



# 「社内健康増進活動」の推進と 社内文化としての定着

6<sup>th</sup> Mar 2020

ブリヂストンスポーツ株式会社

# 会社概要

社名                   ブリヂストンスポーツ株式会社  
BRIDGESTONE SPORTS CO., LTD.

本社所在地       東京都港区浜松町2-4-1 世界貿易センタービル

設立年月日       1972年10月

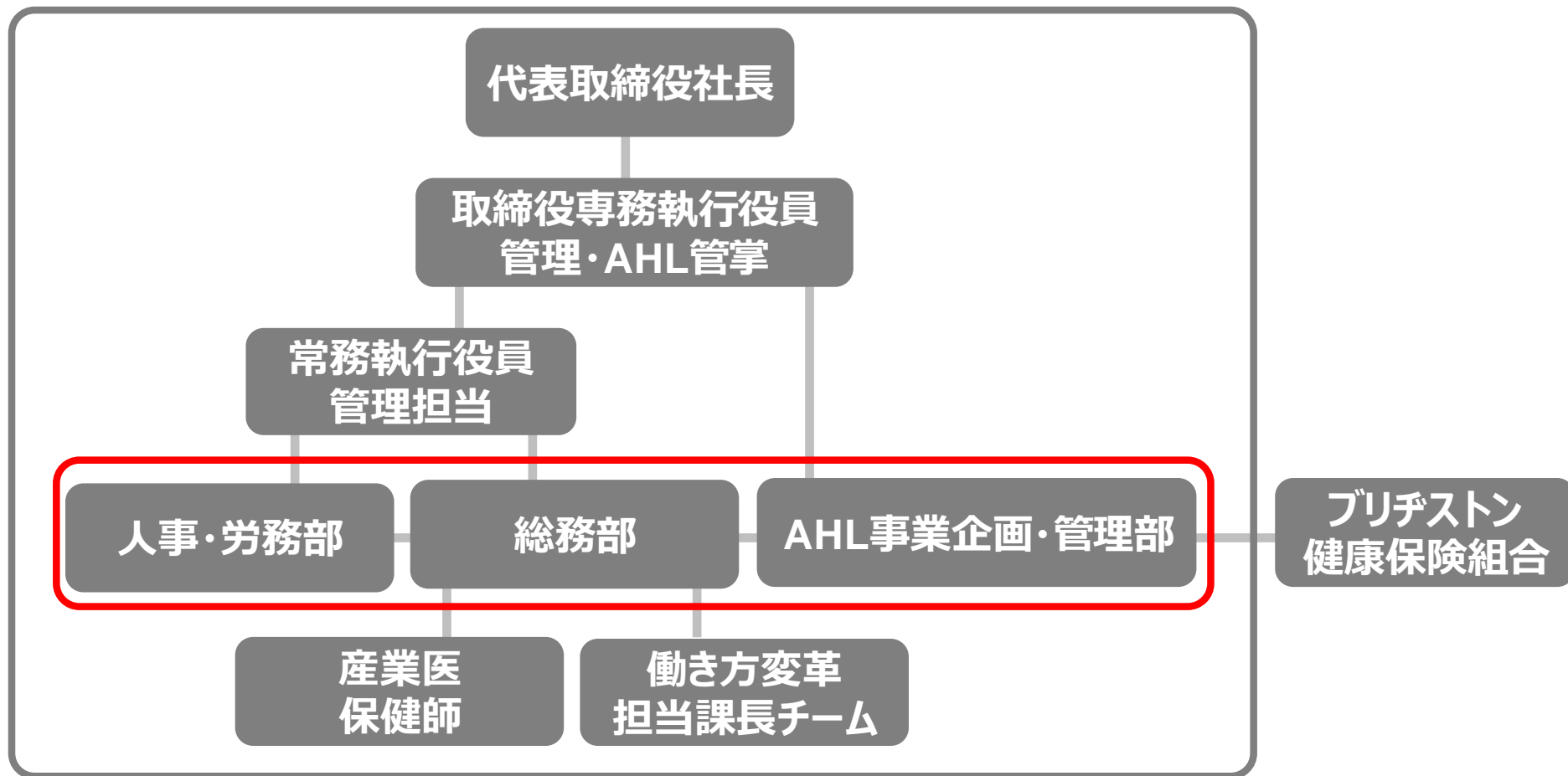
代表者             代表取締役社長 望月 基

## グループ事業内容

1. ゴルフボール、ゴルフクラブ、ゴルフウェア、その他ゴルフ用品の製造・仕入れ・販売
2. テニスラケット、テニスボール、その他テニス用品の製造・仕入れ・販売
3. その他スポーツ用品の製造・仕入れ・販売
4. ゴルフ・テニスのイベント、ゴルフスクール、テニススクールの企画・運営
5. 各種スポーツ施設の設計・施工・運営

関連会社           ブリヂストンスポーツセールスジャパン株式会社  
ブリヂストンスポーツアリーナ株式会社  
Bridgestone Golf, Inc.  
Bridgestone Tecnifibre Co., Ltd.

