

大塚製薬株式会社



いつでもどこでも参加可能な運動機会を提供し健康づくりを推進

リフレッシュ体操「ポカリフレッシュ」

リアルとオンラインを併用し、社員向けのリフレッシュ体操を実施。管理部門の多い東京本部では、月に2回オフィスで体操を行い、出社している社員はほぼ100%参加しています。工場では、作業開始前に、全

員でリフレッシュ体操を実施。リフレッシュ体操のメニューは、専門のインストラクターに依頼しており、工場での労災対策としても役立っています。

また新入社員の研修にもこの体操を組み込んでおり、新入社員が健康経営活動を体験する良い機会ともなっています。



企業データ

所在地 千代田区

業種 製造業

総従業員数 5,907名

力を入れた取組

スマホアプリを用いたウォークラリー

スマホアプリを用いてウォークラリーを実施し、社員の運動習慣づくりを推進しています。

「事業所対抗ウォーキングイベント」では、健康意識を高めながら、社会貢献へも繋げていくことをテーマに、事業所対抗のウォーキングラリーを実施。今回新しい取組として、2024年秋と2025年春実施のイベントでは、優勝した事業所が所在する自治体に製品寄贈を行うこととし、寄贈されたポカリスエット等が高齢者の熱中症対策や、高校生の部活動支援に使用されました。副賞を自治体への寄贈に変更することにより、運動習慣も社会貢献活動も継続していくことが大切だというメッセージを社員に向けて発信することができ、社員の参加モチベーションの向上にもつながっています。



その他の取組

バーチャル企画 「ポカリスエットラン&ウォーク」

ウォーキングを含めた運動を対象に、スマホアプリを使用して世界中どこからでも参加できるバーチャル企画を、2025年9月に実施しました。この取組は運動習慣づくりのきっかけになるとともに、国内外のグループ社員間のコミュニケーション促進にも繋がっています。また関連企画として、国際大会に出場する大塚製薬陸上競技部の選手への応援メッセージを参加者から収集して本人に送るとともに、大会当日は沿道での応援にも参加を促しました。事後アンケートでは、回答者の7割以上は開催期間中に週2回以上の運動を継続し、当イベントを機に運動習慣の定着につながりました。



STAFF'S VOICE

社員が主体的に健康維持・増進に取り組める仕組みを構築

社員が主体的に健康維持・増進に向けた取組を行えるよう、会社はサポート役として自社で有する健康情報や資産を活用した様々な取組を行っています。その実現に向け、毎年社員一人ひとりが生活習慣改善への健康目標を設定し、維持・改善を目指す仕組みを構築しました。運動習慣づくりを目標としている社員の割合が高いことから、楽しく主体的に運動を継続して行えるよう、工夫をしながら、当社ならではの企画を立案・実施しています。

