



# 健康経営に関する取り組み



# 会社概要

## 所在地

〒849-0919 佐賀市兵庫北一丁目7番21号

## 社員数

22名

### 【有資格者数】

1級建築士	15名
2級建築士	1名
設備設計1級建築士	1名
建築設備士	1名
設備士（空気調和衛生工学会）	1名
建築積算士	1名

## 沿革

昭和43年10月 石橋房雄が福岡市に於いて 株式会社石橋建築事務所 設立

昭和58年 6月 本社を佐賀市白山一丁目4番28号に移転

平成28年 1月 本社を佐賀市兵庫北一丁目7番21号に移転

## 業務内容

- 建築設計、都市及び地域計画に関する企画、調査、計画及び実施のための設計図書の作成及び監理
- 循環型社会への転換に順応した環境配慮型建築の計画及び実施のための設計図書の作成及び監理

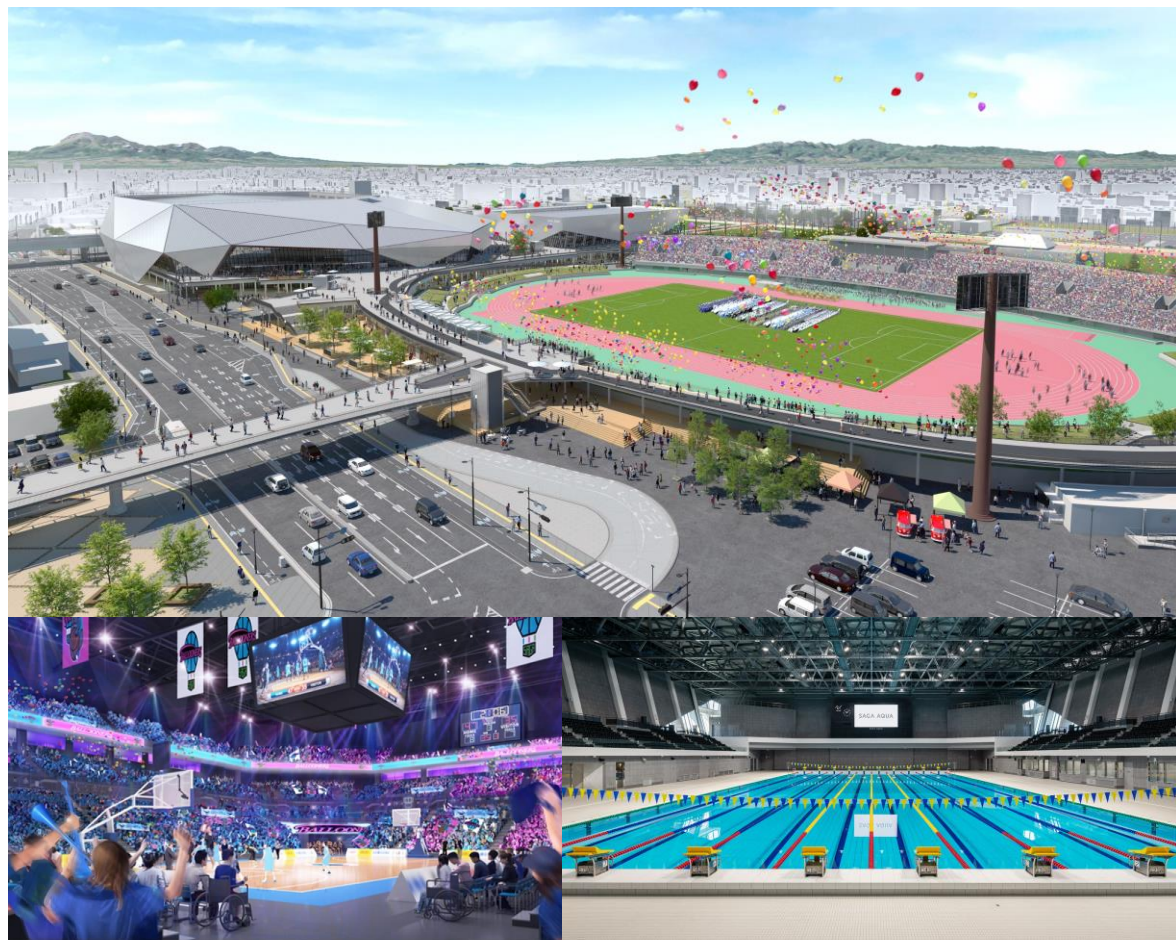


弊社事務所  
（佐賀県産木材使用）





# ■SAGA SUNRISE PARK



設計JV

# ■九州佐賀国際空港



設計JV





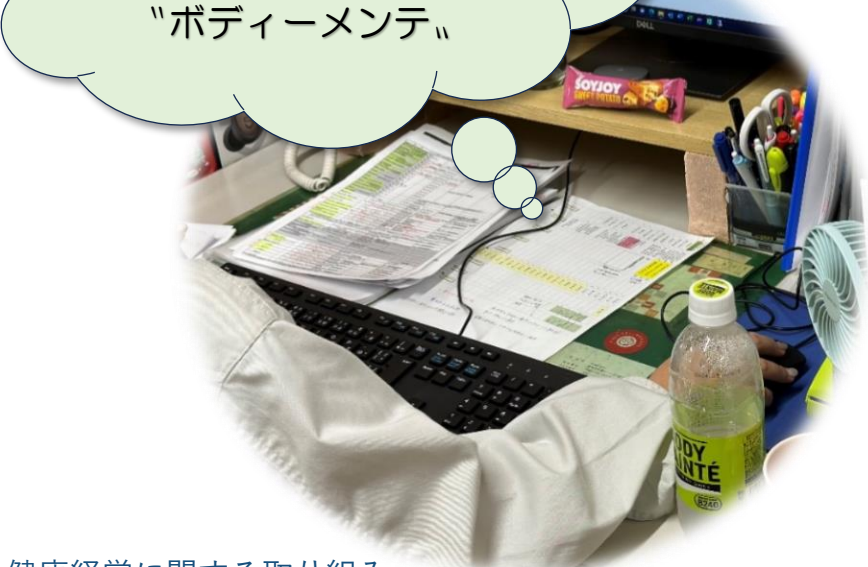
# 取組内容～食生活改善に向けた取り組み～

## ■自動販売機の設置

- 健康に配慮した**飲料・健康補助食品の提供**
- 自動販売機には**カロリーや栄養素を表示**  
(定価の20円引で提供)
- 朝食を食べてこなかった社員や夕方小腹が空いた社員が**健康補助食品を口にすることが目的**

小腹が空いたら  
"SOYJOY"

熱中症予防・免疫UPに  
"ボディメンテ"



