



スポーツエールカンパニー 取組みご紹介

「みんなを幸せにする、たくさんの健幸づくりプロジェクト」

2019年3月12日

株式会社 両備システムソリューションズ

〒702-8006 岡山県岡山市中区藤崎564-5

TEL : 086-200-0700 FAX : 086-200-0712





両備グループ

従業員数 約9,500名

グループ会社数 53社



スーパー駅長

たま

も、両備の社員です。



両備グループ概要

両備グループ各社

ICT部門

(株)両備システムズ
(株)両備システムイノベーションズ
(株)リョービシステム サービス
(株)両備システムソリューションズ★
(株)リオス
(株)エス・シー・ラボ
(株)シンク
Ryobi Lao Company Limited



トランスポーターション&トラベル部門

両備ホールディングス(株)
両備バスカンパニー(両備HD)
両備津山カンパニー(両備HD)
両備バス関西カンパニー(両備HD)
両備トランスポートカンパニー(両備HD)
両備タクシーカンパニー(両備HD)
両備フェリーカンパニー(両備HD)
両備スカイサービスカンパニー(両備HD)
両備トランスポート(株)
Ryobi International Logistics
Vietnam JSC
Ryobi (Vietnam) Distribution
Service Company Limited
Ryobi Myanmar Distribution
Service Company Limited
共栄運輸興業(株)
両備フェリー(株)
津エアポートライン(株)
瀬戸内観光汽船(株)
国際フェリー(株)
神戸ベイクルーズ(株)

東備バス(株)
(株)中国バス
(株)井笠バスカンパニー
岡山電気軌道(株)
和歌山電鐵(株)
(株)両備タクシーセンター
岡山交通(株)
両備グレースタクシー(株)
岡山タクシー(株)
浅口タクシー(株)
総社両備タクシー(株)
(株)中国交通
(株)ハロー・トーキョー
イースタンエアポートモータース(株)
ニッコー観光バス(株)
(株)リョービツアーズ
(株)中国トラベル

くらしづくり部門

両備ストアカンパニー(両備HD)
両備テクノカンパニー(両備HD)
両備スポーツセンターカンパニー(両備HD)
ソレックスカンパニー(両備HD)
岡山三菱ふそう自動車販売(株)
(株)エフ・テック
(株)両備エネシス
(株)青野石油店
両備モーターズ(株)
(株)両備リソラ
アール空調システムズ(株)
サルボ両備(株)
(株)両備ヘルシーケア
(株)トーキョー・リョービ
(株)岡山馬事公苑

まちづくり部門

岡山まちづくりカンパニー(両備HD)
両備不動産東京カンパニー(両備HD)
両備不動産広島カンパニー(両備HD)
両備住宅(株)
(株)アール・エステートサービス
(株)和田コーポレーション

社会貢献部門

公益財団法人 両備文化振興財団
夢二郷土美術館・夢二生家・少年山荘
公益財団法人両備櫻園記念財団

一般財団法人地域公共交通研究所
両備教育センター
両備健康づくりセンター

資本提携

岡山高島屋
Transimex-Saigon Corporation

1. 会社概要

主に民間企業様向けのシステム開発を行っており、製造業、流通業、金融業、健康福祉を中心としたソリューションを提供しています。

会社名

株式会社 両備システムソリューションズ

設立

2004年 4月 1日

代表者

代表取締役社長 松田 久

所在地

本 社 岡山県岡山市中区藤崎564番の5
東京支社 東京都港区芝五丁目33番1号
森永プラザビル本館16階
大阪支社 大阪市淀川区宮原3丁目5番36号
新大阪トラストタワー16階

資本金

3,000万円

従業員数

266名 (2019年3月現在)

