



# Voice Report



## 「身体が資本！」生きていくため働くには健康な身体が必要です



代表取締役社長 貝瀬 道俊氏と  
従業員の 稲月 喜久江氏

- 社名 **株式会社貝電**
- 代表取締役社長 貝瀬 道俊 氏
- 本社所在地 千葉県船橋市東町896
- 主な事業内容 電気通信工事業
- 従業員数 27名（男性：20名・女性：7名）
- **健康経営優良法人2021年認定**

### 社長自らの体験から社員の健康面を意識

当社は創業20年を迎える会社です。2018年12月にお客様からのイメージも考慮して業務中の禁煙にも取り組んできました。2019年に社長自身が病気で倒れたことにより、健康の大切さをさらに強く意識するようになり、健康経営アドバイザーからの勧めもあり本格的に健康経営に着手しました。

### 社長や専務自らが、ひとつひとつ丁寧な説明をすることで社員の理解を深めていった

健康診断や2次検診・特定保健指導等、周知するだけではなかなか浸透しないため、社長・専務自らが個別に繰り返し丁寧に指導していきました。2次検診には会社の費用負担も講じて、また業務と同様の伝達ラインを活用することで漏れのない確認体制が構築され100%受診が実現しました。さらに丁寧な個別対応が功を奏し社員の自発性を高める効果も生まれました。

### 皆さんは何故働いているのでしょうか？

「あなたは生きていくために、健康を維持し、且つもしもの時の準備ができていますか？」  
真摯に問いかける社長からのメッセージを記載した手帳を、全社員と協力会社にも配り健康の大切さをアウトプットしています。優良法人認定にふれた社長自身のSNSにも、早速顔見知りの社長からアクションがあり、公私問わず健康でいることの重要性を広めています。

問合せ先・担当者

### 社員の心のケアも大切

日中は個々がそれぞれに顧客対応を行うため、気分転換が図りにくい側面があり、以前は仲間が集まっていた飲み会等でコミュニケーションを図る事により心のケアを図る事が出来ていました。今は難しい環境になりましたが、社員からのアイデアもありZOOM等オンラインを活用した飲み会の場を一部費用を会社負担する等して提供しています。特に新入社員にとっては、会社に馴染む場として喜ばれています。

### 今後の展望

自社の社員のみならず、協力会社の経営者達への啓蒙活動も始めてます。同じ仕事をする仲間として、大企業と遜色のないコンプライアンスやメンタルサポートを協力会社へも広める活動を実施していきます。



～ 皆さんは何故働いているのでしょうか？ ～

なんのために働いているのか、お金をもらうため。それは生きていくため。

服を着て、ご飯を食べて、生活するために。  
誰かのために、友人を苦しめようするために。  
恋愛して、結婚して、家族をもつために。  
そして、将来家族を守るために。  
または、社会貢献のために。

人それぞれ、働く意味や目的は違います。  
でも、「生きていくために！」という意味では同じでしょう。

さて、  
生きていくため働くには、健康な身体が必要です。  
よく言う「身体が資本！」とは、この事なのです。

では、  
自分の身体を守るために、どうすれば良いか。  
食生活・運動・睡眠など健康に留意することですが、自分自身ではなかなかコントロールできなく、実際に今の自分の健康状態を把握する事はなかなか出来ないのです。

そのためには定期的な健康診断が必要です。  
毎年の健康診断は必ず受けること。そして、その結果をしっかりと見つけて理解し、指摘事項があったらしっかり改善しましょう。

生きていくために、  
そうは言っても、不慮の事故による怪我や病気になったりもします。  
ここでは、健康診断結果の見方と万が一の時の保険の証々を紹介します。

あなたは生きていくために、健康を維持し、且つもしもの時の準備ができていますか。

株式会社貝電 代表取締役 貝瀬 道俊

社長のメッセージ入り手帳