

# 北海道に根付いた企業として 地域と共に健康を目指す。

「北海道のコンビニエンスストア」として名を馳せている「セイコーマート」は、運営元である株式会社セコマは、従業員の健康はもちろん、地域の健康を目指す「野菜を食べようキャンペーン」にも取り組んでいる。

## 健康増進で 生産性の向上も

「なぜ、健康経営を始めたのでしょうか？」

私達は創業以来、北海道で最も多いコンビニエンスストアであり続けてきました。そんな地域の食生活を支える企業として従業員の健康維持・増進、さらには地域も健康にする取り組みを行いたいと考えていたからです。

「具体的にはどのようなことを行っていますか？」

健康診断では、法定項目以上の検査を設定し、その費用を会社が負担しています。

また、心の健康のために「コミュニケーション」を活性化し、「一体感」を醸成し、さらには従業員の交流の場を多く設けています。スポーツ大会を開催して一緒に汗を流したり、洞爺湖でBBQや湖水浴を行うことで親睦を深めます。部署

株式会社セコマ  
代表取締役社長  
**丸谷 智保** 氏



## 健康食7原則

1. 食は「国民総100才時代」を「長寿」かつ「元気に」生きる源。
2. 身体に良いもの、必要な栄養素をバランス良く摂る。
3. 「健康」と「美容」を混同しない。
4. 特別なものではない。普段から昔から食べ継がれてきたもの。
5. 麺つゆや煮物のタレなど基礎食材から「健康なもの」にこだわる。
6. 誰もが継続購入が可能な価格。
7. 美味しくなければ、長続きしないし、ストレスになる。

## 道民の野菜摂取量 増加に貢献

グループ会社の垣根を越えた交流で、仕事がよりスムーズになつたという声もあがっています。

「野菜を食べようキャンペーン」について教えてください。

野菜を使った対象商品を購入してプレゼントに応募するこのキャンペーンは、道民の野菜不足解消を目指して開始しました。今年で9年目、通算19回目の実施となり、認知度も上がっています。

「野菜を食べようキャンペーン」を通じて、何か変化はありましたか？」

開始当初、道民の野菜摂取量は男性46位、女性35位と、全国的にみて野菜不足でした。それが今では、男性31位、女性13位にまで引き上がりました。キャンペーンできた実感と喜びを感じますね。



綱引き、玉入れ、パン食い競争。さまざまな競技を行うスポーツ大会には家族も参加できる。

## 株式会社セコマ

本社：札幌市中央区南9条西5-421

セイコーマートの1号店は、日本にあるコンビニエンスストアの中で最も早い1971年(昭和46年)に誕生。人口の少ない地域や離島にも出店し、創業以来、道内で最も多いコンビニエンスストアチェーンとしても有名。



北海道循環器病院と開発した高血圧や心臓疾患を抱える人も食べられるようにカロリー・塩分を抑えたカレー

## インタビュー：和久井 薫

日本政策投資銀行より健康経営格付けを取得。

「健康経営格付け」を取得。健康経営の推進を促す取り組みとして、和久井薫氏がインタビューに答えています。



食で北海道を元気にするために掲げた「健康食7原則」。

## 地域に寄り添った 健康的な商品開発

「商品づくりで大切にしていることはありますか？」

「健康食7原則」を掲げて、商品開発を行っています。保存料や添加物を極力使用しない、誰もが継続して購入できる価格設定、健康的であっておいしさは決して欠かさないなど、道民の暮らしに寄り添った商品開発を心がけ、さらに地域と一緒に健康を目指しています。

## 従業員のスタイルに 企業が合わせていく

「今後、どのように健康経営を展開していくのでしょうか？」

従業員や地域の健康増進を目指すと同時に、環境にも配慮した経営を一層進めていきます。昨今は環境に配慮した経営が求められていますので、プラスチックによる海洋汚染や、店舗や工場から排出される食品ロス問題などさまざまな環境問題を意識した経営を進めていきます。

また、年々働き方やライフスタイルの多様化が進んでいます。これまでは経営方針に従業員が合わせるという時代でしたが、これからは従業員のライフスタイルに、企業が合わせていく時代。このような社会や環境の変化にも柔軟に対応し、「北海道のコンビニ」としてこれからも歩んでまいります。

## ●健康経営とは

企業が従業員の健康を管理する「健康経営」。いきいきと働ける環境を整えることが生産性の向上にも繋がり、企業・従業員ともに大きなメリットがあります。労働力不足など、少子高齢化による問題を多く抱える日本では、国を挙げて健康経営を推進しています。

# 北海道で広がる「健康経営」

北海道の企業に話を伺いました。  
北海道で広がる「健康経営」

## 「働き方の改善」が 「従業員の健康改善」に繋がる。

「従業員の健康のために「働き方の改善」に力を入れています。システム(機)その取組が評価され、働き方改革のモデル企業にも選ばれています。

## まず始めたことは 働き方の見直し

「具体的にどのようなことを行っていますか？」

毎月1回は有給休暇を取得する、毎週水曜日は定時退社の日にするなど、健康経営の一環として取り組んでいます。



アートシステム株式会社  
常務取締役 **浅野 剛** 氏

アートシステム株式会社  
本社：札幌市白石区本通17丁目南5-15  
1996年設立のIT企業。北海道働き方改革にかかる改善プラン作成支援のモデル企業にも選定されている。



アクサ生命保険提供のアンケートにより従業員の健康意識・生活習慣を「みえる化」。

## 健康経営アドバイザーからのサポートを受け スピーディーに健康経営を開始。

健康経営を取り入れたい企業の支援を行う「健康経営アドバイザー」制度。機松木測量はこの制度を積極的に利用して健康経営を行っている。

## 大切な従業員を 失わないために

「どのようにして健康経営を始めましたか？」

セミナーに参加した際「健康経営アドバイザー」の存在を知り、すぐに相談しました。

「どのような取り組みを行っていますか？」

それまで自席での喫煙が可能でしたが、事務所内を全面禁煙に。受動喫煙の問題を解消しました。



企業の健康経営を支援する「健康経営アドバイザー」。現在北海道には167人の健康経営アドバイザーがいる。



株式会社松木測量  
代表取締役社長 **松木 要** 氏

株式会社松木測量  
本社：札幌市東区北23条東15丁目5-25  
1971年設立の測量会社。ワーク・ライフ・バランスと女性の活躍に取り組む「札幌市ワーク・ライフ・バランスplus企業」にも認証。

「健康経営を行う上で大切にしていることを教えてください。」  
従業員全員が納得した上で健康経営を進めることを心がけています。そのため、急に大きく変えるのではなく、できることから徐々に進めていこうと考えています。

※健康経営アドバイザーとは / 健康経営に取り組もうとする企業に対して、行政の施策や、相談窓口など必要な情報提供や実践支援を行う専門家です。

もっと!

# どさんこ健康プロジェクト

～広がる健康経営～

特別協賛: アクサ生命

# 9月28日

STV札幌テレビ放送  
午前9:55より放送

道内で「健康経営」が急速に広がっています。なぜ今「健康経営」が求められているのか? 「健康経営」の導入で企業はどう変わるのか? 和久井薫キャスターが、最新情報をレポートします。

鈴木北海道知事にインタビュー!