URL

<http://www.ryobi-sol.co.jp>



2. スポーツエールカンパニーの認定を取得した背景

両備グループ 経営の方程式

- 会社の発展 = お客様の喜び x 社員の生きがい = **社員の幸せ**
- 社員の幸せ** = **健康** x 能力 x やる気 + 夢

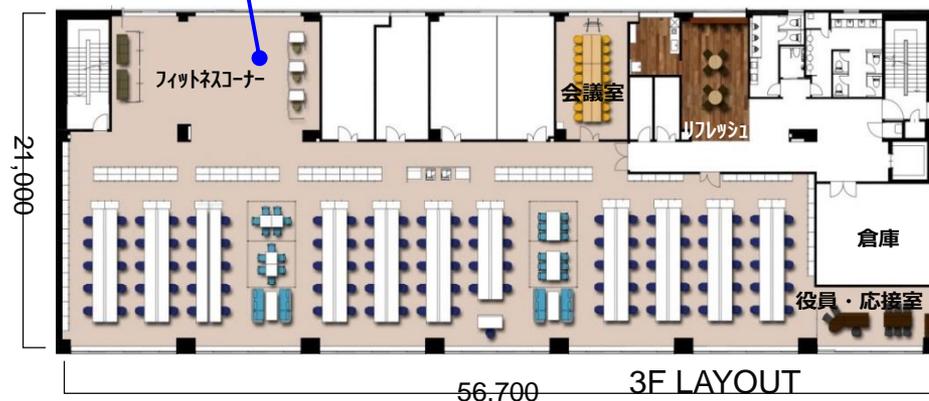
トップの決断

- 2017年2月 両備スポーツセンターカンパニーが各社COOへ「健康経営」に関する意識調査
専務取締役（井戸 万寿三）
 - ・日頃から健康意識が高く
 - ・ポジティブな回答
- ➔ 「おふいえく」（オフィスでできる簡易エクササイズ）を継続的に実施することを決定

環境の整備

- 2017年4月 新社屋が竣工
- 2017年5月 推進体制の整備
「おふいえく」開始

フィットネスコーナーを設置



認定の準備

- 2017年9月 認定制度の説明
- 10月 認定に向けて準備

2. スポーツエールカンパニーの認定

2017年12月 初年度認定

社員が行うスポーツ活動の支援や促進に向けた取組を実施する企業を「スポーツエールカンパニー」として認定。

企業の取組を広く周知することで他企業への横展開を促し、ビジネスパーソンのスポーツ実施率の向上を目指すとともに、従業員の健康管理を考え戦略的に取り組んでいる企業の社会的評価の向上を図る。

初年度の認定は、全国で217社（中四国では、当社1社のみ）

2018年12月 更新認定

平成30年度「スポーツエールカンパニー」として347社が認定

↑ スポーツ庁のホームページに、認定企業の主な取組例として、弊社の取組みが紹介されています。



平成30年度

スポーツエールカンパニー認定証

岡山県岡山市中区基崎564番の5

株式会社両備システムソリューションズ
代表取締役 松田 久殿

認定番号 20180334

有効期限 2019年12月31日

上記事業者を、スポーツエールカンパニーとして認定したので、スポーツエールカンパニー認定制度実施要項第7の規定に基づき、本証を交付する。

2018年12月20日

スポーツ庁長官 鈴木大地



平成30年度認定

3. 取組みご紹介

- 全従業員でのラジオ体操とおふいえく（簡易エクササイズ）の実施で、運動の習慣化とコミュニケーションの活性化を実現

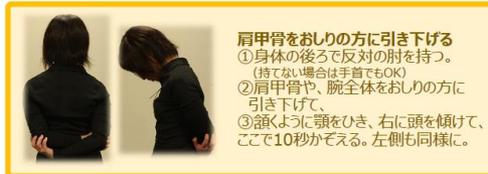


- 「肩こり解消」の簡易手順書のリフレッシュコーナーへの掲示
社員の提案で、バランスボールでのデスクワークの導入

肩甲骨周りのストレッチで

肩こり解消！

それぞれ10～15秒程度、声に出しながら数をかぞえましょう。
声に出すことで、呼吸が止まることを防ぎ、より効果的なストレッチとなります。



デュアルタスク・トレーニング事例
(引き算+足踏み+隣人と手拍子)

