製品）を寄贈した。

また、社内ではコロナ禍のピーク時を避け、感染症対策を徹底した上でフットサルを開催し、リモートワーク中の運動不足解消へ寄与した。



東亜ディーケーケー株式会社



階段利用の促進、歩数競争大会の実施、社員クラブ活動の支援

運動不足解消として階段利用を奨励し、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、歩数競争大会（チーム対抗・個人対抗）を実施し、毎週の集計結果をかわら版として発行し、健康意識の向上と、社内コミュニケーションの促進を図っている。

また、野球部などのクラブ活動に補助金を支給し、社員のスポーツを支援するほか、グループ会社がある山形県のJ2サッカークラブ「モンテディオ山形」の正会員になっている。



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。健康状態の良好などの効果のほか、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。



テルモ株式会社



達成者に果物が届く WEB ウォーキング大会実施  
楽しく運動習慣改善へ

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、毎年春・秋の2回開催。

在宅勤務の拡大など、コロナ禍で働き方や生活環境が大きく変化し、運動不足等の課題を感じる社員も多いが、家族や同僚と一緒に楽しみながら、自主的に運動習慣改善に挑戦することができ、参加人数も年々増加している。



東亜道路工業株式会社



日常の中で最も身近なスポーツから始める  
健康増進のきっかけ作り

東亜道路工業では、社員の健康のために10月、11月（北海道・北陸地区は9月、10月）の61日間で、1日1万歩を目標に、61万歩以上あるくウォーキング大会を開催。

普段なかなかスポーツに取り組めない社員にも、「歩く」という身近なスポーツから始めることで健康増進を図るきっかけとなっている。



東急株式会社



社内イントラ活用で、コロナ禍でも健康維持に役立つ情報を発信

テレワークでも従業員同士の繋がりをもち続けることができるよう、社内イントラを活用し、「Smart Choice New Normal」という従業員投稿型の連載で情報発信。従業員の毎日の運動習慣（体操・サイクリング・散歩）や新しい働き方における工夫について紹介している。

また、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（今年度はコロナで開催中止）、ウォーキング大会を開催している。



株式会社 東急スポーツオアシス



夢に向かって練習に取り組む選手及び社員に、充実した競技活動が継続できるような支援制度

Well-being First! を企業ミッションに掲げ【アスリート支援制度】を設けてプロスポーツで活躍する選手の社員雇用・練習環境の提供・遠征費支援やスポーツの国際大会に出場する社員の活動費支援を行うと共に、トライアスロン、パラスノーボードなどで活動するアスリートに、練習環境を提供し夢の実現を支援している。

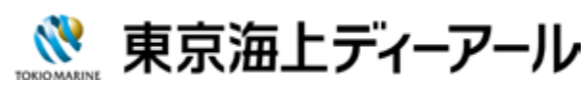


東急スポーツシステム株式会社



～コロナ禍でもスポーツを通して人との繋がりを支援～

当社従業員・東急グループ従業員・当社運営フィットネスクラブ会員を対象に、コロナ禍でも安心して運動ができる機会として、「3密」を避けた「オンライン形式」でマラソン大会を実施した。  
また、「フットボールを通して多様性を身に付ける」機会として聴覚障害を持った子供たちが所属する「サインフットボールしながわ」と「東急Sレイエス」の1年～4年生の子供たち28人（各チーム14名）が集まり「デフ（聴覚障害）交流フットサル練習会」を開催した。

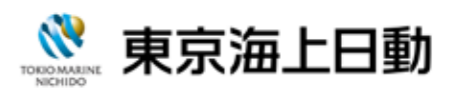


東京海上ディーアール株式会社



スポーツを通じた健康づくりと社内コミュニケーション活性化

毎朝社内衛星放送のラジオ体操を放映、職場で実施。また、10・11月は健保主催の「健康増進月間」、12・1月は当社独自の「T d R健康増進月間」を実施。「T d R健康増進月間」では、アプリを活用した歩数、エクササイズ、ウォーキング等の各種アクティビティへの取組、メールを活用したラジオ体操、エクササイズ動画配信などを実施した。  
在宅勤務でも同じ時間に一緒に取り組むことで社内コミュニケーションの活性化にも寄与している。



