



健康づくりは「当たり前」 長年の積み重ねが笑顔をつくる

05

県内の街の発展に携わってきた土木と建築のプロフェッショナル

株式会社 市川工務店

〒500-8518 岐阜市鹿島町6-27 TEL.058-251-2242
<https://www.ic-group.co.jp/>

創 業 1950(昭和25)年8月
代 表 者 代表取締役社長 小川 健
従 業 員 数 348名(男306名・女42名)

道路・橋脚・河川・下水道といった土木・舗装工事と、公共施設や教育・医療施設などの建築工事から店舗・住宅のリフォーム工事まで幅広く事業展開。女性でも建設現場でいきいきと活躍できるよう、女性目線で改善提案を行う女性技術者の会を立ち上げたり、プライベートを充実させるための休暇制度を充実させたりと働きやすさの追求にも力を入れる。

機

械化が進んだ世の中においても、マンパワーが必要なのが建設業界。そのため市川工務店は、健康経営という言葉が登場するずっと昔から、社員や社員を支える家族の健康づくりを「当たり前」のこととしてサポートしています。



社内報で「禁煙のススメ」

市川工務店の社員の3分の2は、それぞれの建設現場で働いており、本社内でも過ごす時間はほとんどないと言います。そのため毎月発行している冊子状の社内報は、現場社員にとって社内報を知るための重要なツールとなっています。

社内報の製作も健康診断の実施等も担っている総務部は、その点に目を付け、2015年から社内報で「禁煙のススメ」と銘打った連載をスタート。禁煙に成功した社員の取り組みを紹介するもので、18年3月には「禁煙のススメ 拡大版」として、会社と連携してクリニックの禁煙外来に通った3人の挑戦レポートを載せました。5ヶ月間にわたる取り組みの心境の変化や



クリニックの医師の言葉も載せており、受診を検討している人の背中を押す内容となっています。

ダイエット成功者の秘策も紹介

禁煙に成功した人の紹介が通り終わったことから現在は、2年前と比較して体重が減った人の取り組みを紹介する「減量のススメ」を連載中。「二日5kmのウォーキングを続けている」「夕飯をお腹いっぱい食べるのをやめた」「日本酒をやめ、焼酎かワインを飲むようにしている」など、それぞれのエピソードが書かれています。「肝機能の数値が良くなった」「膝の痛みが減った」など、減量して得

られた成果について触れる人もいます。総務部の小嶋武徳課長は「毎回同じような内容になるのではと心配していましたが、人によってやり方が全然違うので、いろいろなケースを紹介して参考にしたい」と話します。

健康診断は「必ず受診させる」体制を構築

社員の健康状態を把握する上で欠かせない健康診断は、「仕事で受けられない」人を極力減らすため、複数の受診日を設定しています。法定項目に加えて年齢や性別に応じて前立腺がんや乳がん、子宮頸がんの検診も追加。40、50、60歳の節目には人間ドックも受診させることで、病気の早期発見、早期治療につなげています。

特定保健指導は、各部署の管理職と連携を取って業務時間中に集合研修方式で実施し、どうしても参加できない人に対しては、保健師を建設現場に派遣するケースもあるといい、必ず受けてもらえるよう徹底させています。



家族も健康でなければ社員が安心して仕事に取り組めないとの考えから、配偶者の健康診断費用助成は20年ほど前から続けています。

女性目線で働きやすい環境づくり

誰もが気持ちよく、心穏やかに働ける職場づくりに力を入れています。建設現場は男性が多い職場であるため、技術系女性社員は部署内に1人しかいないというケースも珍しくなく、女性ならではの悩み等を共有する機会をつくる。15年に技術系女子社員の会「けんけんは〜建設業で花開く女性技術者の輪〜」が発足。定期的に建設現場をパトロールし、女性目線で改善点を提案しています。

実際にトイシの入りの向きや喫煙所の設置場所など見直された点は多く、女性社員が男性の視線を気にしすぎることなく、これまで以上に安心して力を発揮できるようになりました。

また17年には、社内の多目的ルームをリフレッシュルームに改修する計画を施工管理の面でもけんけんはのメンバーが担い、カフェのようなおしゃれな空間が完成。今では男女問わず多くの社員が、勤務中に気分転換をしなくなった時などに活用しています。

健康講習会は他の研修とセットで実施

健康な人がより健康になれることを願って行っている健康に関する講習会は、希望者が受講する方



式を取るのではなく、勤務時間内に業務上欠かせない講習会とセットで実施。現場社員でも参加できるように工夫を凝らしています。

総務部の久留宮裕司部長は「健康づくりに関する取り組みは今に始まったことではなく、重要性については繰り返し伝えていたため、社員自らが健康に気を付ける文化ができています。今後も継続させていくのはもちろんのこと、良い取り組みがあれば積極的に取り入れていきたい」と話しています。

PICK UP!

勤務中の事故を防ぐために各建設現場では毎朝、ラジオ体操を実施しています。本社の事務系社員は、朝のラジオ体操に加えて昼休憩後にストレッチを実施。首の体操と足の体操の2種類あり、曜日によって実施する内容を決めています。

久留宮部長は「現場の社員は身体をしっかりとかしているからか、事務系社員と比べてメンタルの病気になりにくい印象があります。事務系社員も身体をしっかりとかしてもらいたいですね」と話しています。