# 推進体制



“AHL=Active & Healthy Lifestyle” とは  
すべての人々の、生き活きとした生涯生活の実現を目指す。

## 「健康経営宣言」

ブリヂストングループの「最高の品質で社会に貢献」という使命のもと、ブリヂストンスポーツグループは、「スポーツ事業を通じて世の人々を健康・幸せにし、夢を提供する」ことを目指しています。

その実現のためには、「すべての従業員が心身ともに健康であること」が最も大切であると考え、従業員の健康支援と活力を増進するプログラムを推進していきます。

そして、従業員一人ひとりが、健康について「考え」「学び」「実践する」ことで、その能力を最大限に発揮でき、規律規範のもと、生き活きとした組織をつくり、「世のすべての人々の健康支援に貢献」してまいります。

2018年8月

社名に “ スポーツ ” が付く会社として恥ずかしくない  
従業員が心身共に健康な、企業なのだろうか？

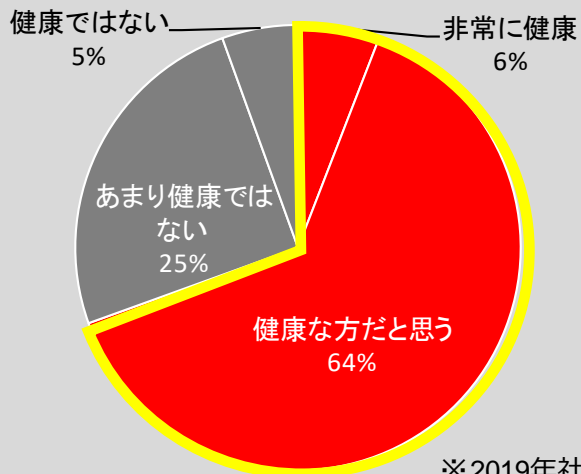
**健康意識調査の実施**

**健康診断結果の確認**



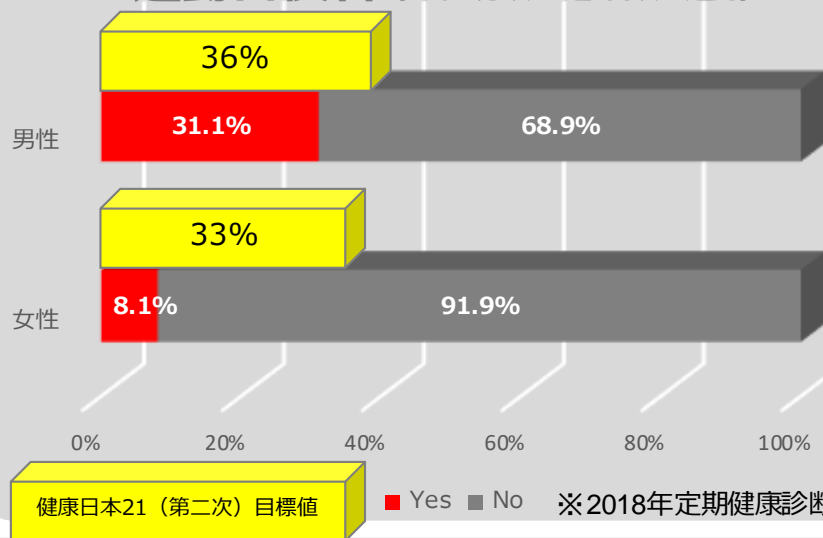
# 現状把握 (健康への意識と健診結果)