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じて、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、昨年度よりオンラインも活用しながら「障がい者スポーツの応援観戦」、「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じて多様性を学ぶ学習ツールの展開」などを行っている。



東急電鉄株式会社



東急病院と連携し、健康維持の工夫等を社内イントラで案内

新しい生活様式における健康維持のアドバイスやテレワークによる運動不足に対する注意喚起等を定期的に社内イントラに掲出。企業立病院である東急病院と連携し、専門家の意見を従業員に周知している。  
また、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（今年度はコロナにより中止）、ウォーキング大会を開催している。

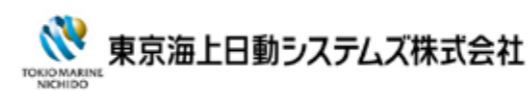


株式会社東京アスレティッククラブ



自宅でできるオンラインフィットネスサービスの活用

グループ会社が運営するオンラインフィットネスサイト「MOVE+」を従業員向けに公開し、コロナ禍において家族含め、自宅で閲覧・実践できる運動プログラムを提供することで、従業員とその家族の健康保持増進を図っている。



東京海上日動システムズ株式会社



運動の機会を通じて、社員の心身の健康促進と健康管理を支援

健康増進月間の前後に身体の状態を把握するための体組成測定会、フロア対抗ウォーキングイベントや、ダイエット企画（年3回）を開催している。日ごろ運動習慣のない社員も参加し、運動する機会が増え健康意識の向上に繋がっている。  
また、パラスポーツの観戦応援はコロナ禍の影響もあったが、オンライン観戦を通じて行い、障がい者スポーツへの理解を深める活動を行っている。



東京ガス株式会社



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

健康の維持向上のため2015年からウォーキングキャンペーンを実施し、毎年1,000名以上が参加。上位成績者と、事業所ごとの平均歩数を社内HPに掲載しイベントの認知向上と参加を促進している。個人で行えるウォーキングの人気は高く職場単位での参加も増えている。職場では、昼休みを利用して会社近くの散策や歩数アップに向けた情報交換を行うなどコミュニケーションの活性化にも寄与している。

**TSH 東京システムハウス株式会社**

**東京システムハウス株式会社**



**社内サークル活動で健康促進とコミュニケーションの活性化を図る**

従業員の健康促進やコミュニケーション活性化などを目的に、駅伝・ゴルフ・テニス・フットサル・野球・スキー&スノボが活動している。サークル活動を取り入れたことで、運動機会が増えたとともに、業務で関わりの少ない従業員同士が交流できる機会が増加し、社内コミュニケーションの活性化にも繋がっている。

挑みつづける、変わらぬ意志で。  
**東京商工会議所**

**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り組むため、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、全員が取り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。

**東京都公立大学法人**  
Tokyo Metropolitan Public University Corporation

**東京都公立大学法人**



**都民及び学生・教職員を対象にパラスポーツを広く普及促進**

東京都立大学では、平成29年度から障害の有無に関係なく参加できる障害者スポーツ体験教室(ボッチャ体験教室、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)を開催している。  
令和3年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点により体験教室等の開催を見合わせたが、パラリンピックへの機運向上及びパラリンピック後の障害者スポーツへの理解促進と裾野拡大を図るための動画配信によるオンライン企画について、令和2年度から引き続き実施している。

**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、施設内の飛沫感染予防対策を徹底しているほか、利用者の方には、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。