カロリー・  
栄養成分表示

社員・来訪者・  
ご近所さん  
みんなで健康づくり！

疲れたカラダに  
"チオビタドリンク"

デスクの上に健康飲料・  
健康食品見かけるように  
なりました(^-^)





# 取組内容～食生活改善に向けた取り組み～

## ■ベジ選手権

- 野菜は摂取しているつもり ⇒ 弊社から2チーム（14名）エントリー
- ベジチェック測定器で体内のカロテノイド量を測定 ⇒ 推奨されている量を摂取できていなかったことに気付く
- みんなで野菜摂取 ⇒ 野菜ジュース、野菜弁当、野菜料理（社内で野菜料理のレシピ情報交換）
- ベジチェック測定器の数値 ⇒ 毎日のように報告し合う

企業対抗という事もあり、みんなで楽しく団結して頑張ることができた

“従業員一人当たりの測定回数 1位” ⇒ みんなが積極的にベジ選手権に取り組み 野菜摂取できたことが良かった

60gってどれくらい？  
計ってみました



ベジ量が  
気になり  
ほぼ毎日  
測定

“こんなの作ってみたよ！”  
写真でみんなにシェア



いろんな野菜料理  
にチャレンジ!!

毎日お野菜  
弁当





## ■USEN放送

- 始業時・昼休み・終業時にチャイムを鳴らし**仕事にメリハリ**
- 15時にはラジオ体操の音楽を流しデスクワークの**運動不足解消**
- 打合室や会議室で忘年会・慰労会 ⇒ BGMで**雰囲気作り**
- 就業中の環境づくり
  - ⇒ 静かすぎない**集中しやすい環境**
  - ⇒ 就業時のBGMに**癒しの音楽や季節の音楽**
  - ⇒ ヒーリングミュージック等で**ストレス緩和**

