

健康経営に関する推進活動（2023 年）

課対抗ウォーキングイベント 2023

2023 年 3 月、9 月に全社員の方を対象にスマートフォンアプリを用いた「課対抗ウォーキングイベント」を開催しました。

1 日平均歩数：7,500 歩を目安とし、運動機会のきっかけづくりとして取り組んでいただきました。

参加者には好評をいただいております、春と秋の年 2 回実施しています。

「男性の育休取得、家事・育児参画推進について」研修会

2023年10月18日に富山県庁より講師を招き、徳山社会保険労務士事務所 所長 徳山 剛志先生に「育児休業について」お話しいただきました。

当日、男女含め 35 名の従業員が講演をお聞きし、「育休の申し入れがあった場合、積極的に取得できるような環境を作りたい。」「若手の男性社員が育休を多く望んでいることが分かり、取得しやすい環境づくりが必要と感じた。」「男性の育児に対する考えが、時代と共に変わったのと感じました。若手社員の方が家庭（育児）と仕事を両立していく為の手段として利用されることはよいと思います。」などの感想をいただきました。

講演の中で、相談窓口の重要性に触れられ、当社の相談窓口について再度案内させていただきました。



「管理職のメンタルヘルスについて」研修会

2023 年 11 月 1 日に産業医 渡辺 多恵先生（大病院 院長）に「メンタルヘルス活動の誘い」と題してお話しいただきました。

当日、33名の役員及び管理職が講演をお聞きし、「うつになる要因が具体的に講演されたこと。人材育成として「行動科学（経済学）」や「メンタルトレーニング」が有効であるとの話があり、関係著書を一読したいと思います。」「仕事以外の生き甲斐、楽しみを持つことが重要であることを改めて理解できた。」などの感想をいただきました。

