にいがた健康経営推進企業マスター2024 取組紹介書

インテクス株式会社

所在地	新潟市東区津島屋 7-146-1
会社 HP	インテクス株式会社
事業内容	情報通信・電気設備の設計・施工、保守
設立	1984 年 7 月
従業員数	45 人

社員が健康であることが会社の基本 今よりもっと健康になろう！

～１日の始まりは元気なあいさつ・体操・清掃から～
【元気なあいさつ】と【ラジオ体操】＆月毎に変わるおまけの【プラスワン体操】で心身をリフレッシュ。
その後の全員での【清掃】で人も会社もスッキリ整え『今日も１日ご安全に！』

～みんなの運動不足解消を～
日頃の会話でも多い運動不足。
社内イベントや外部イベントへの参加に力を入れました。
秋にはｽﾎﾟｰﾂ公園ｴﾝｼﾞｮｲﾗﾝ 2023 に参加。
職場仲間部門で見事４位(53 ﾁｰﾑ中)

～その他の健康への取り組み～
・毎月テーマを変え、心身の健康についての衛生教育
・人間ドックの個人負担を 5,000 円にすることで受診を推奨
・インフルエンザ予防接種の半額助成
・体脂肪 DOWN】＆【筋肉量 UP】ﾀﾞｰﾋﾞｰを 4 ヶ月間開催。各部門優勝者に金一封を贈呈