

株式会社ガスパル



企業データ

所在地 品川区

業種 LPガス販売事業

総従業員数 607名



社内外の取組を推進し、運動習慣の定着へ



国の事業所で再開しました。週1回以上、朝礼時に体操を行うことで、腰痛予防や労災防止にも寄与しています。「朝から前向きな気分で仕事を始められる」など、効果を実感する声が聞かれています。

力を入れた取組

健康保険組合とのコラボによる運動促進

加入保険組合では、楽しみながら健康づくりに取り組める健康増進アプリと健康ポータルサイトを導入しています。毎年秋季開催の、健保主催のアプリ内ウォーキングイベントは、アプリ内の12カ所のチェックポイントを巡り、旅行気分を味わいながらゴールを目指す形式。また「8週間の運動記録チャレンジ」では、アプリ上で運動内容を記録することで、日常的な運動



気軽に運動に取り組める仕組みづくり

日常的に活動量を増やす工夫として、オフィスカジュアルやスニーカー通勤を導入しています。また、本社フロア内の通路には、カラーマットで道のようにデザインした「ガスパルロード」を設置。一定間隔で配置された印の上を踏んで歩くことで、自然と姿勢が整い、早足で歩くことができるようになっています。

また、長時間の座りっぱなしによる健康リスク軽減や姿勢改善を目的に、昇降式デスクなども導入。

さらにコロナ禍で一時的に中止していたラジオ体操を全

習慣の定着を促進。これらのイベントは、社内SNSや会議体を通じて参加を呼びかけるとともに、参加者にはポイントの付与やウォーキングシューズの優待販売を実施し、運動継続を後押ししています。

こうした取組によりポータルサイトの登録率、アプリ登録率、ウォーキングイベントの参加率も向上。また運動習慣(週2回以上、1回30分以上)を持つ社員の割合は年々増加傾向にあり、現在は21.4%となっています。

【健康保険組合とのコラボヘルスによる運動促進】



その他の取組

社内運動イベントを通じた健康状態の見える化



本社は「からだ測定会」と称し、体力測定や骨密度測定などを実施、健康状態を“見える化”することで、自身の健康に対する関心を高めています。参加者アンケートでは、97%が「自分の健康状態に関する新たな気付きや、必要な情報を得られた」と回答し、運動への意識付けや、健康情報の習得に貢献しました。

また社内独自のウォーキングイベント「ヘルスアップキャンペーン」を実施。健康増進アプリを活用し、個人戦・チーム戦形式で歩数を競うことで、楽しみながらモチベーションを高め、日常的な運動習慣の定着を図つ

ています。期間中に1日平均8,000歩以上を達成した参加者の割合が8.6ポイント増加するなど、ウォーキング実践の促進につながる成果が得られました。

23期ヘルスアップキャンペーン

ヘルスアップキャンペーン ～歩いてポイ活!～

歩数の達成に応じて、Amazonポイントを付与します!	
実施期間	2025年2月1日(土)～2月28日(金)
エントリー期間	2025年1月16日(木)～1月29日(水)
対象者	正社員・メイト社員
参加方法	個人エントリー・チームエントリー ※チームエントリーする場合は、個人エントリーが必須となります



ごみ拾いウォーキングイベントによる地域貢献

健康増進や地域貢献を目的として、全国の事業所で、周辺を歩きながら清掃活動を行う「ecoウォーク」を実施。全事業所の社員の90.4%が参加しています。社員からは、心身のリフレッシュにつながった、という感想が寄せられました。



STAFF'S VOICE

当社では、社員の心身の健康を重要な経営基盤と捉え、日常の中で無理なく運動を取り入れられる環境づくりを進めています。職場ごとにチームを編成して実施する「ecoウォーク」は、運動と地域貢献を組み合わせた全社的な取組として定着しています。本社は昇降式デスクやジェリーフィッシュチェアを導入し、座りすぎを防止する環境を整備しています。さらに「からだ測定会」を継続的に実施し、健康状態を見える化することで、社員の健康意識向上と行動変容につなげています。