

健康経営に関する取り組み





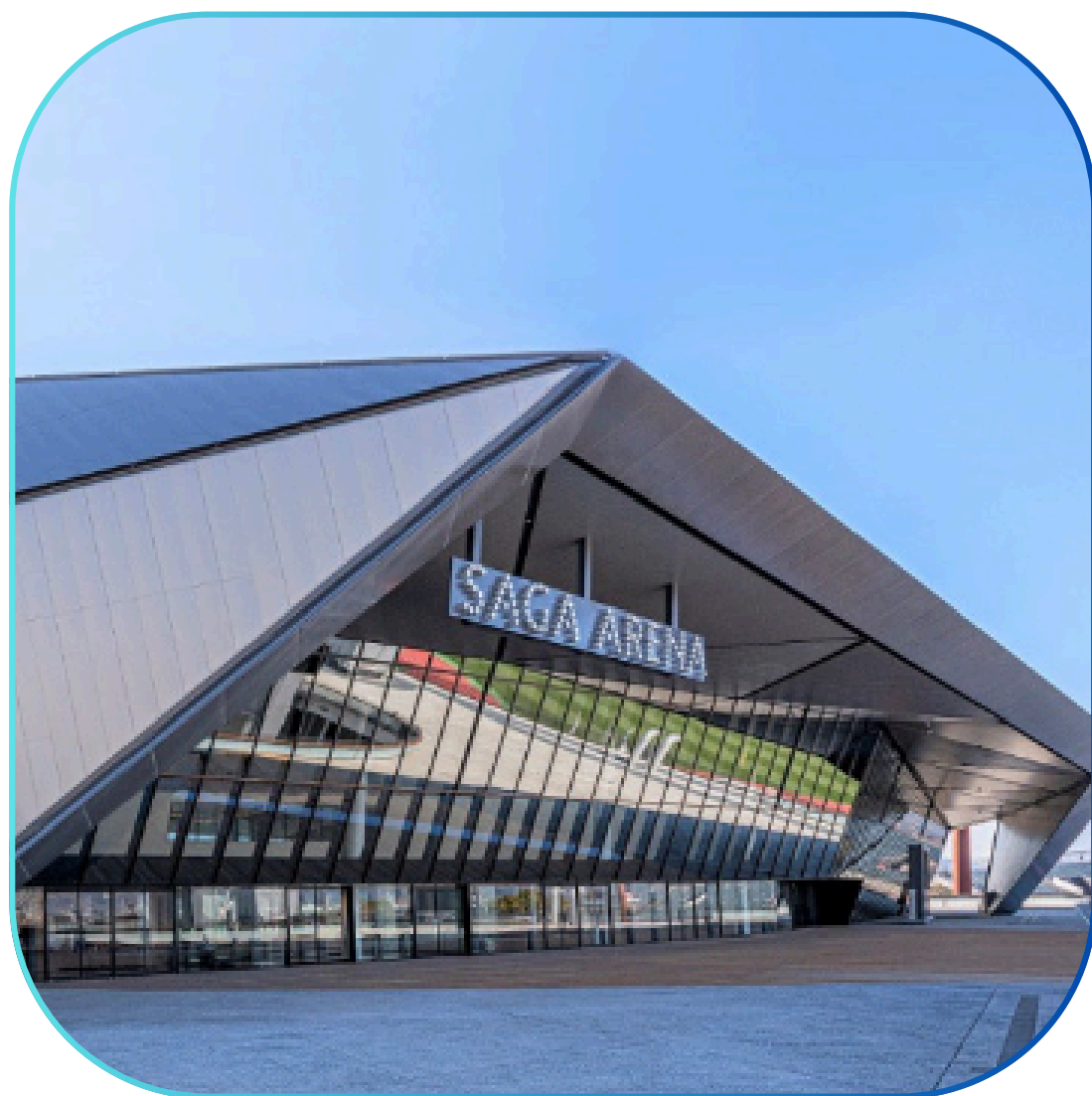
会社概要

会社名	株式会社 シグマ
設立	1967年3月 (58期目)
本社所在地	佐賀県佐賀市鍋島町大字八戸3005
営業所	佐賀、小城、鳥栖、唐津、東京
事業内容	一般電気設備工事 新エネ、省エネ設備工事 スマートホーム設定事業





設備に息吹をお届けする技術のシグマ



SAGA サンライズパーク
メイン区画整備工事(照明工)