## あなたは日頃健康と感じてますか？



※2019年社内健康意識調査より

## 運動習慣者 (1回30分以上 週2日以上運動)



※2018年定期健康診断結果より

学生時代は運動部でした。今は、週数回運動したいけど、なかなか難しいです。

肉料理や、揚げ物は好きだけど控えめにしています。

早食いです。

残業は、したりしなかったり。ストレスはまあまあ感じているかな。

海藻や小魚はほとんど食べません。

インスタント食品はあんまり食べません。



減量したいです。

緑黄色野菜や果物は、あんまり食べません。

お酒は結構飲みます。

タバコは・・・周囲を見ると半々くらいかな。私は吸います。

間食は時々。ごはんやパンは大体毎食食べてます。

仕事で体を動かすことはほぼないですね。

睡眠時間は、もうちょっとりたいけど、まあ足りています。

学生時代は運動部でした。でも今運動は、ほとんど出来ていません。

肉料理や、揚げ物はあんまり食べません。

結構早食いです。

残業は、したりしなかったり。ストレスは結構たまっているかな。

海藻や小魚はあんまり食べません。

インスタント食品はほとんど食べません。



出来る事なら減量したいなー。

緑黄色野菜や果物は、そこそこ食べてます。

お酒は付き合い程度で飲みます。

タバコは・・・私は吸わないですが、周囲に何人かいます。

間食は時々。ごはんやパンは大体毎食食べてます。

仕事は基本的に座ってしています。

睡眠時間はとれているほうだと思います。

※2018年定期健康診断結果より

