

各 位

公益財団法人明治安田厚生事業団

令和3年度東京都スポーツ推進モデル企業に選定

概要

公益財団法人 明治安田厚生事業団（本部：東京都新宿区、理事長：中熊 一仁）は、「令和3年度東京都スポーツ推進モデル企業」に選ばれ、都庁にて表彰を受けました。明治安田厚生事業団は、今後もスポーツ活動および健康増進を一層推進していきます。



東京都スポーツ推進モデル企業（以下、モデル企業）は、東京都スポーツ推進企業^{※1}の中から、特に社会的な影響や波及効果のある取り組みを行っている企業が選ばれるもので、令和3年度は、333社のうち9社が選定されました^{※2}。

※1 東京都スポーツ推進企業認定制度は、従業員のスポーツ活動の促進に向けて優れた取組やスポーツ分野における社会貢献活動を実施している企業等を認定し広く都民に周知することを目的としています。

※2 モデル企業には、「実践」と「支援」の2部門があり、事業団は「実践」部門のモデル企業に選ばれました。

事業団の取り組みについて

明治安田厚生事業団は、運動を活用した健康増進に関する研究やプログラムの開発・普及を行っています。忙しいビジネスパーソンの健康づくりのカギは「仕事の中で、少しでも体を動かすこと」と考え、これを「ワークスタイルのスポーツ化」と呼び自ら実践しています。

取り組み事例

- ・ 就業前に簡単な動きを反復して楽しむ低強度のエクササイズ「スローエアロビック」の実施
- ・ 1時間ごとにメロディー時計が鳴ったらサイコロを振り『本日のエクササイズ』を決める「サイコロで PON」の実施
- ・ 職場内にある散歩コースを歩きながらのミーティング など



就業前エクササイズ スローエアロビック



座りっぱなしブレイク サイコロで PON !

公益財団法人明治安田厚生事業団について

明治安田厚生事業団は、国民の健康増進と体位向上に寄与し、社会福祉に貢献することを目的に 1962 年 6 月に設立されました。健康増進に関する学術研究や運動プログラムの開発等を行っており、近年は、働き方改革の中で注目されている「健康経営」のサポートにも取り組んでいます。こうした活動を通じて得られた最新の健康情報をホームページなどで発信しています。

お問い合わせ先

公益財団法人明治安田厚生事業団 三橋

TEL : 03-3349-2741

E-Mail : ymihashi@my-zaidan.or.jp