**東京メトロ**

**東京地下鉄株式会社**



**スポーツによる地域貢献活動と社員の健康維持・増進活動の実施**

女子駅伝部選手と車いすフェンシング選手による地域貢献活動、また、社員の健康維持・増進のための活動を実施した。  
女子駅伝部は、合宿先の小学生や中学生向けに陸上教室を開催し、走ることの楽しさを教え、車いすフェンシング選手は、自身が実施しているトレーニング方法を社員へ紹介することにより、社員の健康維持・増進に繋げる活動を行った。

**TOKYO DOME SPORTS**

**株式会社東京ドームスポーツ**



**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**

社員の運動不足解消を目的に、自宅で実施できる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。

**東京都鉄二健康保険組合**

**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、昼休憩後に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20分)を意識してウォーキングを実施。活動量計のデータ取込で1日平均スコア等を算出している。

**THSA**

**公益財団法人東京都予防医学協会**



**部署対抗 FUN & BODY CHANGE キャンペーンを実施**

1日の歩数、30分以上軽く汗をかく運動の回数、昇降式もしくは、机上式スタンディングデスク体験利用回数などを職場対抗で行った。ウェアブル歩数計、ヨガマット、エアなわとびなど運動習慣継続促進 goods を参加賞として、キャンペーンを始める前に自由に選んでもらうことで、従業員の参加を促し、運動習慣の環境づくりを目指した。

# NISHI SATO

東京西サト一製品販売株式会社



## 「行ってきまーす！」就業時間内に社内で1時間の本格ヨガ

社内の多目的ホールで週2日、ヨガ教室を開催している。講師は講師資格を持つ従業員。各自で仕事の都合を考慮し、ヨガ日程表に名前を入れて予約。よく換気をした状態で上限2名にて行っている。参加費は無料、参加中も就業時間とみなされる。各職場で「ヨガ行ってきまーす」「行ってらっしゃーい」の声が行き交い、午後の勤務がスッキリ行えると好評である。日中不在の営業マンには講師が出向いて出張ヨガを行うことも。

# TOHSHIN PARTNERS

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・野球部の活動、ウォーキングイベント実施

全社員を対象に万歩計を配布し、ウォーキングイベントを実施した。チーム戦・個人戦・達成賞を設け、上位のチームメンバーと個人に賞品を贈呈した。

達成賞に関しては、一日の目標歩数を『7,000歩』に設定し、達成した社員にはオリジナル賞品を贈呈。ウォーキングイベントを通じて社員全体が盛り上がった。

また、毎朝朝のラジオ体操やサッカー部・野球部の活動も継続に実施している。

# TOBU 東武鉄道

東武鉄道株式会社



## 少年野球・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

(一財)東武博物館が主催する東武鉄道杯少年野球大会、少年サッカー大会に、東武鉄道はボランティアスタッフを派遣し、次世代を担う健やかな少年少女の成長を支援している。

なお、2020年度は新型コロナウイルスの影響により東武鉄道杯の開催を断念したものの、子供たちを応援したいとの思いから、出場を目指していた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実施した。

# Dr. TRUST 産業医のことなら

## ドクターラスト

株式会社ドクターラスト



## ウォーキングイベント、ラジオ体操を今年も継続!

前年同様、健康管理アプリを活用したウォーキングイベントを開催。コロナ禍の運動不足解消とともに、部署混合のチーム戦にすることで社内コミュニケーションの促進につながった。

また、15時にラジオ体操を実施。デスクワークから解放されるリフレッシュの時間として、加えて体操中に会話が生まれることから、社員交流の時間としても大いに機能している。

さらに、大手スポーツジムと法人契約し、積極的な運動機会を提供している。

# TOPPAN

凸版印刷株式会社



## スポーツ専従社員の雇用及びオンライン社内応援会等の実施

東京2020大会に出場する当社所属のスポーツ専従社員の壮行動画の作成や、社員から応援メッセージをオンラインにて集め、全社的な観戦機運醸成に寄与。また、大会期間中は社員限定のオンライン応援を行い約800名が利用した。

