

運動・健康管理を奨励

紀洋会

制度が徐々に浸透

岡本病院などを運営する医療法人社団・紀洋会（職員数546人）の職員らでつくる安全衛生委員会（委員長＝余田洋右病院長）が、職員の健康維持、増進をめざし、運動や健康管理を奨励する制度を設けている。2016年にスタートし、法人内で徐々に浸透している。ラジオ体操、スポーツ奨励制度（個人）、食生活改善活動、クラブ活動奨励制度の4つ。それぞれに目標を設定し、挑戦しようと思った個人、グループ、部署がエントリー。達成すると賞状や賞品を贈っている。

ラジオ体操は、部署、事業所

クラブ活動奨励制度で目標を達成した、法人職員が所属するソフトバレーボールチーム



ごとに取り組み、平日の5日を半年継続するのが目標。これまでに延べ23部署（事業所）が取

り組み、15部署が達成した。スポーツ奨励制度は、1日30分以上の運動を2日に1回のペースで行い、半年継続するのが目標。延べ26人が取り組み、8人が達成した（複数回エントリー者あり）。

食生活改善活動は、職員食堂を利用すると、摂取カロリーが表示されており、栄養相談も受けることができる。これまでにエントリーはなかった。クラブ活動奨励制度は、同法人職員が5人以上所属するチーム（グループ）で月1回、1年続けて活動するのが目標で、延べ7チームが取り

組み、2チームが達成した。

達成者が出ると、写真やコメントを掲載した文書を法人内で回覧。同委員会のメンバーで、事務部主任の穴瀬美穂さんは、委員自らが取り組みもつと、月20～25日のペースでウォーキングを継続し、半年で18キロのダイエットに成功。回覧文書に体験談を掲載したところ、申込者が一気に増えたという。「やり始めると、うそがつけないので、やるしかなかった」と笑う。制度のとりまとめをしている法人本部主任の和泉裕子さんは、「一度やった人には継続してもらいつつ、新しく挑戦する人が増えるよう、職員に対するアプローチを工夫していきたい」と話している。