心が落ち着く  
ヒーリングミュージック♪

USEN放送の音楽を  
BGMに食事会♪



働き盛りのみんなの心に  
癒しの音楽♪

♪みんなで大合唱♪

デスクワークの  
運動不足解消に  
ラジオ体操♪

インターンシップの  
学生さんと一緒に  
ラジオ体操♪







# 取組内容～健康づくり／いちおしポイント～

## ■SAGATOCO

◇ “歩く＝歩数”に興味を持ってもらえるよう  
SAGATOCOに企業登録

- ◇ いろんな工夫をして “歩く” ようになりました
- ・ 車通勤を電車通勤、バス通勤、自転車通勤に変更
  - ・ 朝早めに出社して会社近くの公園を歩く
  - ・ 昼休みに近くの公園等を歩く
  - ・ 桜マラソンに参加

- ◇ 社員同士が競い合い
- “今日も目標一万歩！” “今日の順位は〇〇番！”  
“週末歩こう！” などの会話が社内でも耳に入ってきます

“歩く＝歩数＝健康” とリンクし一人一人が健康づくりに取り組む事ができているようです



## ■福利厚生サービス

(公財) 佐賀県産業振興機構・中小企業勤労者福祉サービスセンターの  
福利厚生サービスに全員加入 (会費は全額会社負担)

スポーツ施設・プール・ゴルフ場・レジャー施設  
人間ドッグ・脳ドッグ・映画館 等



安価で利用しやすい環境づくり・健康づくり





# その他 取組概要

## 環境に関する取り組み

■ 弊社事務所に手術室並みの高浄度空間（CUSP）を取り入れ、執務室の空気環境改善

北海道大学との共同研究開発で特許取得

塵・埃・菌が通常環境の数千分の一

ガス交換膜を介して空気の分子が移動  
分子レベルより大きな微粒子、ウイルス、細菌等は通さない



超高浄環境を実現

※ 2016年 この発明、着想、技術に対して北海道知事賞受賞



弊社事務所に採用

## 働き方改革に関する取り組み

■ 時間外労働・休日出勤削減 ⇒ 事前申請方式 ⇒ 毎週月曜 工程会議で一週間の労務管理計画 ⇒ 協力体制づくり

■ 有給休暇取得率向上 ⇒ リフレッシュ目的での取得促進

(有給休暇平均取得日数)



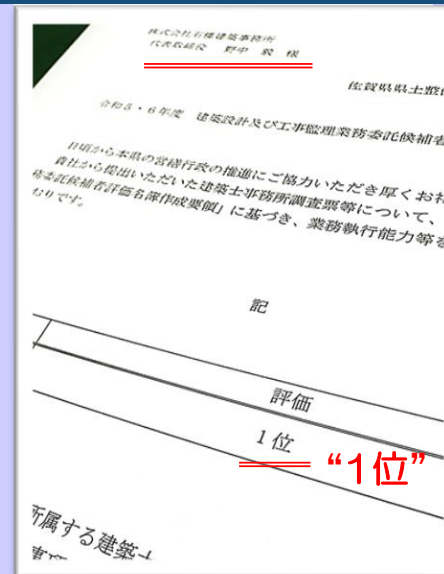
2019年 平均 7.0日 ⇒ 2022年 平均 13.5日 ⇒ 2023年 8月末時点での平均 14.5日

◇ 健康経営優良法人2023（中小規模法人部門） 認定

◇ 令和5・6年度 佐賀県の建築設計及び工事監理業務委託候補者評価 ⇒ 順位 1位

“佐賀県の建築設計事務所として

設計監理部門のみならず 健康経営 にも先陣をきっていけるよう取り組んでいます。”





## 健康づくりに関する取り組みを通して

従業員一人一人が自分自身の健康に目を向け、年齢を重ねても健康的に長く働き続けられるよう会社はサポートし、従業員と共に成長していきたいと思えます。

資金的に余裕のない中小企業でも、働き方改革・健康経営は必ず出来るはずで。

できる事から無理なく始め、それを継続することで、新たな取り組みに繋がり、会社とそこで働く従業員 お互いにメリットがあると信じております。

実際、時間外労働削減・休日出勤削減・有給休暇取得率向上・運動不足解消と 様々な面で好転することが出来ました。

“この会社で働きつづけたい”と思われるような会社でありつづけるために

“健康経営”は必要不可欠なのだと考えております。

ご清聴ありがとうございました！