また、大会後は選手の出身地の小中学生との交流も実施し、パラスポーツの認知拡大・普及に寄与している。

# 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・地域という言葉の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たちの健全な育成を応援する。

# TOPPAN FORMS

トッパン・フォームズ株式会社



## 部活動(スポーツ関連)への支援・ラジオ体操を実施し運動意識向上

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。

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。

本年は、コロナ禍で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。

# RUNNING CLUB TRACK TOKYO

株式会社トラック



## アスリートの正社員雇用 プロギングの普及活動

- ・アスリートの正社員雇用  
実業団選手でもあり、ランニングインストラクターとしても活動している人材の正社員雇用
- ・プロギングの普及活動

プロギングとは、スウェーデン語の「PlockaUpp(ゴミ拾い)」と英語の「Jogging(ジョギング)」を合わせた造語です。走って健康になり、ゴミを拾ってエコに、地球環境を良くする新しいSDGsスポーツ。今後も継続的にプロギングの普及活動に取り組んでいく。



株式会社ナウイエンタープライズ



社内エクササイズとウォーキング、スクーバダイビング実施補助制度で運動意識向上

健康運動実践指導者の資格をもつ社員の指導の下、朝礼時に社内で行えるエクササイズを行っている。通勤時、昼休みを利用したウォーキングは社員が自発的に継続している。

事業では、スクーバダイビングのCカード（通称：ダイビングライセンス）の発行を行っているため、全社員スクーバダイビングの資格を所持している。自己のスキル向上、研鑽、リフレッシュを兼ねてプライベートでのスクーバダイビングにかかる費用の一部を補助している。



株式会社ナレッジクリエーションテクノロジー



新しい日常下での3密を避けた運動意識の向上と健康増進への取組

自社での階段利用の推奨、ラジオ体操などを行い、体を動かすことへの啓発活動を行い、社員全員が参加できる仕組み作りにより、健康経営を推進している。緊急事態宣言下では、活動を停止していたが、解除後、屋外でのスポーツ活動（ゴルフ）等を行っている。テレワークなどで対面でのコミュニケーションが減っていたので、屋外スポーツでメンバーがそろうことで、より良いコミュニケーションが図れることができた。



ナガセケンコー株式会社



軟式野球・ソフトテニス・ソフトボールを中心としたイベントへの協力、社内ポッチャ大会の開催と社員によるポッチャクラブの大会参加

都内だけでなく、全国で行われている軟式野球・ソフトテニス・ソフトボールのイベントへ物品等の協賛を行い、大会の成功と競技の普及に協力している。

また、ポッチャの社内大会を実施して、健康増進と社内コミュニケーション作りに取り組んでいる。社員有志によるポッチャクラブは都大会へ出場している。



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



オンライン健康塾開催やラジオ体操動画の配信で健康づくりを推進

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、イントラネット上に掲示して在宅での視聴を推進。

「ニチレイ健康塾」では、健康運動指導士による運動指導や保健師の病態生理、管理栄養士の食習慣改善講義等をオンラインで実施。

また、運動習慣のきっかけ作りは春秋の「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。社内コミュニケーション活性化には各種運動部等の活動を支援している。



日産化学株式会社



スポーツ活動の支援や体操の実施を通じて、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」と考え、スポーツ活動の奨励に力を入れている。

本社では、フットサル、テニスなどのクラブ活動を支援しており、健康増進に加えて、従業員のコミュニケーションの場となっている。ストレッチ体操を毎日実施しているほか、在宅勤務時の運動不足解消を目的に、座ったままできる運動や体操の紹介、オンラインセミナーの実施を通じて、コロナ禍での運動奨励に取り組んでいる。



日清食品ホールディングス株式会社



コロナ禍における社員の運動不足解消支援・「全国小学生陸上競技交流大会」の協賛

2021年度より新たな取組として、日清食品グループ社員の希望者を対象に、フィットネスアプリを導入・無償提供した。2021年11月時点で約300名が参加し、コロナ禍における社員の運動不足解消に寄与した。

