

国土第一警備保障(株) 須崎営業所



家族のように大切な存在の社員が
健やかな生活を送れるように



須崎営業所 所長 笹岡 和正氏

幅広い年齢に対応できる 健康経営を実践

当営業所は「社員は大切な家族。家族の健康を見守り合おう」をスローガンに、2014年から本格的に健康経営の取り組みを始めました。2019年には健康経営活動が認められ、「高知家健康経営アワード」を受賞しました。経験年数10年超のベテランから20歳まで、幅広い年齢層が集まる職場なのでそれぞれに応じたケアを行っていききたいと思います。



【会社データ】

- 業務内容:警備業
 - 創業:2000(平成12)年8月
 - 社員数:400人
(須崎営業所)
- TEL.0889-40-0888
FAX.0889-40-0887



公式WEBサイト

取り組みの きっかけ

不規則になりがちな食事や 生活リズムを健康経営で改善

警備という業種上、365日24時間即時対応が求められます。そのため食事の時間が不定期だったり、現場での食事が高カロリーになりがちです。肥満体型の警備士も見られることから、彼らの健康を案じ健康経営をスタート。また仮眠からの緊急出動や天災、事故などによる緊張感を伴う現場もあり、メンタルヘルスへの取り組みも併せて行いました。

取り組みの 内容

社食の質の向上をはじめ 悩みが相談できる窓口設置も

産業カウンセラーや産業医、管理栄養士など専門家の意見を交え、今できること、そして常に行えることを念頭に取り組みを始めました。社員食堂のメニューを生活習慣病予防になるバランスのよい内容に変えるなど、食の質を向上。産業カウンセラーによるストレスチェックを行いつつ、仕事の他、プライベートな悩みも相談できる窓口を開設しました。

取り組みの 成果

健康に対して前向きに取り組む 社員が増加し、手応えを実感

社食の改善や生活習慣病および予備軍の社員への個別メニューの導入により、社員食堂の利用者も増え、健康診断でもよい健康状態が維持される社員が多くなりました。分煙や禁煙外来の紹介やアンケートなどを行うことで、数名が禁煙を実行しているという報告もありました。緊急出動のローテーション見直しで休肝日が増加し、禁酒や飲む量、回数を意識する人の増加など、健康に対して前向きに取り組む社員が増えたと思います。



今後の目標

健康に挑戦する社員の意志を尊重し 自由に取り組める環境づくりを

定期的な運動を目的にしたイベントを開催したいのですが、コロナ禍で人を集められず、現在は毎日5分間のストレッチや寝ながらでもできる体操などの動画紹介等を行っています。これまでの食事や飲酒、喫煙に制限をかけることになるので健康に挑戦する本人の意志を尊重し、自由に取り組める&継続できる環境づくりを優先していきたくすね。