

健康づくりと人づくりで
定年まで働くIT企業をめざす工夫を凝らしたウォーキングイベント
コミュニケーションも活性化

設立から18年、法人向けの業務システム開発を中心事業とし、成長を続けるアイデアル株式会社。健康経営にも積極的に取り組み、初申請から4年連続で「ライト500認定」を受けている。

様々な施策の中でも最大のイベントは、8週間のウォーキングチャレンジ。チーム対抗で一日8000歩をめざしながら、「観覧車の写真を撮ろう」などのミッションをクリアするものだ。部署や年齢などが異なるメンバーでチームを編成し、若い従業員にリーダー役を任せて、上司や先輩従業員は彼らを盛り立て協力する。チームビルトの経験にもなる取り組みだ。

またこの期間中は、ストレッチや朝食摂取・睡眠の質向上などの取り組みもチームのポイントになるため、従業員の意識もより高まるという。

コンサルティング会社の協力で
健康経営を人材育成の機会に

こうした施策は、2021年に健康経営に乗り出して以来、社長と人事部

語つてくれた。



イベントでのチームビルト経験は普段の業務にもつながる。

長が健康経営のコンサルティング会社と共に生み出しきたが、有志による推進チーム「Keep Fit」を発足し、今年は20名規模まで拡大した。

「健康調査から見えてきた課題や従業員の要望をもとに、推進チームが今期の施策を打ち出し、コンサルティング会社からアドバイスを受けて、具体化しています。来年はもっと自走できるチームになるように、企画や運営のレクチャーも受けています」と、人事部長の嘉藤隆信氏は期待を寄せている。

未経験者を採用して、「ITエンジニアへと育てる」と、自信を持つ同社だが、健康経営推進プロジェクトも、人材育成の一環に組み込んだのだ。

「キャリア形成をサポートして、定年まで安心して働く会社を実現させたい」と考えています。それだけでなく、定年後の第二の人生を楽しめる「健康貯金」もしていく

アイデアル株式会社

所在地:大阪府大阪市浪速区

代表取締役社長:村尾茂昭

従業員数:85名(2025年8月現在)

ホームページ: <https://www.idea-l.co.jp/>



事業内容

2007年設立のシステム開発会社。業務系大規模システムの開発を得意とし、SES(システムエンジニアリングサービス)事業を中心に業績を伸ばしている。

健康経営関連の認定

経済産業省「健康経営優良法人(中小規模法人部門)」ライト500認定(2022~2025年)

健康経営の主な取り組み

- ✓ 健康診断の再検査の受診勧奨
- ✓ 年4回のパフォーマンスカルテ(健康調査)による健康課題の把握
- ✓ 年1回のウォーキングチャレンジ
- ✓ 年1回の体力測定の実施
- ✓ 半年に1回のストレスチェック
- ✓ 年4回の健康セミナー
- ✓ 年5回の産業医による衛生講話
- ✓ 部活動・スポーツイベント・バーベキューなどの社内交流

「健康経営」とは、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することです。企業理念に基づき、従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらし、結果的に業績向上や株価向上につながると期待されます。(経済産業省HPより)