また、「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。今後も未来を担う子どもたちの健やかな成長や挑戦を応援していく。



日都産業株式会社



オンラインイベントも活用して身体を動かすことを習慣化

始業前のラジオ体操を継続して実施中。「新しい日常」ということで、集まって行うのではなく距離をとって各々の場所で行っている。

今年は、オンラインイベントの「さつき・ラン&ウォーク企業対抗戦」に参加した。1カ月間に走った距離や歩いた歩数をアプリ上で競う、企業対抗型のイベント。多くの従業員が参加したということで、表彰状を頂いた。その後も習慣化し同様のイベントに個人でエントリーしている社員もいる。





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

各部署で毎日15時にマスクを着用して、ラジオ体操を実施した。

また、1カ月間の実施期間を設けて、会社内や日常生活、運動などの16項目について、実践した項目に点数をつける「全社健康管理コンクール」を実施し、意識的な健康管理に取り組んだ。

その他、オフィシャルパートナーとして支援している、卓球Tリーグの試合を従業員が観戦する機会を提供した。これらを通じて、社員が健康を維持し、活気ある働き方ができるように取り組んでいる。



日本電気株式会社



COVID-19の影響のもと培った工夫や学びを活かしレガシーへ

東京2020大会期間中にはゴールドパートナーとして、大会自身をNECの技術で支えるとともに、聖火ランナーやボランティアとしても多くの社員が大会を支えた。

また、COVID-19の影響のもと、オンラインツールを駆使するなど様々な工夫をこらすことで、社員間でのスポーツを通じたコミュニケーションを拡大・発展させ、健康やスポーツをテーマとしたコミュニケーションを継続的に実施した。



日本通運株式会社



全職場での日通体操実施、自社スポーツ施設の大学等への利用提供

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。

また、企業や大学などの各団体からの利用申請に基づき、本社ビルの武道場（柔道場、剣道場、相撲場）を利用提供している。さらに、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。



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、社会課題解決につながる「チャリティ RUN+WALK+α」、オンラインを活用してグローバルに実施

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、社会課題への意識向上を目指し2017年から開始した、3か月間限定のイベントを実施した。外出自粛や在宅勤務の増加を考慮し、これまでの対象運動に、ヨガ・自転車・水泳等を追加した他、プロコーチによる生配信レッスンを開催。

また、グループ社員の参加費に加えて、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」に寄付している。



特定非営利活動法人日本ウォーキングセラピスト協会



ウォーキング・ストレッチ教室の実施

企業の福利厚生、また、地域の皆様の健康維持・増進の助けになるようなストレッチ・ウォーキング講座を実施している。

スタジオ講座のみではなく、リモートによるストレッチ講座を実施し、コロナ禍における健康維持増進をサポートする講座を展開している。



商工組合 日本医療機器協会



コロナ禍でも感染対策を徹底し、職員の運動不足を解消

野球、ボウリング、フットサルのような大人数が集まる大会は新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から今年度も見送りとなった。

昨年度より、感染対策を徹底したラジオ体操と3密を避けるのと同時に、運動不足解消を目的とした階段利用は継続し、新たに今年度からは各自で休憩時間を利用したストレッチ運動を取り入れ実施している。

今後、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予定。



日本交通株式会社 赤羽営業所



感染予防をしながらのスポーツ大会の実施

ゴルフ大会、フットサル大会を年間行事として、スポーツを身近にする環境づくりを行っている。

週末は会議室を開放し、卓球大会に向けての練習を行っている。感染予防をしながら日々社員同士コミュニケーションを図っている。

また、所内にスポーツジムも併設し、仲所長、大森教官を始めとし、社員の運動不足解消の為、身近に運動できる環境づくりに取り組んでいる。



日本国土開発株式会社



毎日の生活時間の中で、“少しでも”を大切に、従業員の主体的な運動活動を推進！

自ら健康に対する目標を宣言し、職場における健康推進の先駆者として活躍する「健康経営サポーター制度」を導入。当初35名だった健康経営サポーターも現在では403名の社員が参加している。また、全国にバドミントンや登山等の運動サークルがある。現在は、コロナ禍ということもあり、運動活動も行いながら文化活動を行うサークルの活動も認め、現在178名がサークル活動に参加。また、活動に対して昨年同様費用支援を実施している。



