

中城建設株式会社

従業員数 45人

所在地 宮城県仙台市宮城野区幸町2丁目23-1

(令和6年7月末現在)

事業内容 総合建設業、不動産賃貸管理事業、不動産特定共同事業、農福連携事業、保育園事業

健康経営に取り組むようになったきっかけ

「会社にとって社員は大切な人財であるため、社員がいつまでも健康でいきいきと働ける職場環境を整えることが大事である」という思いから健康経営に取り組んでおります。

健康を重視することにより、人材定着率が向上したほか、医療費も抑制され、個人の負担軽減につながりました。

また、社員の健康状態やメンタルヘルスの改善の取り組みにより、業務のパフォーマンスもアップしています。

社員が働きやすい環境づくりとして、コミュニケーションがとりやすいよう工夫しており、社内行事や日常の出来事をSNSで発信し、世代を超えた良い関係づくりをサポートしています。

特に力を入れた取り組みとその効果

kencomが主催する、「みんなで歩活」や宮城県が主催する「歩数アップチャレンジ」といった健康増進推進イベントに積極的に参加しています。このイベントを通して、部署だけでなく世代を超えてコミュニケーションをとることもでき、こころの健康づくりにもつながっています。さらに、業務に支障がない範囲で就業前や15時に「いきいき健康体操」やストレッチを行うことで、座りっぱなしや運動不足の解消に努めています。なお、現在は、社内にジムを作るといった計画も進んでおります。

社内でとても好評なサポートのひとつとして、チケットレストランという食事補助専用の電子マネー導入があります。コンビニで昼食を購入する時は、野菜サラダなども併せて購入するよう促しており、偏りがちな食生活の改善にもつながっています。



適宜体を動かすことで運動不足の解消に



血圧計の導入で健康管理を会社でも

ホームページ

<https://nakashiro.co.jp>