

東洋アルミニウム株式会社 東京オフィス



企業データ	
所在地	港区
業種	アルミ箔・アルミ加工箔・アルミペースト（アルミペイント顔料）・アルミパウダー等の製造販売
総従業員数	54名



「イキイキ!活動」で、東京オフィスのみんながイキイキ!

東京オフィスの自分もみんなも「イキイキ!活動」

社員が楽しみながら継続的に取り組み、健康づくりと社内コミュニケーションの活性化を両立させる「イキイキ!活動」を2024年から開始しました。参加実績に応じて「イキイキ!賞」「参加賞」が授与されます。特別な施設や環境がなくても、また限られた予算でも、様々な活動を企画することで、社員の運動習慣の改善やスポーツ活動の推進を目指しています。

①ウォーキングイベント

アプリを活用してリアルタイムに参加者が歩数を競いました。話題性が高く、期間中の歩数が、通常5,000歩台のところイベント期間は約8,900歩と格段に増加しました。

②ヨガ講習

就業時間後に講師を招き、「デスクワーカー向けの『腰痛・肩こり・安眠に効く』ヨガ」教室を実施。在宅勤務者も参加できるようにハイブリッド開催としました。



③ランチタイムヨガ

時短勤務や、フレックスタイムの職員も参加し易い、昼休憩時に実施しました。ヨガの後はお弁当を一緒に食べ、健康情報を活発に交換する様子が見られました。

④「健康習慣強化月間を設置」

座りっぱなし防止の啓発として、メールやポスターなどを活用。1時間に1回は立ち上がることやスタンディングミーティングを推奨しました。社内には、ストレッチなどが気軽にできる個室「オアシスルーム」を設置して、階段利用を呼びかける等、日常生活での身体活動の増加を促しました。スポーツジムの費用補助も実施しました。

⑤美化ボランティア活動

毎週1回、オフィス周辺の清掃を行い、+10分間の身体活動と共に、心もリフレッシュできると好評でした。

⑥デスクワーカーのためのストレッチ講座

目・肩・腰にアプローチする、具体的なストレッチを学び体験しました。

「イキイキ!活動」を実施したことで、健診時問診の運動習慣の数値が改善しました。また従業員の多様化するライフスタイルや好みに寄り添った、多様な企画により、満足度や参加率を高めることができました。



その他の取組

スポーツ同好会への支援

社員が学生時代から運動習慣を継続したり、社会人になって新たに取組を始めることを長きにわたって支援しています。

ジョギング同好会へは、富士登山駅伝の費用の援助を、またテニス同好会へは、コート代、ボール代の支援をしています。



STAFF'S VOICE

東京人事チームでは、2024年度から東京オフィスの社員向けに、健康づくりと社内コミュニケーション活性化を両立する「イキイキ!活動」を立ち上げました。アプリイベントやヨガ・ストレッチ講座、ボランティア活動など、限られた時間・場所でも無理なく参加できる企画を展開してきた結果、参加率も着実に向上しています。モデル企業に選定いただいたことを励みに、今後もさらに活動を広げていきます。