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・文化の醸成

今年度から子供向けの自転車アカデミーや、クラブチームを立ち上げ、青少年の健全な育成や教育に力を入れている。そのほか、密を避けられるアウトドアスポーツの一環で注目されている、マウンテンバイクを一般の方々に認知してもらうため、首都圏で体験会やイベント等を多数実施。さらに、各種自転車レースの協賛・後援を行い、サイクルスポーツを幅広くサポートしている。



株式会社日本理化工業所



歴史とビジネスの街、品川からプロスポーツチームを!!

弊社は、100年以上電気事業を支えるマイカ(雲母)ペーパーの製造販売をビジネスにしている。2014年に、工場のある栃木に「栃木シティ」と言うサッカーチームを作り、地域貢献を始めた。そして、2021年4月に、本社のある大井町に、フットサル、バスケットボール、ビーチバレーボールを含む、しながわシティスポーツクラブを設立しました。各種プロスポーツを通じて、品川の子供たちに夢を与えるべく活動していく。



株式会社ニュー・オータニ



従業員の健康増進の為、職場環境に合わせたストレッチ体操の指導

職場毎の労働環境に応じ、インストラクターによるストレッチ体操の巡回をし、教育することで、職場内で日々実践できるストレッチを奨励している。本年度は、コロナ禍で休業社員も多数あったため、運動不足にならないように、webにて当社独自で作成したストレッチ動画を配信した。



日本シグマックス株式会社



スポーツ活動支援金支給制度「スポサポ」と活動情報の社内発信

社員一人当たり年間最大16,000円(3ヶ月ごとに4,000円×4)の支援金を支給し、社員は各種スポーツ活動や健康づくりのための用具購入で活用。利用実績を社内ポータルサイトで報告し、応援コメントを送りあうなど、より多くの社員の利用を促すように情報発信している。写真：企業対抗ラン&ウォーク大会への参加(参加PR動画出演)、社内フットサル、野球部(ユニフォーム新調)



日本生命保険相互会社



プロスポーツチーム・自治体・企業の協働による地域貢献取組を実施

地域での健康増進・次世代育成を目的B.LEAGUEクラブチーム・自治体・企業との協働でウォーキングアプリ「aruku&(あるくと)」を活用した「バーチャル運動会」を開催。また、地域での応援機醸成を目的に、地域に根差したプロスポーツ選手とファンとの交流イベントも企画・実施した。



株式会社NEXTAGE GROUP



建設業界”あるある”ポーズと3秒体操で健康維持とスポーツ促進

労働安全や健康維持の一環として建設業に関する動きである「塗装」「掘削」「釘打ち」「ノコギリ」の4つのポーズを取り入れた「ネクステージ体操」を制作。この体操は、社員だけでなく、建設業関係者、パートナー企業にも広げて取り入れられている。また、オフィスで働く社員向けには、始業開始前に腰に手をあてて3秒かけて腰を反る「これだけ体操」を実施。毎朝の健康維持と身体を動かすことへの意識向上に努めている。



ねぶくりっく



健康的体作りのための医療へ、スポーツの取組を実施中

健康長寿目標時代に突入し、様々な疾病があっても、障害があっても、心地よく、幸せに生活できる体作りが必至となっている現代で、医療に的確にスポーツを取り入れて、無理なく健康を獲得することを目標として活動している。各人の体調をしっかり医学的に判断したうえで、個人的にプログラムしたスポーツの取組を実施することで、医療単体では得られない効果の出現を目指している。