

## BPO 業界での先進的取り組み「アルティウスリンク体操」を全社導入 業界特有の健康課題にアプローチ・専門家と連携したオリジナル体操で従業員の健康増進を加速

アルティウスリンク株式会社（所在地：東京都渋谷区、代表取締役社長：那谷 雅敏、以下 当社）は、健康経営のさらなる推進を目的に、BPO※業界特有の健康課題に対応したオリジナル体操「アルティウスリンク体操」を全社で導入しました。



[「アルティウスリンク体操」ダイジェスト動画はこちら](#)

本体操は、専門家との連携により科学的根拠と実践性を両立しています。BPO 業界では従来、ラジオ体操や一般的なストレッチなどの導入事例はありましたが、専門家と連携したオリジナル体操を全社導入する事例は極めて少なく、当社の取り組みは業界の健康経営をリードするものです。従業員一人ひとりの健康増進と働きやすい職場づくりを目指し、今後も健康経営のリーディングカンパニーとして業界を牽引してまいります。

※BPO…ビジネス・プロセス・アウトソーシング

### 健康経営のさらなる進化を目指す―「アルティウスリンク体操」導入の背景

当社は、持続的な企業成長を支える約 56,000 人の従業員が幸せで、活力ある企業であり続けるためには従業員の健康が重要な経営課題と捉え、健康経営を推進しています。ストレスチェックやメンタルヘルス研修、ウォーキングイベント、健康増進セミナーの開催、看護師・保健師による健康相談体制の整備など、多角的な施策を展開。経済産業省と日本健康会議が共同で実施する「健康経営優良法人（大規模法人部門）」に 3 年連続で認定されるなど、健康経営の先進企業として、心身両面から従業員の健康をサポートしています。

さらに、スポーツ庁「スポーツエールカンパニー」認定や、心理的安全性の高い職場づくり、ワーク・ライフ・バランス推進にも注力し、健康を大切にする企業文化の定着を目指しています。

[当社の健康経営についての方針・取り組み詳細はこちら](#)

今回はこれらの取り組みの一環として、オリジナルの「アルティウスリンク体操」を新たに開発・導入し、健康経営のさらなる進化を目指します。

## 短時間・省スペース・どこでもできる健康習慣—アルティウスリンク体操概要と特長

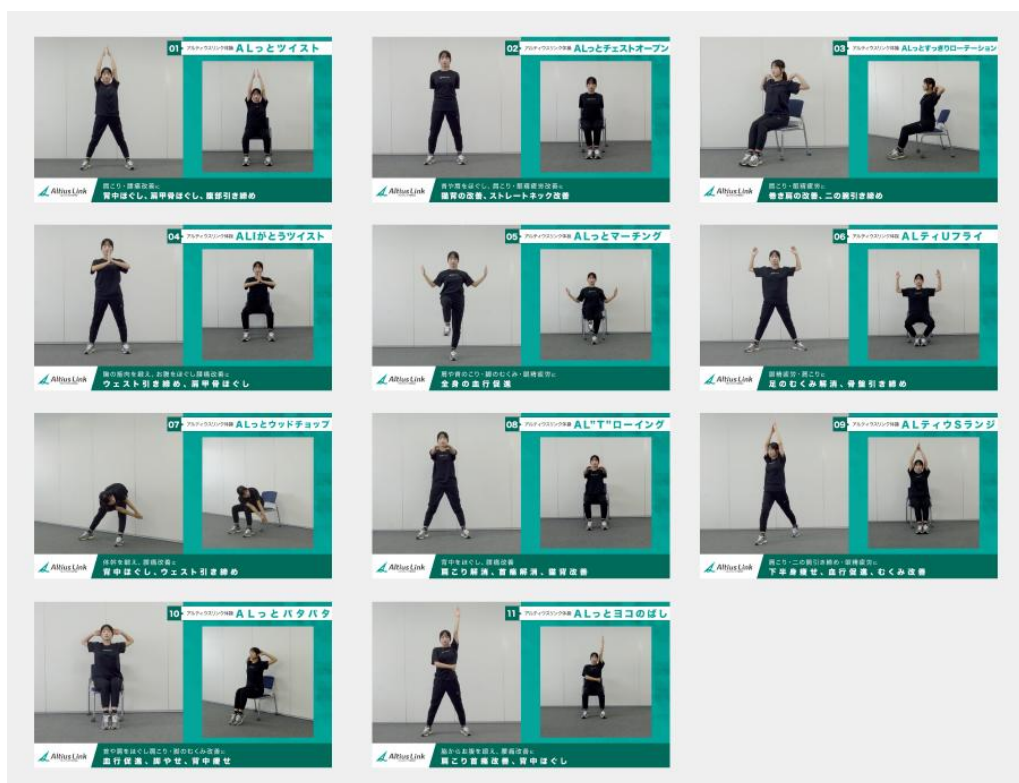
当社においては、長時間の座り作業や画面作業による肩こり・腰痛・眼精疲労など、BPO 業界特有の健康課題が多くみられます。また、生活習慣病リスクやプレゼンティズム（健康問題による欠勤・生産性低下）への具体的な対策も大きな課題となっています。シフト勤務者も多く、不規則な勤務体系の中で運動のためのまとまった時間が取りづらいという実情もあります。また既存の運動施策で課題となっていた「楽しく続けられる」「コミュニケーションを生む」仕掛けも必要とされていました。