ブラックモンブランフットボールセンター
整備事業電気設備工



三重津海軍所跡ガイダンス施設
改修工事(電気)



健康経営のテーマ

カラダ

こころ

4年連続健康経営優良法人認定





取り組み内容

カラダ

- 歯科定期検診費用補助
- 運動促進SAGATOCO導入
- 健康診断、再検査受診100%
(経営方針書へ記載)
- 予防接種費用全額負担
- ポスターによる禁煙促進
- 血圧測定器設置
- 健康習慣アンケート

こころ

- AIスピーカーによるリラックスタイム
- ダーツの導入
- 社員旅行
- アクサ生命様によるセミナー
- グループワーク
- セルフストレスチェック
- 有休取得状況の発信





運動促進 SAGATOCO導入

【実施背景】

- 運動量の増進、健康維持のため

【実施内容】

- 全社員SAGATOCOアプリをインストール
- 10月～12月を強化月間とし、上位10名には商品券をプレゼント

【効果】

- 運動量の増加
 - 会社でエレベーターの利用はせず階段を利用
 - 昼休みや帰宅後にウォーキング
 - 通勤手段を車から自転車へ
 - 休日の過ごし方の変化
- 社員同士のコミュニケーションの増加
 - 『今日何歩？』『今何位？』『あと5000歩で10位だよ！』など声かけ



佐賀県公式ウォーキングアプリ



～佐賀はよかところ、とことこ歩こう～



2023年12月
SAGATOCOランキング上位者10位までを発表します。

1位	すみざうるす	(角さん)	328,128歩
2位	かずにぎり	(太田さん)	300,576歩
3位	いっちゃん	(原口さん)	261,896歩
4位	大吉笑	(諸永さん)	228,860歩
5位	自宅けいびいん	(西山さん)	226,612歩
6位	鐘ヶ江	(鐘ヶ江さん)	215,434歩
7位	まつえだ	(松枝さん)	186,168歩
8位	とくながたけし	(徳永さん)	180,339歩
9位	y u 95	(古賀結さん)	173,042歩
10位	坪上航大	(坪上さん)	171,588歩



AIスピーカーによる リラックスタイムの促進

【実施背景】

- 仕事と休憩のメリハリ、心の休息をとれる環境の提供のため

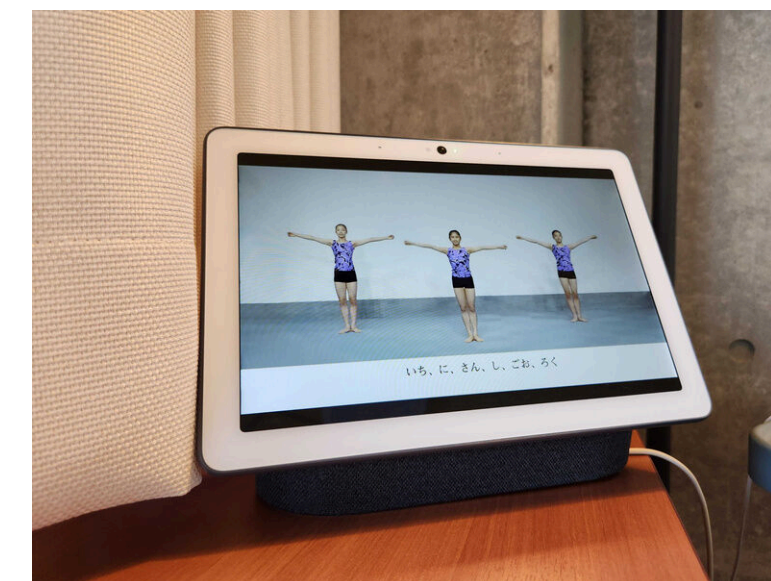
【実施内容】

- AIスピーカーを使って定時にアナウンス
→10:00 『シグマのみなさんお疲れ様です！時刻は10時です。一旦手を休めて肩や首をほぐしリラックスしてください』5分リラックスミュージックがかかる♪

