

# ② 運動機会の増進に向けた取り組み

## 山本光学株式会社

- 所在地：大阪府東大阪市
- 業種：製造販売業
- 従業員数：272名

### ● サービスを知ったきっかけ

サービス提供企業が同フロアだった

### ● 導入期間

1年未満

1年2年未満

2年以上3年未満

4年以上

### サービス導入の経緯と取組内容

- イキイキとした活力のある組織を目指すためには、従業員の健康が不可欠だと考え、健康セミナーを実施したところ、運動習慣の改善に前向きに取り組みたいとの声があり、「タニタ健康プログラム」を導入。
- 本プログラムは、通信機能を搭載した活動量計を活用して日々の歩数を計測。計測データは専用サーバに蓄積され、スマホやパソコンで確認することができる。
- 歩数データの自動集計機能を活用し、参加者の歩数ランキングを発表する他、**国内外の名所・旧跡をめぐるながら歩数を競い合う「ウォーキングラリー」**も開催。部門対抗にすることで、完歩率がUP。



### サービス導入の成果

- 工場で実施された健康診断結果では「所見事項なし」が前年と比較して6名増加。
- 「再検査又は精密検査要」が前年から4名減少。
- 従業員同士の**コミュニケーション機会の増加**により、業務の円滑化に繋がった。



今回活用したサービスは…「**タニタ健康プログラム**」(株式会社タニタヘルスリンク)



通信機能を搭載した活動量計や体組成計、血圧計で計測した自身のデータをパソコンやスマートフォンで簡単に確認できるのが特徴。からだや行動の変化を「見える化」することで、参加者の行動変容を促し、健康セミナーやウォーキングラリーなど楽しみながら健康づくりができる施策と組み合わせることで健康経営をサポート。

■ HP : <https://www.tanita-thl.co.jp/>