

全員参加の健康づくりの取組み

キッコーマン食品株式会社 野田地区安全衛生事務局

(健康づくりに関する取組・全体)

キッコーマンは1917年に野田の醤油製造業8家が合同し野田醤油株式会社として設立された会社です。いまは世界中でご愛用いただいているキッコーマン製品ですが、その研究開発と製造の中心は野田で担っており、キッコーマングループでは約1500名が野田地区で働いています。



(目標)

野田地区において、様々な職種（製造、研究、事務等）の方が働いています。その一人ひとりが「みんなで！楽しく！健康的に！！」をスローガンに掲げ健康づくりに取り組んでいきます。

健康づくり取組み

kikkoman®

理念

一人ひとりが健康で活気ある環境づくり

基本目標

1. 健康的な生活習慣を確立し、年間を通じた健康づくりを目指す。
2. 健康づくりを野田地区のみならずで進めるための環境づくりを取り組む。

まずは体調を崩さない病源にからまない健康な体作りについて取組

施策の展開

- 健康増進計画委員会の設立
■事務局と職場代表者による委員会発足
- (1) バランスの取れた食事と食生活の推進
 - ① 正しい食生活の推進
 - ② 生活習慣病予防食生活の推進
 - (2) 運動による健康づくりの推進
 - ① 運動習慣化について
 - ② 運動の推進体制づくり
 - (3) 生活習慣病予防の推進
 - ① 疾病予防の推進
 - ② 健診再検精検受診率向上の取組み

活動内容

健康意識の向上と健康的な生活習慣の定着を目的に掲げ、次の施策を展開していき、健康なからだ作りに取り組んでいきます。

衛生管理者を中心とした＜健康づくり推進委員会＞を発足し、

「1.運動で健康」「2.食と健康」「3.心と体の健康」を3本柱として健康づくりの取り組みを進めていきます。



活動内容

■柔軟性改善、筋力向上、バランス改善を目的とした<転倒防止行間体操>

の作成及び展開

■<ウォーキングキャンペーン>

アプリを活用しウォーキング距離を入力し、バーチャルスポット巡りやランキング、チーム戦、写真投稿など楽しみながらウォーキングを行うコンテンツを展開

■キッコーマン総合病院と連携による<リモート健康講演会>の開催

■健康づくり推進委員会独自による健康お役立ち情報<健康推進ナビ>発行

■その他、「運動」「食事」「睡眠」などテーマに沿った活動展開

業間体操の内容



・ **時間 2:30**

・ **音楽** 早起き体操 free BGM(一部編集)

・ **構成**

1. 「ストレッチ」：脊柱の柔軟性改善
2. 「カーフレイズ」：手指屈曲・伸展
3. 「足踏み&後方ステップ」：体幹ex
4. 「スクワット&側方ランジ」：体幹回旋
5. 「片脚立位&前方ランジ」：体幹側屈



「みんなでお役立ち情報」
行間体操!!

健康推進ナビ
「みんなでお役立ち情報」
行間体操!!

安全衛生掲示板

「オクラ」で夏バテ予防

健康推進ナビに掲載するコンテンツを
募集します!

課題

「みんなで! 楽しく! 元気に!!」健康な身体づくりについて継続的に取り組める施策を展開していき、健康意識が向上し自発的に健康維持に取り組む環境づくりを進めていきます。