

高知家健康チャレンジ5つの分野で 従業員の健康づくりを実践されている事業所様

高知家健康パスポートアプリを使って
離れた社員とも協力して楽しみながら運動を

株式会社テックス

健康経営担当者

ソリューション統括部 山本悦子さん



Q. 御社が健康経営に取り組もうと思ったきっかけは?

当社の業務はソフトウェア開発などデスクワークがメインで、健康診断で肥満を指摘されたり、社内で「ちょっと太ってきたかも」と漏らすなど、運動不足を感じる従業員が多くて、何かできることはないと考えていました。以前から健康経営という言葉や内容を聞いたこともあり、当社もチャレンジしてみようと思い、取り組みを始めました。

Q. 実際にどのような取り組みを行いましたか?

健康診断で再検査を通知された従業員には、再検査を促したりしました。肥満は高血圧や生活習慣病などにもつながるので、健康診断で肥満やそれに近いと判定された従業員のために何か力になれる事はないかなと考えている時に、高知家健康パスポートアプリの存在を知り、導入することにしました。また、時間を決めてストレッチを行ったり、社内でのハイキング部を発足しました。



Q. 高知家健康パスポートアプリを導入した理由は?

ヘルスケアのサービスやアプリを探していたのですが、有料だったり、思っているのとは違ったりしていく…。高知家健康パスポートアプリは血圧や体重、歩数を無料で記録できるのが決め手となり導入しました。以前の紙の時から利用している従業員もいて、ポイントを貯めたりプレゼントキャンペーンを活用している人もいましたね。

Q. 取り組みの成果は出ているようでしょうか?

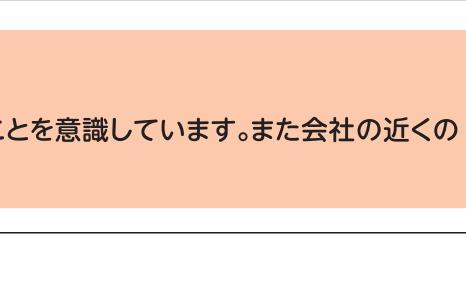
まだ始めたばかりで数値としての成果ははっきりとは分からぬのですが、高知家健康パスポートアプリは社員の半数ほどがインストールして、自分の健康状況を記録しています。2023年11月に事業所としてウォーキングイベントをアプリを使って開催しました。当社は長期出張や顧客先で作業中の社員もいるのですが、イベントは離れていても参加&協力できるので、社員同士のコミュニケーションアップにも繋がったと思います。

Q. 高知家健康パスポートアプリが活躍しているようですね。

そうですね。アプリになる前の紙の時から利用している社員もいるので、その人から貯めたポイントの有効活用の仕方などアドバイスをもらっています。

Q. 健康経営について、今後の目標などはありますか?

今、社内で高知家健康パスポートアプリをインストールしているのが半数ぐらいなので、利用者をもっと増やしたいですね。ハイキング部も発足したばかりなのでもっと活動していかなければと思ってます。健康経営を始めたばかりで社員の認知や意識もまだまだなので、まずは健康の大切さや健康経営についての周知を図っていきたいなと思っています。



従業員の声 [40代・女性]

自動車通勤なので、運動不足にならないため歩くことを意識しています。また会社の近くのジムに定期的に通っています。

【企業情報】

社名	株式会社テックス
業務内容	製造業
創業	1991年3月
従業員数	54人(2023年12月現在)
業種	情報システム設計、開発、保守、ITビジネス
主な業務内容	ソフトウェア開発、ソフトウェア運用サポート、技術者派遣、コンサルタント業務、IT化・ソフトウェア導入支援、ネットワーク及びソフトウェア運用環境の構築、ITビジネス、PCAソフトウェア販売、保守及び運用サポート

健康経営をスタートした年 2021年度