

# 社内運動会きっかけに運動習慣



保管棚（ラック）製造のゴリーキ（本社伊勢市大湊町1-25の10、強力雄社長、電話0596・36・2104）は、社内運動会の開催を通して、社員に運動の習慣づけを促す取り組みを実践している。こうした活動が評価され、今年に入り、スポーツ庁の「スポーツエールカンパニー」と、経済産業省と日本健康会議から「健康経営優良法人2021（中小規模法人部門）」の認定を受けた。

（三重・片桐芳樹）

## ゴリーキが健康経営推進 スポーツエールカンパニーにも認定

社内運動会は、昨年10月31日に開催した。新型コロナウイルス感染症に伴う自粛がきっかけ。福利厚生の一環でスポーツジムの法人会員として社員に利用を促してきたが、昨春の緊急事態宣言で休業となったため社内運動会を企画し、その前準備として日頃からの運動の習慣づけに取り組むことになった。

同社は、社員が自主的に社内活性化に取り組む委員会制度を設けてい



自社製品の「落下防止バー」を使ったボールリレー

社内運動会は、昨年10月31日に開催した。新型コロナウイルス感染症に伴う自粛がきっかけ。福利厚生の一環でスポーツジムの法人会員として社員に利用を促してきたが、昨春の緊急事態宣言で休業となったため社内運動会を企画し、その前準備として日頃からの運動の習慣づけに取り組むことになった。

同社は、社員が自主的に社内活性化に取り組む委員会制度を設けてい

旅行や社内交流イベントを担当する「二〇二〇委員会」が連携して企画した。

まずは運動会開催日の2カ月前から、全社員に運動チェックシートを配布し、提出してもらうことから始めた。チェックシートは、「有酸素」「無酸素」「その他」の3項目をチェックする。委員会の担当者が声がけして運動を促し、自主的にランニングや筋トレ、消費したカロリー量まで申告する社員もいたという。

運動会は、役員4人含む19人が参加した。2組に分かれ、準備体操代わりのダンスはじめ、玉入れ、尻尾とり、ドッジボール、リレーに加え、自社製品の「落下防止バー」を使ったボールリレーを実施した。

WHO委員会の浪野那実子委員長は「大好評。運動会後も、継続して運動を続けてもらっている人もいる」と手ごたえを話す。今年秋も運動会の開催を予定している。

こうした取り組みが二つの認定につながった。強力社長は「運動会は、取引先に参加を呼び掛けるなど広げていきたい。次は健康経営優良法人

# 社内運動会きっかけに運動習慣



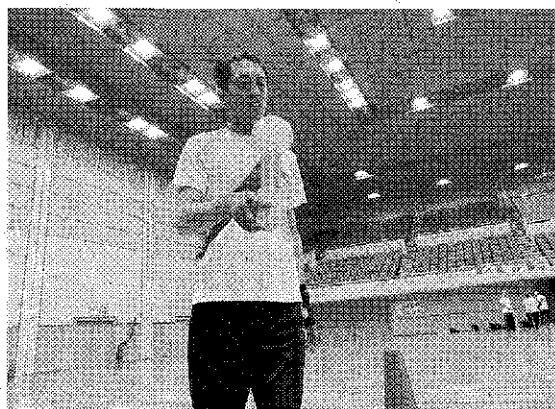
保管棚（ラック）製造のゴリキ（本社伊勢市大湊町1125の10、強力雄社長、電話0596・36・2104）は、社内運動会の開催を通して、社員に運動の習慣づけを促す取り組みを実践している。こうした活動が評価され、今年に入り、スポーツ庁の「スポーツエールカンパニー」と、経済産業省と日本健康会議から「健康経営優良法人2021（中小規模法人部門）」の認定を受けた。

（三重・片桐芳樹）

## ゴリキが健康経営推進 スポーツエールカンパニーにも認定

社内運動会は、昨年10月31日に開催した。新型コロナウイルス感染症に伴う自粛がきっかけ。福利厚生の一環でスポーツジムの法人会員として社員に利用を促してきたが、昨春の緊急事態宣言で休業となったため社内運動会を企画し、その前準備として日頃からの運動の習慣づけに取り組むことになった。

同社は、社員が自主的に社内活性化に取り組む委員会制度を設けてい



自社製品の「落下防止バー」を使ったボールリレー

旅行や社内交流イベントを担当する「二〇二〇委員会」が連携して企画した。

まずは運動会開催日の2カ月前から、全社員に運動チェックシートを配布し、提出してもらうことから始めた。チェックシートは、「有酸素」「無酸素」「その他」の3項目をチェックする。委員会の担当者が声がけして運動を促し、自主的にランニングや筋トレ、消費したカロリー量まで申告する社員もいたという。

運動会は、役員4人含む19人が参加した。2組に分かれ、準備体操代わりのダンスはじめ、玉入れ、尻尾とり、ドッジボール、リレーに加え、自社製品の「落下防止バー」を使ったボールリレーを実施した。

WHO委員会の浪野那実子委員長は「大好評。運動会後も、継続して運動を続けてもらっている人もいる」と手ごたえを話す。今年秋も運動会の開催を予定している。

こうした取り組みが二つの認定につながった。強力社長は「運動会は、取引先に参加を呼び掛けるなど広げていきたい。次は健康経営優良法人