このような状況に対して、当社の就業環境や働き方にマッチし、しっかりとした運動効果が期待できる健康施策を検討した結果、専門家である[クルル株式会社](#)と連携し、短時間・省スペース・どこでも実施できるBPO 業界特化型のオリジナル体操「アルティウスリンク体操」の作成・導入に至りました。この取り組みは、業界内でも例の少ない先進的な事例であり、当社ならではの健康経営の新たなモデルとなることを目指しています。

また、当社は2023年に2つの企業が統合して発足した新しい組織であり、オリジナル体操が企業アイデンティティの向上やコミュニケーション機会の創出、エンゲージメント向上にも寄与できると考えています。

### 【アルティウスリンク体操概要】

「アルティウスリンク体操」は、全11種類の動作で構成されており、1セット約2分30秒で実施できます。動作や名称には「A」「L」など社名のイメージを取り入れることで、企業アイデンティティを高めるとともに、従業員が親しみやすく一体感を持って取り組める健康習慣となることを目指しています。また、それぞれの動作については手本となる動画を用意し、YouTubeなどで展開することで、勤務場所を問わず誰でも気軽に体操に取り組める環境を整えました。



### 【特長】

- **専門家との連携による科学的アプローチで効果が期待できる動き**

科学的根拠に基づいた質の高いトレーニングを提供するパーソナルジム「[eviGym](#)」を運営するクルル株式会社と連携して体操を設計。健康課題に的確にアプローチできる、科学的根拠に基づいた動作を採用しています。

クルル株式会社は、米国アスレティックトレーナー協会公認 アスレティックトレーナー(NATA-ATC)でもある小山啓太トレーナーのスポーツ医学・運動科学の知見を活かし、現場ヒアリングや動作設計、効果検証まで一貫して監修。従業員の健康課題に即したプログラムを実現しました。

- **ヨガやピラティスに近いなめらかな動き**

体操の動きは、ヨガやピラティスの要素を取り入れ、なめらかで洗練された動作が特徴です。見た目にも自然で、オフィスでも違和感なく実施できるため、日常の中で無理なく継続しやすい内容となっています。

- **省スペース・着替え不要で現場でも実施しやすい**

立ったままでも座ったままでもできる動作を中心に構成し、場所や服装を選ばず実施が可能です。省スペースで着替えも不要なため、オフィスや在宅勤務など、さまざまな就業環境で気軽に取り組みます。

- **1 種目ずつでも実施可能、隙間時間に取り組める**

1 種目ずつ短時間で実施できる点も大きな特長です。業務の合間や会議前後など、ちょっとした隙間時間を活用して、無理なく健康習慣を取り入れることが可能です。

### 「アルティウスリンク体操」お披露目と体験した従業員の声

「アルティウスリンク体操」の導入にあたり、12月11日に本社の従業員を対象とした体操体験イベントを実施しました。クルル株式会社の小山啓太トレーナーの解説のもと、約60名の従業員が体操を実践しました。



### 【体験した従業員の声】

- 「簡単な動きの体操だったが、体がほぐれた。楽しくできた」
- 「体が温まり血行が良くなった気がする」
- 「体を動かすことでリフレッシュできた」
- 「姿勢の問題まで考えた内容のため、とても良い体操だと感じた」

## 今後の展望

全社導入後は、各種研修、社内運動系サークルの準備運動など、さまざまな機会でアルティウスリンク体操の活用・定着を進め、従業員の健康増進と働きやすい職場づくりをさらに推進します。

当社は今回のオリジナル体操の全社導入を契機に、健康経営のさらなる高度化を目指します。ヘルスリテラシー向上や生活習慣病予防、プレゼンティズム改善など、心身両面からのサポート体制を強化する方針のもと、今後も運動習慣の定着を目指した健康イベントの拡充や、適正飲酒セミナー、女性特有の健康課題に対応したセミナーなど、多様なプログラムを展開予定です。また、働き方やライフステージの多様化に対応した柔軟な健康支援や、メンタルヘルス・食生活・運動習慣の三位一体での取り組みも拡充し、より一層「健康経営優良法人」としての責任を果たしていきます。

従業員一人ひとりがいきいきと働ける職場づくりを通じて、当社のみならず BPO 業界全体の健康意識向上と社会的価値の創出に貢献してまいります。

## アルティウスリンク株式会社 について

アルティウスリンクは、KDDI と三井物産の共同出資会社です。多様な人財とグループのアセットを活かし、コンタクトセンター、バックオフィス、営業支援、IT ソリューションなど、企業活動を支える包括的な BPO サービスをワンストップで提供しています。人による高付加価値なオペレーションに、生成 AI などの先端テクノロジーと高度なデータ活用を掛け合わせることで BX（ビジネストラansフォーメーション）を推進し、企業の競争力強化を支援しています。「そのつながりを、もっとつよく。うつくしく。おもしろく。」をパーパスに掲げ、人と企業、社会のつながりをより豊かにしながらお客様企業とともに価値を創造し、持続可能な社会の発展に貢献してまいります。

所在地 : 〒151-8583 東京都渋谷区代々木 2-2-1 小田急サザンタワー

設立 : 1996 年 5 月（アルティウスリンク発足 2023 年 9 月 1 日）

代表者 : 代表取締役社長 那谷 雅敏

資本金 : 1 億円

事業内容 : コンタクトセンターを中心とした BPO(Business Process Outsourcing)事業

: ①コンタクトセンター事業 ②バックオフィス事業 ③IT ソリューション事業 ④その他関連事業

企業 URL : <https://www.altius-link.com/>

本リリース本文中の製品名および会社名等は、各社の商標または登録商標です。