

# 倉橋建設株式会社

所在地 青森県青森市勝田三丁目2番17号

従業員数 36人

事業内容 建設業

(令和5年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

ただ長く働くのではなく、社員一人一人が健康で長く働ける会社づくりをしたいというのがきっかけです。

喫煙は弊社の健康課題の一つですが、受動喫煙防止対策として、建物内禁煙から敷地内禁煙へと移行したことをきっかけに禁煙を始めた者もあり、職場環境が健康づくりにも影響することを実感しました。

「自分の健康は自分で管理する」のが基本ではありますが、個人レベルで難しい部分は、会社一丸となって取り組むべきと考えます。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

毎年開催される安全大会において、仙台健康支援室のご協力を仰ぎ、食生活改善についての健康講話をしていただきました。皆真剣に聞き入り、普段の自分の食事と比較して、改善が必要と感じた社員も多かったようです。昼食はコンビニ、という社員が多い中、「何を食べたいか」の前に、「何を食べたらよいか」と考えるきっかけになったと思います。



保険組合の管理栄養士による健康講話