



コミュニティFMとして地域と一体となった健康経営活動に取り組む



Youtubeでも健康情報を発信

世界にひとつの **自分だけの枕** を
あなたに最適な 西川チェーンオリジナル
「オーダーメイドピロー」
安心システム
ご購入後の調節も無料で承ります！
おつくりします。

FM 84.2 井川 康子 が 菊地寝具店で 免疫力アップと健康は、質の高い睡眠から。
眠りの専門家がいる菊地寝具店のオーダー枕で、
明日の放送も元氣よく皆さんに届けたい。

体験レポート

地域のスポンサー企業とのコラボレーションによる睡眠の「質」向上の取組

■ 企業概要

- 設立：2007年
- 資本金：1,030万円
- 従業員：7名
- 事業：情報通信業（コミュニティFMを運営）

3年連続で
ブライツ500
に認定！

■ 健康経営へ取り組むきっかけ

- 代表が前職で労働環境の安全確保に取り組んできた経験と「伝える」という仕事を健康に笑顔で…という思いから健康経営の取組を開始。地域の中小企業だからできることを無理せずできるところから実施。

■ 健康経営に関する取組内容

- 健康習慣に関するアンケートの実施や生命保険会社のオンライン産業医面談サービスを活用し、ストレスチェックも実施。
- 健康状態の改善策として「睡眠」「食事」「運動」に関する取組を実施。栄養機能食品の提供や、週に1時間の勤務時間内運動を社内規定化。睡眠の「質」を重視し、スポンサーの寝具店から調達したオーダーメイド枕を全従業員に支給。
- 24時間365日災害発生時等に情報を伝える役割も担うため、リフレッシュ休暇の利用促進や土用の丑の日「うな丼」食事会などの取組を思いつく限り実施。お金をあまりかけずに無理のない範囲で進めるのが継続の鍵。

■ 取組の効果

- 従業員の健康習慣アンケートの結果が改善するとともに、営業収益面で好影響が出ている可能性も。
- 地域FM局だからこそ、地域の健康情報を入手でき、それらをまちづくりの観点から地域の企業や住民に発信も可能。地域の企業やそこで働く社員に健康経営が広がることで、地域全体の社会保障の負担減に寄与。