

## 社員の健康を増進し 企業の持続性と生産性を向上



同社は「社員の健康こそが、企業の持続性と生産性を向上させる基盤」と考え、健康経営を推進しています。単に制度を整備するだけにとどまらず、社員の行動変容と職場文化の醸成を目的に、IT企業ならではの特性を生かしてさまざまな工夫を重ねています。



社員や家族がチームで参加し完走した「企業交流リレーマラソンin神鍋高原」。共に運動する機会が増えたことで、社員同士のつながりが深まっています。

### 日常の中で運動習慣を付ける

自治体や医療機関、学校向けに、自社開発のグループウェアや各種システムを販売する同社。かつてIT企業で常態化していた長時間労働の課題を、同じように2015年ごろまで抱えていました。加えて、システムエンジニアはパソコンに向かって仕事をすることが多く、運動不足に陥りがちでした。そこで、当時の代表で現顧問の長谷川豊さんは、「当社の宝である社員一人一人を家族のように大切にすることが、社員と会社の持続的な成長につながる」との思いから16年に健康経営の推進を経営戦略として掲げました。

「日常の中で無理なく続けられる運動から習慣付けよう」と始めたのが、健康に関するさまざまな活動にポイントが付与する「健康マイレージ活動」です。希望する社員へはスマートウォッチを貸与。自社開発アプリとの連動により歩数データが自動的に社内の健康マイレージシステムに登録される仕組みです。6,000歩以上のウォーキング、1日2回の歯磨き、体重の測定などで1ポイント付与されるほか、6時間睡眠する、朝食を摂る、お酒を飲まないなど、社員が個別に定めた3つの目標についてもクリアすると1ポイント付与され、一定のポイントがたまると、商品券と交換できるインセンティブ（動機付け）も設けています。

### 取組のポイント

- ★「健康マイレージ活動」を展開
- ★有志が企画する健康づくりイベントを支援
- ★DXで生産性の向上を図る

## 会社が社員の健康づくりに助成

社員の健康づくりを進めるのは、各部署で選ばれた社員8人で構成される「健康づくり推進委員会」。心身の健康にまつわるセミナーや体力測定、スポーツイベントを実施するほか、有志が企画・参加するゴルフ、バレーボール、バドミントン、マラソンなどの運動の機会に対して、参加費や会場使用料などを「健康づくり活動助成金」として補助しています。委員長を務めるES推進部業務チーム課長代理の赤松洋さんは「運動することは部署や世代を超えた交流の機会にもなっています。楽しみながら健康になる文化が根付くにつあります」と話します。

目標は、1回30分程度の運動に週2回取り組む人の割合を60%以上にする。当初はほぼゼロに近かったのが、2018年には16.4%、24年には55.6%まで上昇しました。「目標を達成するには無関心層へのアプローチが重要」と赤松さん。そこで、プロ野球などのスポーツ観戦の機会を設けるなど、まずは観ることで興味を持ってもらうことにしました。健康経営の取組は就活生へのアピールポイントでもあり、健康で長く働ける会社として評価されています。

## DXで生産性向上

コロナ禍をきっかけにリモートワークが普及したことに伴い、出勤しなくても事務手続きができるように取り組んだのがペーパーレス、押印レス、キャッシュレスの3つの「レス」です。紙の申請書類をワークフロー化し、名刺の作成、出張、リモートワーク等の各種申請をパソコン上でできるようにしたほか、経費精算についても、従来の現金清算から電子化を図り、キャッシュレスにしました。

一方で、対面でのコミュニケーションの機会が減るのを補うためにテレビ会議システムやチャットツール（LINE Works）を導入。また、ソフトウェア開発に生成AIを活用するなど業務の効率化も進めています。

これらの取組により総労働時間は年々減少し、2024年は過年度と比較して約1割減りました。にもかかわらず、24年度の業績は過去最高の売り上げ、利益を計上しており、生産性の向上を実現しています。

執行役員ES推進部部長の松本幸広さんは、「従業員意識調査では、働きやすさの評価は高いものの、働きがいの評価がやや低くなっています。今後は目標管理・評価制度の見直しや、社員同士が認め合う仕組みづくりも進めて、働きやすさだけでなく、働きがいのある職場を目指したい」とどこまでも前向きです。

令和7年度  
ひょうご仕事と生活のバランス表彰企業



社内各部署の社員8人から成る健康づくり推進委員会。心身の健康にまつわるさまざまなイベントやセミナーなどを企画しています。



ウォーキングなど、健康に関するさまざまな活動にポイントが付与する健康マイレージ運動。一定以上貯まると商品券と交換できます。



ソフトバレーを楽しむ社員たち。「健康づくりイベント」は社員3人以上集まれば自由に企画でき、活動助成金も支給されます。

### PROFILE

- ▶事業内容 コンピュータシステム設計・構築
- ▶設立 1985年
- ▶代表取締役 山田 良作
- ▶従業員数 132人（男性109人、女性23人）
- ▶所在地 豊岡市日高町国分寺158-1

<https://www.sr-co.co.jp/>