## 目標の設定

「自分は健康」と思っているだけで、運動習慣者が少なく、実は健康ではない！

テーマを、

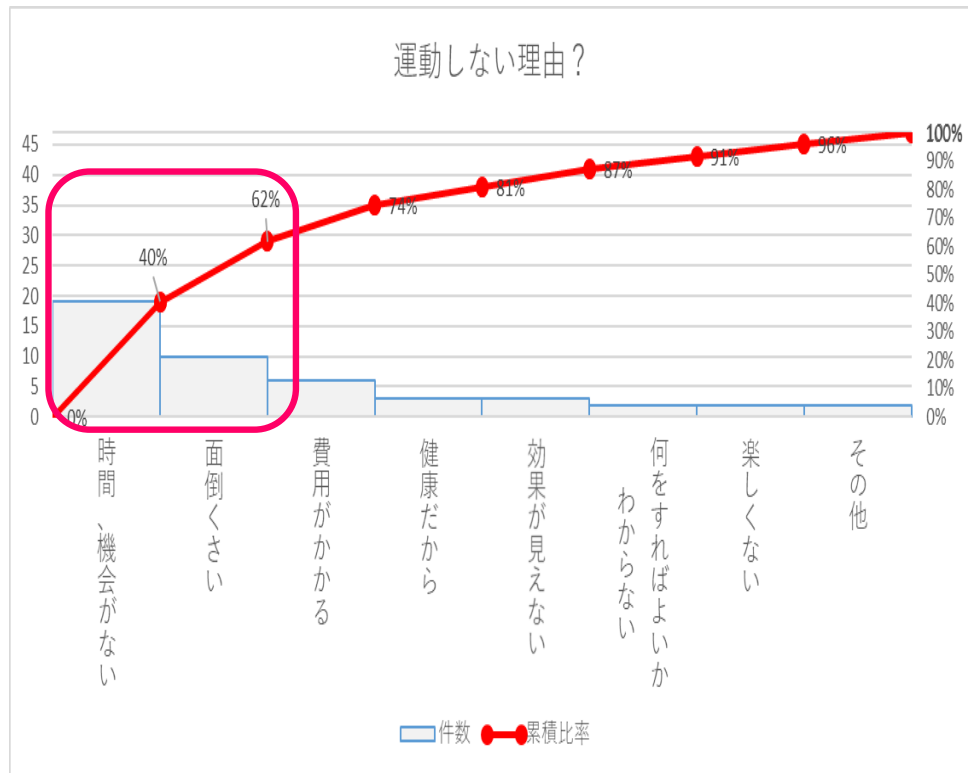
**「社内健康増進活動」の推進と社内文化としての定着**

目標を、

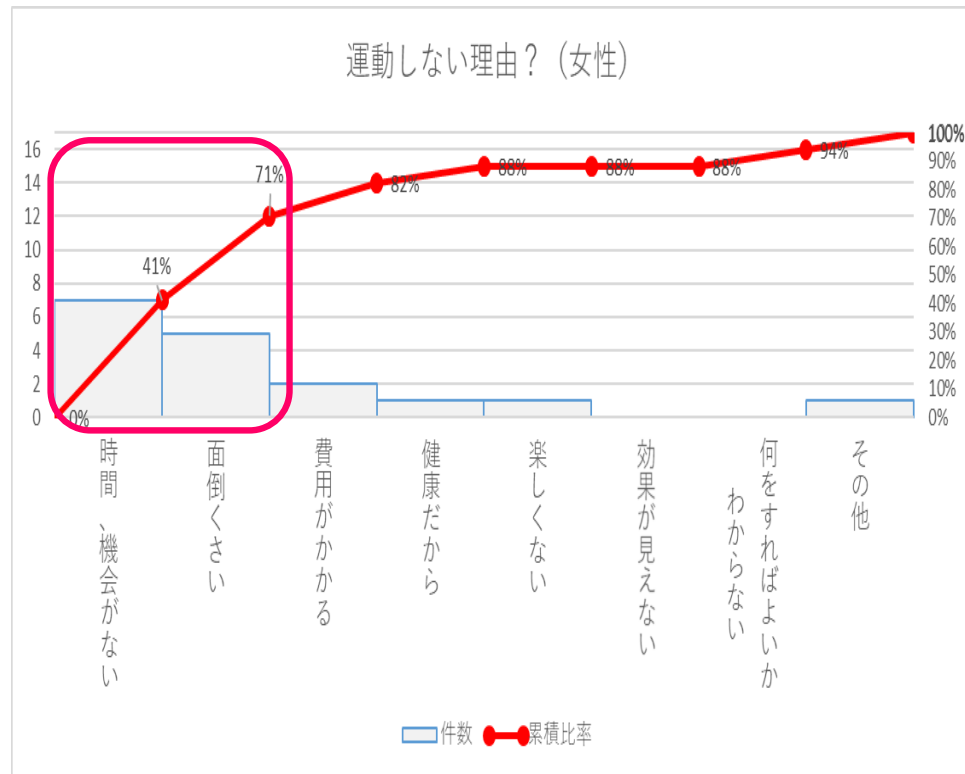
①ヘルスリテラシーを高める

②運動習慣者を増やす

# 要因分析：運動習慣が低いのは？



※2019年社内健康意識調査より



※2019年社内健康意識調査より

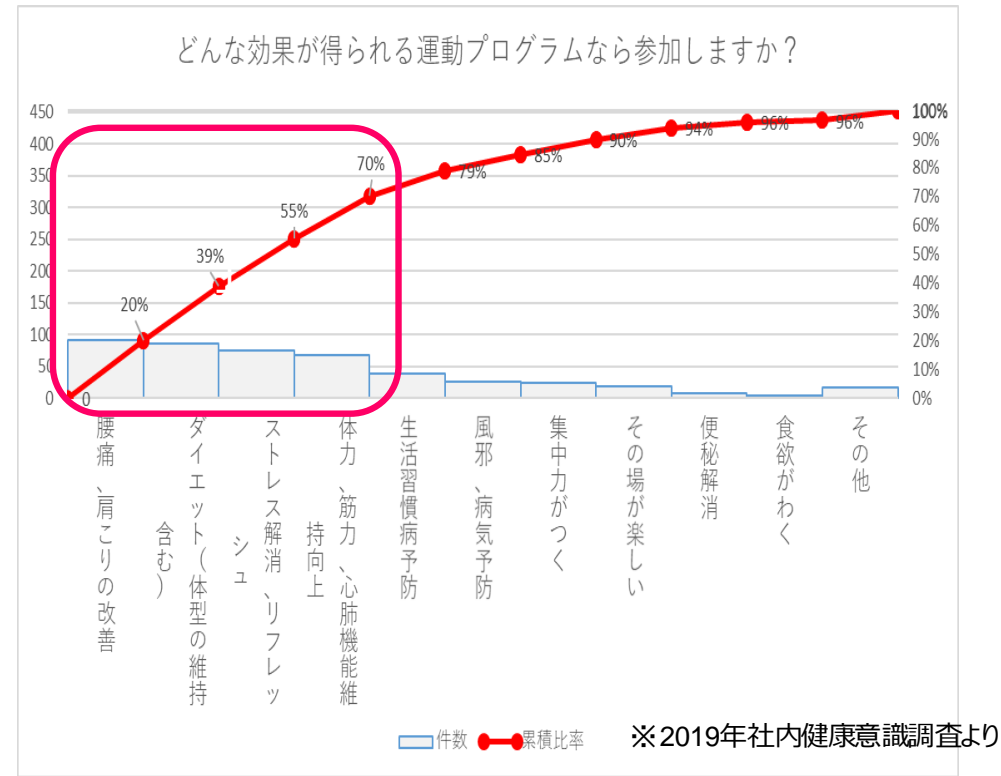
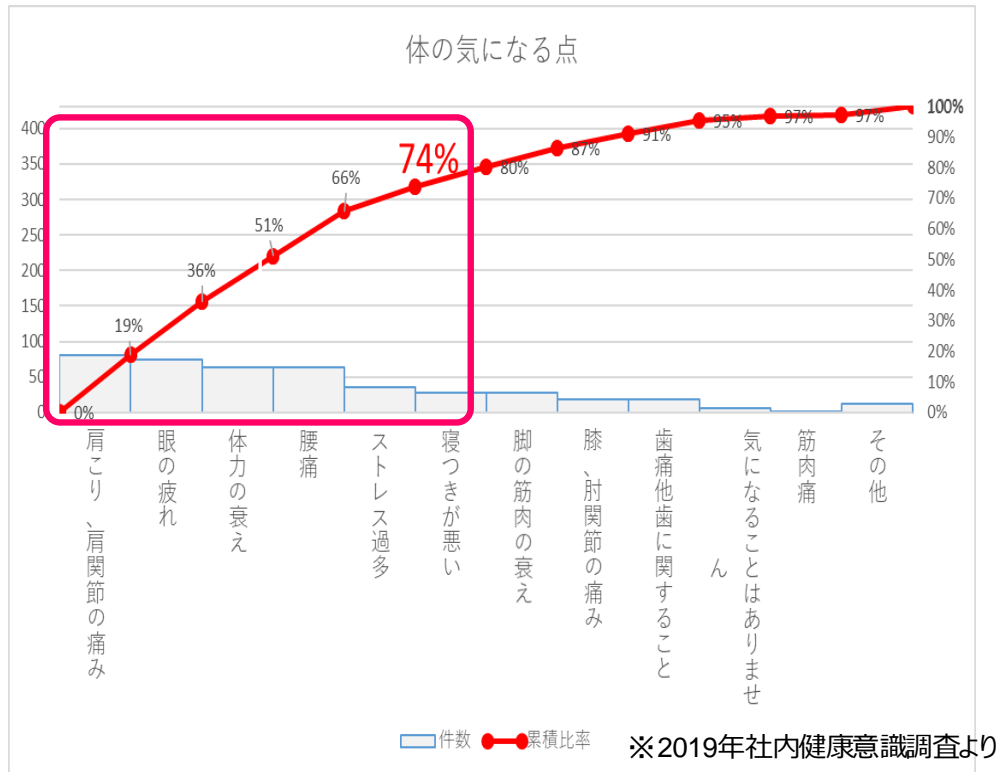
「時間、機会がない」「面倒くさい」：62%

