

②週1日のノー残業デー実施、毎月1日以上の有給休暇の取得

【背景】 職員が家庭・趣味などプライベートな時間を充実させることで、仕事に対してもやりがいと充実感を持てると考え、仕事重視の生活にならない勤務環境の整備の必要性を感じた。

【目標】 ①週1日のノー残業デー実施 ②毎月1日以上の有給休暇の取得

【取組内容】 ①毎週水曜日をノー残業デーに設定し、8時間以内の勤務を推奨している。
指定日に残業の場合は別の日をノー残業とし、1週間に1日のノー残業を促進している。
②毎月1日以上の有給休暇取得を推奨し、計画的な取得ができるように有給の計画を月初に作成している。取得ができない場合は翌月に取得をすることを推奨している。

【取組結果】 週1日のノー残業デー実施と毎月1日の有休取得が定着。プライベートの充実を実感できる取組みとなっている。

③「女性限定 実感できる腸活セミナー」への参加

【背景】 女性自身が女性特有の健康課題やその対処法を理解し、より健康で快適なコンディションで活躍し続けられる事を目指し、今年度は健康と美容をもたらしてくれる腸活セミナーを母体企業と共同で開催

【目標】 腸活の正しい知識や明日から始められるセルフケアについて学び、心も身体も健康になる

【内容】 (座学) 腸のセルフチェック、基礎知識、腸にいい習慣
(実践) 腸の位置を整える胸式&腹式ストレッチ、
排泄力を高めるおじぎストレッチ等

【取組結果】 当健保の女性職員参加。
自分の体を知り、セルフケアを学ぶことで、仕事も私生活も充実した毎日を送るよい機会となった。



④健康保険組合「合同ボーリング大会」への参加

【背景】 職場以外で職員同士が交流する機会が少ないので、職員同士のコミュニケーション促進につながる取り組みの必要性を感じている。

【目標】 職員間のコミュニケーション向上

【取組内容】 毎年6月に健保連あいち三河支部に加盟している健康保険組合の「合同ボーリング大会」が開催されており、当健康保険組合の職員も毎年参加している。

【取組結果】 職員間の交流の場として有意義な機会となっている