



# 突撃！ 地元の健活企業

Vol.3 三陽技術コンサルタンツ株式会社 様



従業員とその家族の健康づくりに積極的に取り組んでいる企業を紹介するこのコーナー。今回は、天川大島町にある三陽技術コンサルタンツ株式会社さんを訪問し、お話を聞いてきました。

株式会社 三陽技術コンサルタンツ株式会社 天川大島町3-8-3  
業種：土木専門サービス業 従業員数：62名

## 健康づくりの取組状況

- ・自転車通勤推奨（自動車通勤と同額補助）
- ・ノー残業デー実施（2017年より）
- ・特定保健指導や健康相談は就業時間内に実施
- ・各階に体重計を設置
- ・熱中症対策として水、経口補水液、塩飴を配布
- ・屋内禁煙を実施予定（2019年10月1日より）など



三陽技術コンサルタンツ株式会社  
代表取締役 吉岡 慧治さん

ウエルネス企業登録制度設立初年度からご登録いただいでいて、日ごろから健康づくりに取り組んでいらっしゃいます。4年ほど前から、「ペーパーレス化」や「グリーン&リラックス（職場に緑を増やし、落ち着いた気持ちで仕事に取り組める環境づくり）」の実現を見据え、吉岡さんが自ら率先して声をあげ取り組

み始めました。始めた当初は、賛同を得るのが難しいときもありましたが、従業員の皆さんも率先して取り組むようになりました。開始からおよそ2年後、残業時間が減って業績は2割増し、お給料もその分アップ！という好循環で回り始めたそうです。



熱中症予防のための塩飴や経口補水液の配布をしています。

最近では、座りすぎが健康リスクを高めることも話題になっています。取材では、デスクでパソコンと向き合っているだけが仕事のやり方ではなく、作業環境を整え改善することで健康管理にもつなげていきたいというお話をいただきました。

また、15年ほど前に1日80本吸っていたタバコをやめたという吉岡さん。2020年の改正健康増進法の全面施行に向けて、各企業でも禁煙対策を進めていきたいですね。



市のがん検診無料ポスターも掲示してありました。ぜひ受診シールを余さず活用してください！



各階に土足で乗れる体重計が設置してあります。今後も体重管理のためにも積極的に活用していただきたいですね。

## 今回の Voice

「一番大事なのは、仕事で健康を害さない」 代表取締役 吉岡 慧治さん

## 編集後記



三陽技術コンサルタンツ株式会社の皆様、取材にご協力いただき誠にありがとうございました。従業員の皆さんが自らの健康に意識をもったとき、企業の皆様が主体的に健康づくりに取り組めるよう、本市もサポートしていきたいと思っております。これからも皆様の健康づくりを応援していきます！

## 突撃！ 地元の健活企業 募集中！

わが社こそは健康づくりに取り組んでいる！という企業を募集中です！健康づくりに取り組んでいる企業をウエルネス通信や前橋市ホームページ、フェイスブック等で発信をしていく予定です。詳しくは前橋市健康増進課までお問い合わせください。