



## 社員やその家族向けのイベントにクアオルト®健康ウォーキング等のプログラムを導入

地域貢献や社員の健康づくりの一環として、社員やその家族向けのイベントに、クアオルト®健康ウォーキング等の地域で提供されているプログラムを導入している。

### 導入の経緯と決め手

もともと地域企業として地域貢献への思いが強く、ウォーキングコースの草刈りなど上山市に協力していた中、企業として人材確保が難しい、高齢者率が高いといった課題への対応として健康経営への関心もあり、上山市からの働きかけをうけて、同市と「クアオルトかみのやま」健康経営相互応援協定」を締結。地域貢献と従業員の健康増進が同時にできることがよかった。

### 取組内容とその効果

<実施地域：森林サービス産業推進地域「山形県上山市地域」>

社員とその家族を対象としたイベントとして、上山市坊平エリアにおいてクアオルト®健康ウォーキング、森林浴エクササイズ、スポーツ鬼ごっこを実施。

地域貢献と社員の健康増進が同時にできている。

また、業務では現場への直行直帰が多いが、プログラムを通じて部署や世代を超えてコミュニケーションを取る機会が増えた。



### 従業員の声

普段の生活では、体験できない、自然の中を歩くことができ、鳥の囀り、風の音など五感を刺激され、ココロも体も気持ちよかったです。  
みんなでヤッホーはすごく感動！

### 役割分担と参加促進に向けた取組

プログラム内容は、上山市からの提案があったものの中から企業側が選択している。企業では、参加を促すため、昼食等の飲食代を含めて全額費用負担している。また、社内のサーバーにクアオルトの取組報告を保存し、社員がいつでも閲覧できるようにしている。

#### ■プログラム構築：

地域で提供されているプログラムの中から企業が選定してイベントを実施

#### ■導入形態：

休日自由参加の行事（日帰り）

#### ■対象者：

全従業員やその家族が対象

#### ■費用負担：

企業が全額負担

### 目的

- 心と体の健康づくり
- 地域貢献・社会貢献

### 結果（企業の声）

- 健康を意識する社員が増えた。
- 地域の社会資源が多いことに気づくことができ、もっと上山を好きになった。