

「スポーツエールカンパニー2021」認定企業の取組事例

企業名	新規/継続	所在地	業種	主な事業内容	従業員数
ウイングアーク1st株式会社	新規	東京都港区	情報通信業	ソフトウェアおよびサービスの開発・販売	561名(2020年2月末現在)

取組概要

アプリを活用した全社ウォーキング大会「みんなで地球1周！」の開催、月1回の健康LIVEセミナーの開催、昼休みのラジオ体操&5分間ストレッチの実施

【主な取組内容】

● ウォーキングアプリを活用した全社ウォーキング大会の開催

- ✓ 社員に周知してウォーキングアプリをインストールしてもらい、**10日間毎日3,000歩**歩くことに挑戦してもらい、**参加率80%を記録しました**。全社員参加の情報共有の場で社長はじめ役員からも告知してもらい、オンライン会議で選手宣誓も行いました。
- ✓ 表彰に「社長賞」を設けたり、個人戦の他に所属する部門対抗の団体戦や役員チームとの対抗戦を設けたりすることで、参加率向上を図りました。
- ✓ 全社員で取り組む意識づけとして、「**みんなで地球1周!**」というタイトルをつけ、全員の歩数を距離に換算して地球1周を目指しました。毎日の結果は、弊社のBI製品「MotionBoard」を活用して全社員に進捗状況を公開しました。
- ✓ **原則在宅勤務で運動不足**に加え、**コミュニケーションがとりづらい環境**でしたが、このイベントをきっかけに、会話が**増え連帯感やつながり**を感じたと大変好評でした。社員からは、「何かしなくてはいけないと思いつつ何も取り組めないでいたが、このイベントが良いきっかけになった。これからもウォーキングを継続して取り組んで行きたい」という感想をもらい、自身の健康に興味を持ってもらえる施策になったと思います。

● 健康LIVEセミナーの開催

- ✓ 運動の中でも肩こり・脂肪燃焼などテーマを絞って、インストラクターによる健康LIVEセミナーを月に1回行っています。全社対象で案内をしており、希望者は誰でも参加できます。
- ✓ 1回の参加者は、70-80名。20分間ですが、前半は講義・後半は実技で短時間ながら、充実した内容を確保。参加者からは続々と希望テーマのリクエストが集まっており、大変好評です。

● ラジオ体操&5分間ストレッチ

- ✓ お昼休みにPCのカメラをオンにして、オンラインでラジオ体操やストレッチを行っています。毎日やらないと、体調が悪いという社員も出てきて、継続につながっています。
- ✓ 様々な部署や年代の社員が集まり、在宅勤務で業務のつながりがなければ知り合えない社員のつながりや、雑談も兼ねたりフレッシュの時間として好評な施策です。

参加方法とMB全社公開

①あるくとアプリをインストール→個人やグループのランキングを確認



地球のどこを通過しているのか可視化したMotionBoard画面