女性だけに絞ると更に：71%

手軽に運動出来る環境があれば？？？



# 要因分析：何に興味があるのだろうか？



肩こり、目の疲れ、体力の衰え  
腰痛、ストレスに悩んでいる。

左記の困り事が解消されるプログラム  
であれば興味を持ちそう。

上記のキーワードで具体的な改善をしよう

# 具体的な取組内容

## 【インフォメーション】

継続して情報を提供することにより、健康に関する意識付けをする。



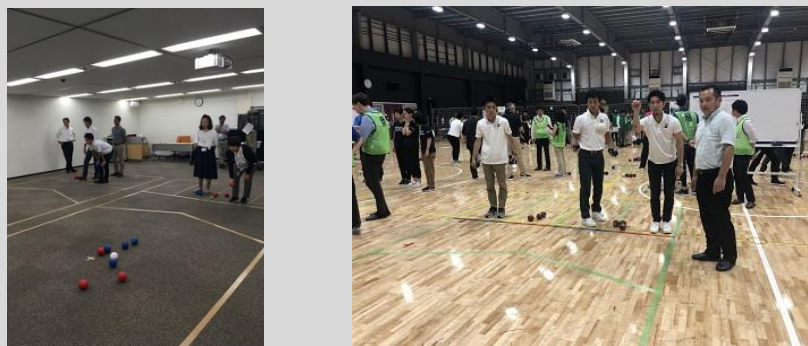
## 【ファシリティ】

社内に健康づくりが出来る場を提供することにより、身体を動かすことを日常的なものにする。



## 【イベント】

様々な体験を提供することにより、身体を動かす楽しさ、大切さの気付きを与える。



## 【セミナー】

体調の維持、改善に繋がるノウハウを提供することにより、セルフケアをする癖を付けさせる。



# 成果 「目標 ①ヘルスリテラシーを高める」

従来、同じ顔ぶれの10名程度の参加者が、50名弱にまで増加！



会議室での運用を始めたところ、自席でも使用する従業員がチラホラと・・・

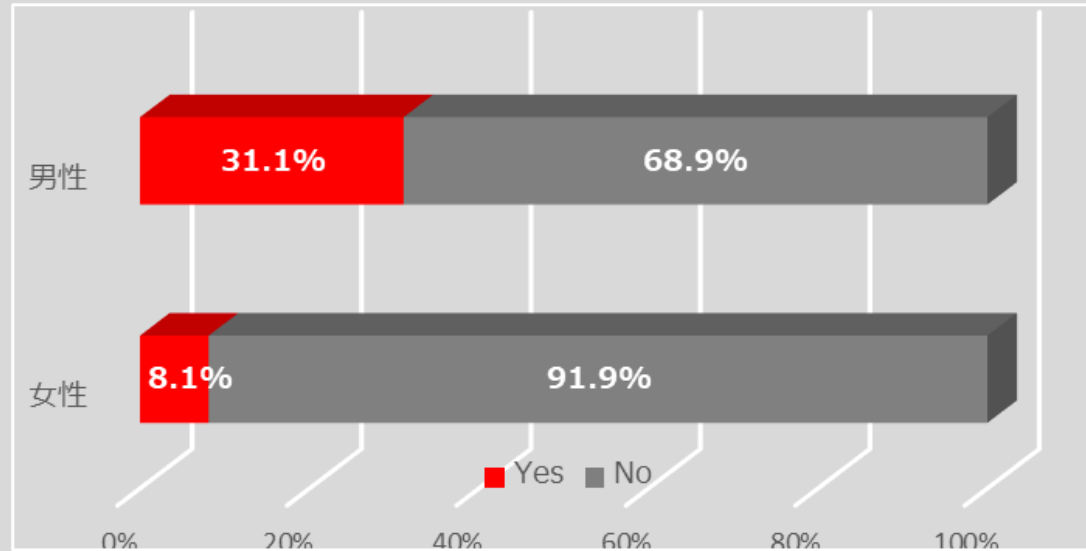


# 成果 「目標 ②運動習慣者を増やす」

## 運動習慣者

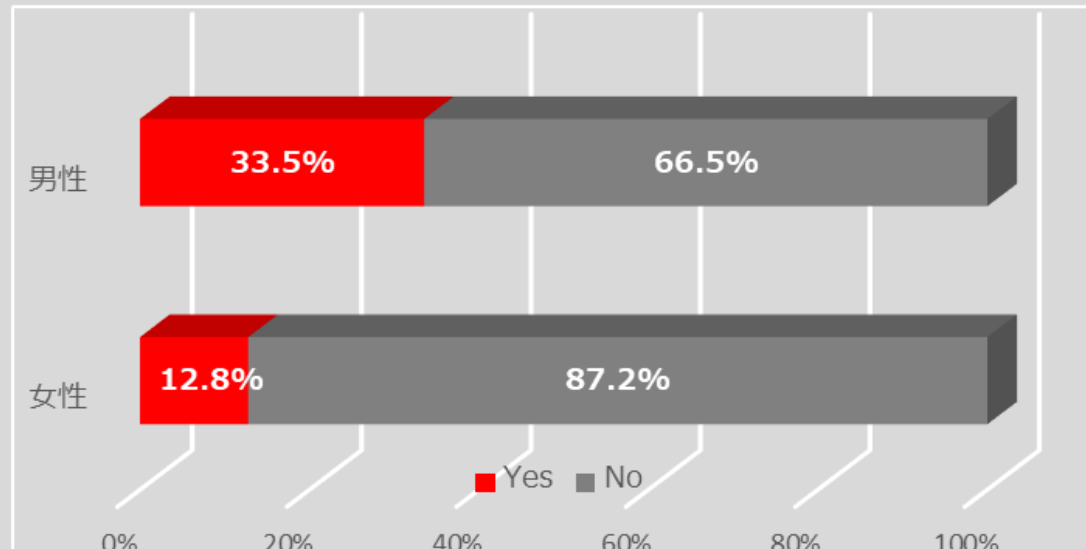
(1回30分以上 週2日以上運動)

2018年



※2018年定期健康診断結果より

2019年



※2019年定期健康診断結果より

+2.4%

+4.7%

