

令和3年度モデル企業

実践

令和3年度東京都
スポーツ推進モデル企業
株式会社イトーキ



歩数アップを促す自社オフィス

本社「ITOKI TOKYO XORK」をはじめとする自社の主要オフィスでは、別フロアとのコミュニケーション構築のための中階段を設置したり、ゴミ箱や備品置き場・複合機などの共用機能を分散させずあえて集約するなどの工夫をし、業務に必要な日常の行動が歩数アップにつながるよう設計されている。

スタンディングワークやストレッチを誘発する自社製品の活用

自社製品の上下昇降デスクおよび上下昇降テーブルを各所に配備し、スタンディングワーク・スタンディングミーティングを積極的に活用。経営トップも自室の上下昇降テーブルを活用し、トップミーティングもスタンディングにて行われている。また、もたれたりふら下がったりしながらミーティングができるフレームシステム（自社開発商品）でアクティブなスタンディングミーティングができる。



企業情報はこちら



業種：製造業 約2,012人

MEMO

令和3年度の取組内容

【実践部門】

- オフィス環境の整備による健康活動の促進
Workcise（ワークサイズ）の取組
- 歩数アップ機会の提供
- ストレッチ会議
- 中階段の設置
- 健康プログラムの導入
- スポーツ活動へのインセンティブ
- オンラインエクササイズ配信
- ストレッチ啓蒙企画「ストレッチのススメ」

企業データ

所在地 中央区 業種 製造業 総従業員数 2,073名

With コロナの取組

ストレッチ啓蒙企画「ストレッチのススメ」



在宅勤務が続く社員もなるべく身体を動かせるよう、「ストレッチのススメ」と題したストレッチ推奨・手順案内メールを全社員へ発信。血流促進や経路の質向上、代謝改善のために、椅子に座ったままできるような手軽な方法で身体を動かすことを啓蒙した。



オンラインエクササイズの配信

健康保険組合と連携し、スポーツクラブ提供のオンラインヘルスケア教室を配信。質の高い経りのためのヨガストレッチ、肩こり腰痛予防のストレッチ、シェイプアップなど1教室につき約45分、在宅勤務が続く社員でも身体を動かせる機会を提供した。

スポーツ活動へのインセンティブ 「健康活動報奨金」制度を導入

運動習慣の定着に向けて、全従業員のスポーツジムやフィジカルな運動プログラムへの参加に対し、3ヶ月ごとに24回以上通った場合に報奨金（10,000円）を支給する制度。令和元年4月1日から導入し、現在も継続中。



STAFF'S VOICE

新型コロナウイルス感染拡大が危ぶまれる中で、当社も在宅勤務の積極的な活用によってオフィス滞在率を抑えながら事業活動を継続しています。その一方で、在宅勤務が続いた際の健康リスクも問題視していました。出社しても、在宅勤務をしても、等しく社員が身体を動かす習慣を持ち、健康に働ける企業・社会づくりを継続してまいります。

※モデル企業の画像は、「事例集」発行年度当時のものです。

◆取組を始めたきっかけ

- 2012年に京橋に新しいオフィスを作るときに、健康になり仕事もはかどるような働き方を、環境の工夫で促進できないか、と考えました。
- 様々な部門の従業員が集まって、自分たちの健康課題にどんなものがあるのかを出し合い、その課題をオフィスで解決する仕掛けをみんなで考案しました。
- そして健康になり仕事もはかどるような働き方をWorkcise（ワークサイズ）と名付けました。



2012年当時のオフィス

◆運用上の特徴や工夫

- まずは特別なことをしなくても、仕事そのものを通じて「歩く」「ストレッチする」といった行動が増えるように環境を工夫しています。
- そのうえで、運動の重要性や効果に対するリテラシーを上げるための情報配信や、運動する意欲を高めるための補助金制度など、知識や意欲を高めるような制度や仕組みを導入しています。



ストレッチできる打合せブース

◆効果やメリット

- 仕事中の運動を促進することで、会議が活性化し、作業が捗るなどの生産性を高める効果があります。
- また、自社製品を活用した工夫は、製品の使い方を理解することでお客様によりよく特徴を伝えられるようになるという販売促進上の効果や、使ってみた気づきからの新たな製品開発につながるという副次的な効果もあります。



運動を促す製品群