にいがた健康経営推進企業マスター2025 取組紹介書

コンドウ印刷株式会社

所在地	長岡市南陽 2 丁目 951-12
会社 HP	https://www.kondo-printing.com
事業内容	シール・ラベルの印刷及び加工
設立	1977 年
従業員数	22 名

「食育」 地元の伝統野菜　大口蓮根を配布！

コンドウ印刷では、二十四節気の「冬至」に、社員の健康を考えた食育の一環として、地元の伝統野菜「中之島の大口蓮根」を配布しています。
蓮根は、穴が開いていて「見通しが良い」ことから縁起の良い食材とされ、栄養価が高く、風邪予防にも効果的です。
健康経営の一環として、地域の食文化を大切にしながら、社員の健康づくりを支援しています。

こころの健康 「金融教育」はじめました

心のゆとりは、心の健康にもつながる！
社員の資産形成について考える機会として、社長が講師となり、金融教育を実施しました。
内容は、 高校生が学ぶ金融教育や「社会人として知らないと恥ずかしい金融知識」。
さらに、金融機関の方をお招きし、つみたて NISA 講座も開催！
お金の知識を身につけることで、安心して働ける環境づくりを進めています。

ウォーキング講座を開催！

「歩き方」を変えるだけで…
姿勢が良くなる・ 骨盤の位置が正しくなる・ 生理痛の緩和
歩くことは全身運動です。
今回は現役モデルであり Walking Create(株)公認ウォーキング講師の岩井まどかさんを講師としてお招きし、正しい歩き方を学びました。丁寧な指導のおかげで、日常の「歩く」に少しの意識を加えるだけで、健康と美しさを手に入れる、一生モノのスキルを身につけることができました！