4. 取組実施における社内推進体制・工夫

社内推進体制

➤ 総務部に「みんなを幸せにする、たくさんの健幸づくりプロジェクト」を創設

➤ 社員提案制度

社内イントラによる意見を聴取し、できることからすぐ実施

テーマ：健康が「見える」オフィス空間の創造

1) トランポリン導入

2) 緑視率に配慮したオフィス緑化

3) スタンドミーティングの実施



トランポリンで簡易エクササイズのバリエーションを広げる



緑視率（視界に占める緑・植物の割合）に注目し10～15%グリーンを配置



スタンドミーティングで時間短縮

➤ 衛生委員会

管理職と従業員が月1回の意見交換を行うことで、オフィス環境の改善をはかる

➤ 維持運営チーム

総務部を中心としたメンバーが日常のオフィス環境維持を行う

4. 取組実施における社内推進体制・工夫

継続するための仕掛け

- 既存取組の見直し、新しい取組の提供により、運用を長く継続するための仕掛けづくり

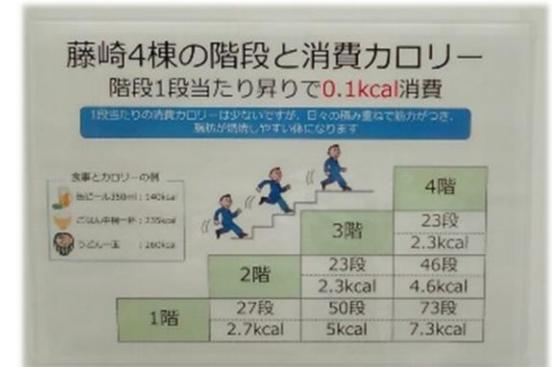
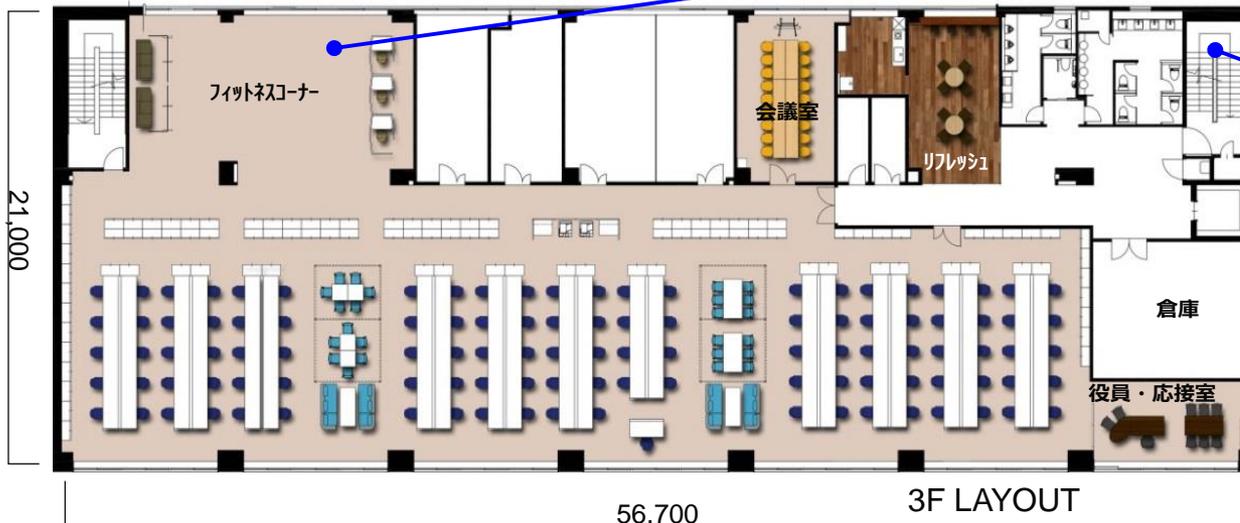
例) お昼休み時間を利用したヨガニードラ（瞑想）を計画
階段歩行の推奨

オフィス環境整備の基本コンセプトは、
well-being!（身体的・精神的・社会的に良好な状態）
=WHO（世界保健機関）の「健康」定義

➡ オフィスワーカーを支える取組みのキーワード



イメージ：瞑想（めいそう）ができるコーナー
（株）イトーキ様より借用



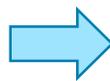
4. 取組実施における社内推進体制・工夫

継続するための仕掛け

- 両備スポーツセンターカンパニーの新事業「コンディショニング事業」PR活動に協力

ペアストレッチ手法を用いて、

- ・体の歪みを調整
- ・慢性的な肩こりや腰痛の改善



社内体験会の参加者数：34名/3日間



arklax

3/16 OPEN!

