# 新潟県労働金庫

| | |
|---|---|
| 所在地 | 新潟市中央区寄居町 332－38 |
| 会社 HP | https://www.niigata-rokin.or.jp |
| 事業内容 | 協同組織金融業 |
| 設立 | 1952 年 5 月 |
| 従業員数 | 550 人 |

運動習慣の定着に向けた健康強調月間の取組み

当金庫では「①運動不足解消および日常的な運動習慣が定着することにより、生活習慣病の予防・改善につなげる」、「②部店職員が共通の目的で行動することで、一体感を持つことにより、部店内のコミュニケーションの向上につなげる」、ことを目的として健康強調月間を設定しています。
2022 年度は運動実績を歩数換算し、一人あたりの平均歩数の上位 3 部店に団体賞、特徴的な取組みを行った職員に個人賞を進呈しました。
本取組みは新型ウイルス感染拡大禍において、運動不足の解消および日常的な運動習慣づくりをめざして実施しましたが、最終的な各部店参加率の平均が 89.35%となったことは各職場が一体となって取組んだ結果であり、職員個人の健康はもとより職場のコミュニケーション活性化にもつながったと評価しています。

＜団体賞を受賞した部店からのコメント＞

運動不足解消および日常的な運動習慣の定着を目的に、全員参加の呼びかけを行い、各人が日々の歩数を歩数計によりカウントする他、ウォーキング以外の運動についても歩数換算して取り組みを行いました。また、歩数量が多い職員からは運動方法について情報共有してもらい、健康に対する意識の向上につながりました。