

サニーサイドアップ、社員の運動習慣向上施策として、 「幸せは歩いてこない」制度、「目指せ！A身体」制度を導入

株式会社サニーサイドアップは、弊社独自の福利厚生制度である「32の制度」に、社員の運動習慣の向上を目的とした2つの制度、「幸せは歩いてこない」制度及び、「目指せ！A身体」制度を、2015年12月1日より導入します。

弊社では、社員が健康であることが、創造性や生産性の向上に繋がり、私たちのDNAである“たのしいさわぎ”の原動力となると考えております。そこで、スポーツとともに成長してきたサニーサイドアップらしく、運動習慣を通じた心身の健康増進を経営課題のひとつとして捉え、従来よりクラブ活動支援、フィットネス支援等のスポーツを推奨する制度を取り入れております。

この度の新たな制度の導入により、社員ひとりひとりに健康への意識改革と自発的な行動を促すきっかけを作ると同時に、2020に向けて熱が高まるスポーツ産業の一助になりたいと考えております。

① 制度の詳細

◎「幸せは歩いてこない」制度

身体への負担の少ない「有酸素運動」であるウォーキングの習慣化により健康的な毎日を過ごすことを目的とし、以下の目標数値を達成した社員に健康報奨金を支給する。

- 月間の平均歩数が10,000歩を超過した社員全員に、月間健康報奨金として「3,200円」を支給する。

◎「目指せ！A身体」制度

日頃からの運動習慣によって自身の健康の保持・増進を行い、定期健康診断において以下の目標数値を達成した社員に健康報奨金を支給する。

- 全社員を対象とし、定期健康診断の「総合診断」でA判定を取得すると、健康報奨金として「32,000円」を支給する。
- BMI値が基準値である「普通体重」以上（25以上）の社員を対象とし、一年前の定期健康診断と比較して、肥満度数が1度低下するごとに健康報奨金として「10,000円」を支給する。

参考資料

- 「厚生労働省 平成25年国民健康・栄養調査結果の概要」によると、平成25年の歩数の平均値は、男性が7,099歩、女性が6,249歩である。身体活動量と死亡率などの関連を見た疫学的研究の結果からは「1日1万歩(300キロカロリー相当)」の歩数を確保することが理想と考えられる。
- 1,000歩は約10分の歩行で得られる歩数であり、距離としては600~700mに相当する。
- 日本肥満学会による肥満基準は下記の通り。(出典：日本肥満学会2000)

	BMI
低体重 (やせ)	18.5未満
普通体重	18.5以上 25未満
肥満 (1度)	25以上 30未満
肥満 (2度)	30以上 35未満
肥満 (3度)	35以上 40未満
肥満 (4度)	40以上

BMI (Body Mass Index = ボディマス指数) とは、人の肥満度を表す指数であり、下記の式で計算される。

$$\text{BMI} = \text{体重(kg)} \div (\text{身長(m)} \times \text{身長(m)})$$

② 数値目標

本制度導入から1年後となる、2016年11月末を期限とする具体的な数値目標を設計することで、経営課題として本施策に取り組んで参ります。

◎「幸せは歩いてこない」制度

一日あたりの社員平均歩数を、現状より1,000歩増やすことを目標とします。

	2015年10月末実績	2016年11月末目標
一日あたりの平均歩数	7,104歩	8,104歩

◎「目指せ！A身体」制度

定期健康診断の「総合診断」がA判定の社員数を、現状より10%増やすことを目標とします。

	2015年10月末実績	2016年11月末目標
「総合判定」A判定社員比率	6%	16%

BMI基準値を達成する社員の比率を、現状より10%増やすことを目標とします。

	2015年10月末実績	2016年11月末目標
BMI基準値達成社員比率	75%	85%

③ これまでのスポーツ推進の取り組み

◎フィットネス支援制度 (2010年～)

日頃から気軽に運動をする機会を創出するため、希望する社員は提携しているスポーツジムをいつでも無料で利用することが可能です。出勤前、勤務後、週末を問わず多くの社員が利用しています。

◎クラブ活動支援制度 (2011年～)

社員同士のコミュニケーションを深めることで、業務において、より高いパフォーマンスを出してもらうことを目的として、社内公認クラブ活動に対し、費用の一部を部費として補助しています。現在公認クラブとして、フットサル部、バスケットボール部、野球部、ゴルフ部、東京ランナース部、カード&ボードゲーム部の6つが活動しています。

本 件 に 関 す る
お 問 い 合 わ せ 先

株式会社サニーサイドアップ
社長室 広報ユニット：古志野(こしの)
TEL: 03-6894-3232
FAX: 03-5413-3052
MAIL: info@ssu.co.jp