→15:00 『シグマのみなさんお疲れ様です！体操の時間です。今している手を止めて体をほぐしましょう』ご当地ラジオ体操が流れる♪

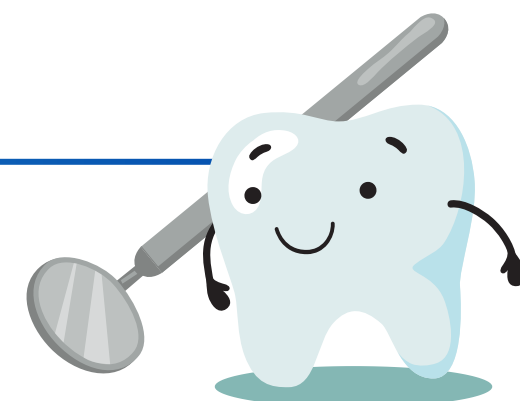
【効果】

- こまめに休憩を取ることで作業効率化
- 社員同士のコミュニケーションの増加
- 心のリラックスタイム





歯科検診の受診促進



【実施背景】

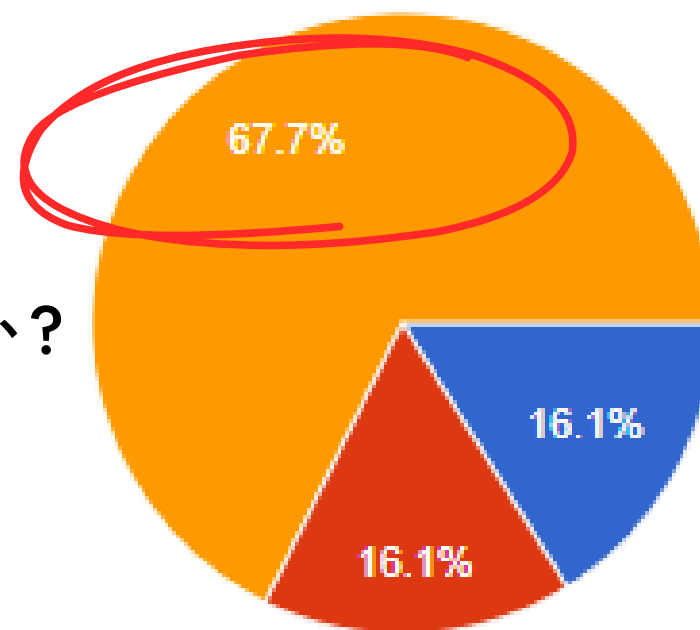
- 歯医者受診のきっかけ作りのため

【受診状況の把握】

- 全社員に歯と口の健康に関するアンケートを実施

Q半年毎に歯医者へ定期健診に行っていますか？

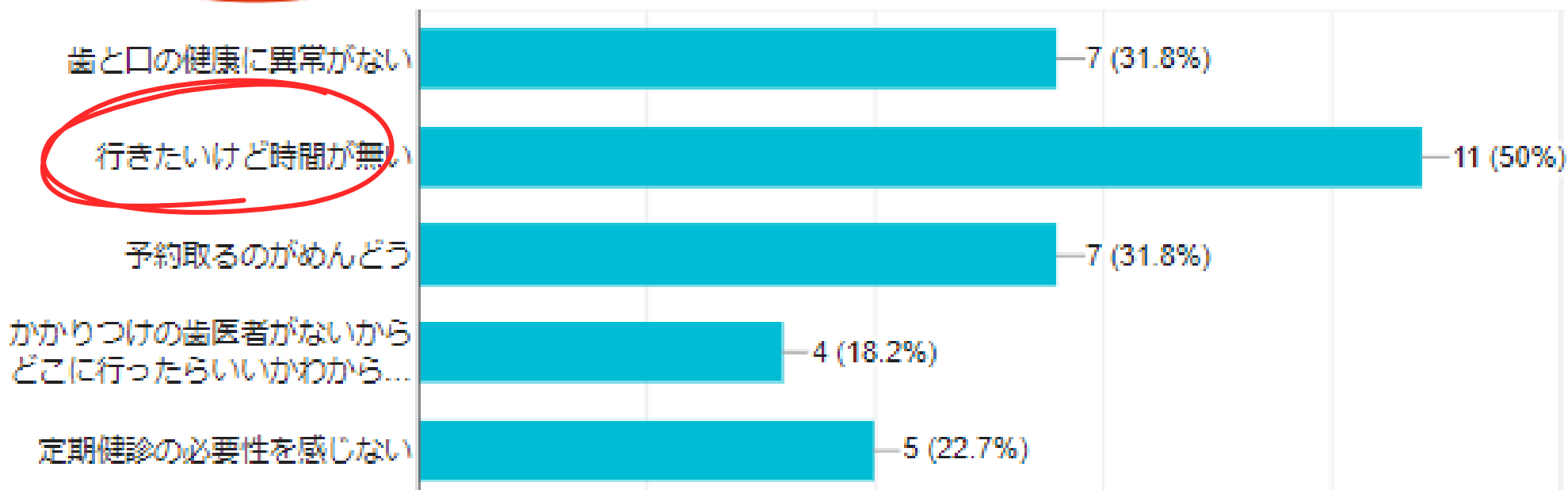
67.7%が半年以上行っていない