岡山市北区錦町7-23
錦町オフィス
旧トーキョーヨービ跡

アルクラックス体験会

肩こり、首こり、腰痛にお悩みの方、インストラクターとのペアストレッチでスッキリしませんか？
☎ 下表のとおり、体験会を実施いたします。お一人様約20分間です。

日時	開催場所
2月18日(月) 12:00~19:00	両備藤崎センター 1棟 第7会議室 第8会議室
2月19日(火) 12:00~19:00	
2月22日(金) 12:00~19:00	

【20分間の内容】

- ①まずはあなたの身体の歪みをチェック！
- ②ペアストレッチで骨盤のゆがみを調整
- ③ご希望の箇所1か所をストレッチ
- ④再度歪みのチェック

【持ち物】

- 特にありません。
- 着替え(Tシャツ+ズボン)は準備しています。

【料金】

両備グループ社員の方は、もちろん無料！

気になった方は今すぐご予約を！ ☎050-XXXX-XXXX

※予約なしでも空いていればご体験いただけます。



5. 取組みのポイント・成果

取組みのポイント

①ストラクチャ（組織体制）

トップの健康宣言（経営の方程式、トップダウン）

両備健康づくりセンター・両備スポーツセンターカンパニーをベースとした組織体制

②プロセス（運営・マネジメント）

きめ細やかなサポート・運営・マネジメント

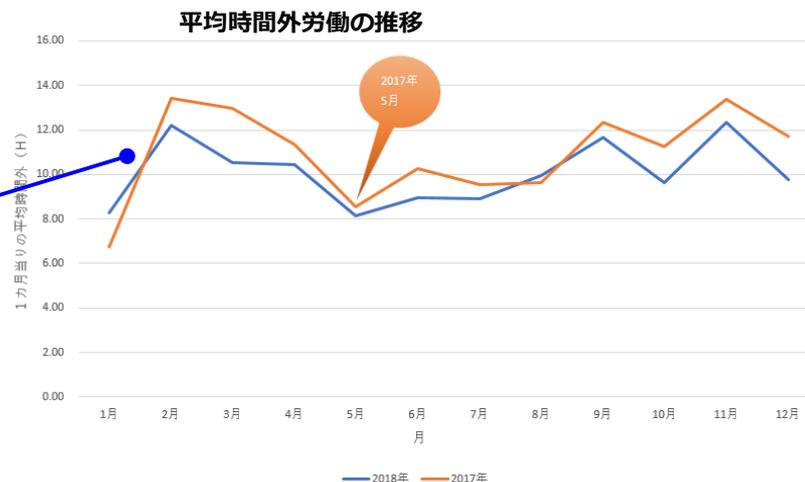
③アウトカム（成果）

平均時間外労働 対前年 7.9%減

有給休暇取得率 対前年 3.6%増

健診再検査者数 対前年 4.5%減

リクルート活動（優秀な人財確保）に期待



⇒対象となる従業員や地域がどう成果が上がるかが重要
経験者と一緒に取り組みを作成することが必要

～2018年11月 厚生労働省「第7回 健康寿命をのばそう！アワード」の受賞式
永井評価委員長（自治医科大学学長）の講評を引用させていただきました ～

5. 取組みのポイント・成果

その他の受賞・認定

スポーツエールカンパニー認定のための取組みが大きく波及



- 2018年1月 岡山市「White+ (ホワイトプラス)」企業
2019年1月 の優良取組として岡山市広報で紹介
- 2018年9月 岡山県「おかやま健康づくりアワード2018」受賞
- 2018年11月 厚生労働省「第7回 健康寿命をのばそう！アワード」
生活習慣病予防分野で「厚生労働省 健康局長 企業部門 優良賞」受賞



前列右から2人目：宇都宮 厚労省健康局長
前列右から3人目：鈴木 スポーツ庁長官
後列左から5人目：井戸 専務取締役

- 2019年2月 経済産業省「健康経営優良法人2019（中小規模法人部門）」認定

⇒社員食堂の食生活サポートや受動喫煙防止活動など、
無関心層も巻き込んだ全社展開が評価！



6. 最後に

弊社の取組みと活動方針が、皆様の会社・職場でお役に立てれば幸いです。
ご清聴ありがとうございました。

➤ お問い合わせ先

(株)両備システムソリューションズ

総務部 部長 山本 等 hitoshi@ryobi-sol.co.jp

〃 チーフマネージャー 石山 直子 ishiyama@ryobi-sol.co.jp

〃 スペシャリスト 平松 典子 hiramatsu@ryobi-sol.co.jp

〒702-8006 岡山市中区藤崎564番の5 ☎ 086-200-0700

