



全社で取り組む健康増進！ 「朝食フォトコンテスト」で朝から元気に

受賞者

大東建託株式会社（東京都港区）

取組アクション



背景・概要

遅い時間の夜食や運動・睡眠不足など生活習慣の課題が多く、特に朝食を食べる者の割合が全国平均より突出して低かった。そこで、2016年より社内で「朝食フォトコンテスト(以下、コンテスト)」を毎年実施。朝食を食べる者の割合の増加によって、生活習慣病予防や生活習慣病のハイリスク者の減少につなげることを目的としている。



↑コンテストに応募された「野菜たっぷりの朝食」

取組内容

●全社員を対象としたコンテストを毎年開催 対象者は全社員とし、全国974名の衛生管理者を推進役とした。統括する人事部安全衛生課が毎年テーマを決定し、安全衛生委員会(以下、委員会)や社内掲示板等で周知。毎年7月頃の1か月間を実施期間として、268支店・部門から朝食の写真と、朝食に関するエピソードを募る。応募作品は委員会にて審査、選考後、テーマに沿った優秀作品を決定し、社内外で公表するとともに、健康関連の賞品を贈呈。コンテスト終了後も委員会を通じて朝食をとるよう啓発している。

●コンテスト結果や好事例を横展開することで社員の行動変容を促す コンテストへの応募数は、どの年度も100件(対象者の30%)を超える。コンテストの認知度と朝食への関心は年々増加している。各支店・部門にコンテスト結果や好事例を横展開することで、朝食をとることについての意識向上を図っている。職場全体の取組が社員の行動変容に影響し、朝食を食べる者の割合はコンテスト開始後4年間で3.4% (約340人)増加。健診結果では、生活習慣病重症者数が取組開始前の2016年1.42% (149人)から、2019年1.02% (95人)に減少している。