- 半年毎に定期健診している
- 現在治療中
- 半年以上行っていない ※③へ進んで下さい

Q行けていない理由は？

行きたいけど時間が無い





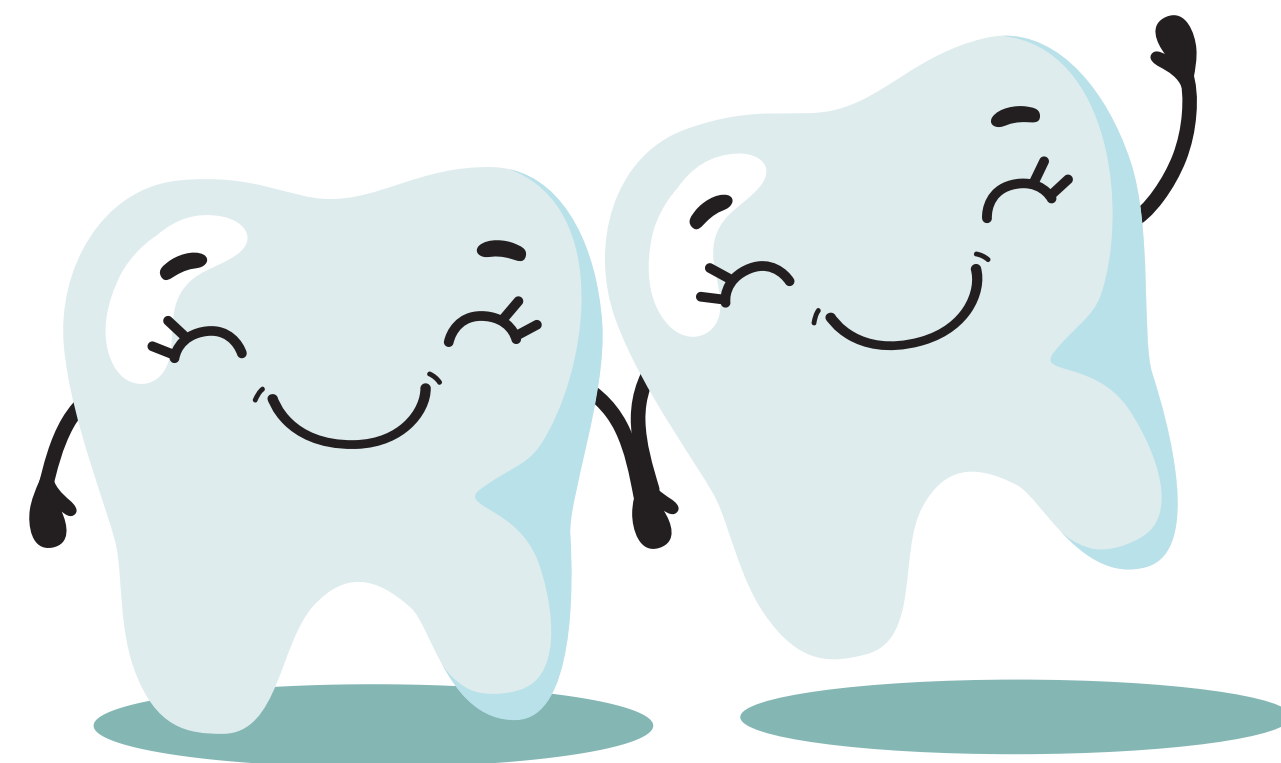
歯科検診の受診促進

【実施内容】

- 定期健診費用の補助、業務時間内に歯医者へ受診可能
 - 対象期間内を設け、3月～7月の期間内に受診
 - 合計5,000円まで会社が補助
 - 業務の一環とし業務時間内の受診を可能

【実施結果】

- 対象者33名中13名（39%）が歯医者へ受診
- 受診がきっかけで虫歯が見つかり治療ができている



【今後やりたいこと】

- 社員とそのご家族の健康のサポート
→ ご家族の健康診断、歯医者受診の補助



健康経営 . . . 社員の幸福のために



ご清聴ありがとうございました。