

## 令和2年度モデル企業

### 実践

## 明治安田生命

令和2年度東京都  
スポーツ推進モデル企業  
明治安田生命保険相互会社



### 「ひとに健康を、まちに元気を。」 スポーツ・健活を通じてとことん！ 健康づくりを楽しく継続

2019年度から本格展開した「みんなの健活プロジェクト（健康づくり支援）」では、「健康を、いっしょに育てよう」をコンセプトに、誰もが実践しやすい運動の機会を提供し、お客さま・地域社会・働く仲間「みんな」で「健活」に取組み、「人一番やさしい生命保険会社」の実現をめざしている。

また、2020年度からは「地元の元気プロジェクト（豊かな地域づくりへの貢献）」として、人と人があたたかくなる地域社会の実現をめざし、自治体との協働による健康増進セミナーや当社独自のスポーツイベントの開催等、「社会的なつながり」の提供に注力している。

ひとに健康を、まちに元気を。



### 従業員自ら率先して「健活」に取組む

当社では、お客さま・地域社会の健康づくりに寄り添い、積極的に応援していくために、従業員の健康づくりを推進しており、特にウォーキングを積極的に取組んでいる。当社従業員専用ウォーキングアプリ「明治安田生命健活ウォーキングログ」で日々の歩数を管理し、所属対抗戦や健康情報が入手できる動画を配信する等、楽しみながらウォーキングに取組めるコンテンツを複数設けている。また、定期的に好事例を社内共有し、所属ごと一体感をもった取組みを後押ししている。2020年度から全社において就業時のスニーカー着用を可能とする「MY Style」を運用開始し、ウォーキングに取組みやすい風土、歩く習慣づくりの醸成にも尽力している。



## 令和3年度の取組内容

### 【実践部門】（令和3年度）

- 健康チャレンジ！キャンペーン
- スマートフォン用ウォーキングアプリ「MYログ」
- 健活ダッシュボード
- MY健活デー
- MYログニュース
- MY健康チャンネル
- 明治安田生命オリジナル元気体操 など

### 【支援部門】（令和3年度）

- 明治安田生命Jリーグウォーキング
- 明治安田生命フットサルフェスタ
- みんなの健活体操with Jリーグ
- みんなの健活ヨガ
- 明治安田生命ゴルフトーナメント
- スポーツクラブ優待サービス

など

### 企業データ

所在地 千代田区 業種 保険業 総従業員数 約46,000名

## 企業情報はこちら

明治安田生命



業種：保険業 約47,000人

## MEMO

### withコロナの取組

### コロナに負けない！ 「新しい生活様式」をふまえた健康増進の取組

コロナ禍でも当社従業員が健康を維持・増進し、活き活きと仕事に取組めるよう、全社でウォーキングの継続を推進しており、従業員社内イントラで定期的に発信している健康維持に役立つ情報においても、コロナ禍におけるストレスや運動をテーマとした内容を積極的に提供している。さらに、「新しい生活様式」をふまえた新たな取組として、在宅勤務や自宅で過ごす際の工夫「おうち時間の過ごし方」を公募し、社内でも共有している。



### 「おうちで健活」 「とことん！地元応援キャンペーン with J」

従来のJリーグウォーキングやゴルフ・ヨガ等のイベントに加え、自宅で実施可能なエクササイズ等の動画をオンラインで配信する「おうちで健活」を社内外に発信・共有している。

また、Jリーグと新型コロナウイルス感染症拡大の影響を乗り越え、地域社会を後押しするための取組として「とことん！地元応援キャンペーン with J」を本格展開し、「おうちで健活」へのJリーグ選手・選手OBの出演や、Jリーグ選手が地元の魅力を紹介する「地元の元気づけるサイト」を通じて、地域社会の活性化に貢献している。



### 健康を、いっしょに育てよう。 まちを、みんなで盛り上げよう。

全国1,159箇所に点在する所属がJリーグや地方自治体と協働し、地域社会に健康と元気を届ける活動を展開している。

各地でJリーグウォーキングやスポーツ関連イベント、社内運動部によるスポーツ教室等、開催している。また、スポーツ文化の発展を後押しするため、「地元アスリート応援プログラム」を通じ、若手アスリートを応援している。



### STAFF'S VOICE

当社では「健康を、みんなでもっと楽しく、続けやすいものに」するため、全国各地で「健活」に取組んでいます。

スポーツには「人を元気にする力」、「人を集める力」、「人を結びつける力」があることを再認識し、これまでさまざまな応援活動を行ってきました。今後もスポーツ支援を通じたスポーツ文化の発展に加え、地域社会の活性化をいっそう後押しし、「企業ビジョンに掲げる「人一番やさしい生命保険会社」の実現に向けて取組んでまいります。



東京都スポーツ推進大使  
ゆりーと

※モデル企業の画像は、「事例集」発行年度当時のものです。

## ◆取組を始めたきっかけ

- 2019年度から本格展開した「みんなの健活プロジェクト」では、「健康を、いっしょに育てよう」をコンセプトに、誰もが実践しやすい運動の機会を提供し、お客さま・地域社会・働く仲間「みんな」で健康増進に取り組む「健活」を推進することで、「人に一番やさしい生命保険会社」の実現をめざしている
- 2020年度からは本プロジェクトの推進とともに「地元の元気プロジェクト」として、地域と連携した取組みやスポーツ応援などを通じ、地域のみなさまが安心できる交流機会をサポートする等、「ひとに健康を、まちに元気を。」を掲げ、人々の「健康づくり」と豊かな「まちづくり」を推進

## ◆運用上の特徴や工夫

- お客さま・地域社会の健康づくりに寄り添い、継続的に応援していくために、従業員の健康づくりを推進
- 特にウォーキングに積極的に取り組み、当社従業員専用ウォーキングアプリ「明治安田生命健活ウォーキングログ（通称MYログ）」で日々の歩数を管理し、所属対抗戦や健康情報の動画配信等、楽しみながらウォーキングに取り組めるコンテンツを複数設けている
- 社内の好事例を定期的に共有し、所属ごとに一体感をもった取組みを後押し
- 就業時のスニーカー着用を可能とする「MY Style」により、ウォーキングに組みやすい風土や歩く習慣作りの醸造にも尽力
- Withコロナの取組として自宅で実施可能なエクササイズ等の動画をオンライン配信する「おうちで健活」を社内外に発信・共有

## ◆効果やメリット

- 「意識」「行動」面を重視した「健康づくり」を推進し、行動変容に取り組み、全社的に健診結果の改善やウォーキングへの取組状況が向上⇒具体的には、2019年度から「健康診断結果が前年水準以上」となった割合が大幅に上昇（2019・2020年度ともに約70%の高水準を維持）※

※「健康サポート・キャッシュバック特約」のキャッシュバックランクの判定項目（BMI・血圧・尿蛋白・脂質・肝機能・糖代謝）に基づき、定期健康診断（含む人間ドック）の結果をポイント化した判定結果を前年度の判定結果と比較。前年度よりも判定結果が維持・改善した者の割合

- 健康への意識について※

【自身の健康への意識の向上】

2019年度75.8%、2020年度77.1%

【「健活」による行動変容率】

2019年度70.2%、2020年度73.7%

※従業員意識調査にて健康増進に関する自身の変化について、肯定的な回答をした従業員の割合

2021年10月8日リリース 「当社の健康増進経営の取組状況について」参照

[https://www.meijiyasuda.co.jp/profile/news/release/2021/pdf/20211008\\_01.pdf](https://www.meijiyasuda.co.jp/profile/news/release/2021/pdf/20211008_01.pdf)