



## 『さんしんハートフル株式会社』



## 会社概要

地域の障がいのある方々の社会的・経済的自立の援助等を目的に、三島信用金庫が設立した特例子会社です。

- ①社会人としての自立と自己実現を目指す
  - ②個々の特性に配慮した雇用機会の拡大を目指す
  - ③働きがいと生きがいを持てる職場環境の実現を目指す
- という企業理念のもと、一人ひとりにあわせた自立を目指し、日々活動しています。三島信用金庫からの受託業務の他、特別支援学校へのボランティア清掃や清掃授業、地域の清掃、体験実習受入れなど様々な活動を通じて地域貢献にも努めています。

## 健康づくりを始めたきっかけ

社員が社会人として健康でいきいきとした職業生活を送り続けるための健康づくりの環境を推進するために始めました。

## 取組 01 始業前に、さんしんハートフル体操を実施

安全で健康的な環境づくりのため、毎朝始業前に、社員の声を録音して作った『さんしんハートフル体操』を社員全員で行っています。作業中のケガ防止になる他、毎日決まった時間に行うことで体のリズムが整い、自身の体調の変化にもいち早く気づくなど、1日のスタートには欠かせない習慣です。

お互いの体調の変化にも気づきやすく、コミュニケーションの場にもなっています。

## 取組 02 生活習慣病検診や人間ドッグ、ストレスチェック受診率100%

年1回の生活習慣病検診(人間ドッグ含)やストレスチェックは社員全てが受診しています。また、誰でも気軽に血圧チェックができるよう、事業所内に自動血圧計を設置しています。身近な場所に血圧計があることで、計測する習慣も身につき、自身の健康づくりのきっかけにもなっています。



さんしんハートフル体操の様子



血圧測定の様子