

# (株)高知電子計算センター



## 自身の健康目標を決めるなど 社員自ら考え動く健康活動を



代表取締役社長 中越 吉彦氏

### 全社員の仕事と家庭の調和を 図っていききたい

経済産業省の「健康経営優良法人 ホワイト500」を3年(2019~2021年)連続認定ほか、「健康経営優良法人 大規模法人部門」(2022年)に認定されました。仕事と家庭の両立などに取り組む「高知県ワークライフバランス推進企業」にも、2022年11月時点で4部門の認証を得ました。今後も全社員が活躍できる環境整備を行っていききたいです。

### 取り組みの きっかけ

### 会社が継続的に発展するためには 社員とその家族の健康が不可欠

1966年の創業から、社員は会社が継続的に発展していくための最大の宝であり、社員一人ひとりが自らの能力を十分に発揮できる環境や業務に邁進できる環境を整えることが重要だと考えてきました。社員はもとより家族をも含めた心身の健康維持・増進並びに生き生きとした働きやすい職場づくりのため健康経営に取り組み始めました。

### 取り組みの 内容

### メリハリワークなど独自の取り組みで 社員への健康意識の浸透を目指す

定期健康診断やストレスチェック等のフォローアップとして、それぞれのスタッフによる健康・保健指導や予防、改善を実施。自分の健康目標を健康チャレンジカードに記入し、期限までの目標達成を目指す「健康チャレンジ活動」をはじめ、水曜には定時退社を促すアナウンス放送や、退社時刻を掲示する「カエル宣言」などのメリハリワークにも取り組んでいます。

### 取り組みの 成果

### 年々、社員の健康意識の向上 健康状態の改善の高まりを感じる

4年半の様々な取り組みを通じて、年を重ねるごとに社員の情報交換や意識の向上、自主努力や行動の定着が図れてきていると思えます。朝礼や打ち合わせの場、安全衛生委員会等での健康への周知も計画実行しました。またメンタルヘルスの対策の施策として、仕事だけでなくプライベートの悩みも気軽に相談ができるようカウンセラーの常駐化を行いました。



### 【会社データ】

- 業務内容:情報システム開発業
- 創業:1966(昭和41)年7月
- 社員数:205人
- TEL.088-822-6550
- FAX.088-873-2671
- E-mail:soumu@kcc-kochi.co.jp



公式WEBサイト

### 今後の目標

### 社員の自主性を高める 健康経営の質の向上に挑みたい

「2022健康チャレンジ活動」では、自ら決めた目標に対して努力や成果が見られた社員に報奨を贈呈しました。このような意欲が続く取り組みも継続していききたいです。健康経営推進のポイントは、社員が自ら考えて行動に移すこと。それを会社が支えるという流れが重要だと思うので、健康経営の質の向上に熱く的確に挑みたいです。