

2024年12月6日
SOMPOひまわり生命保険株式会社

健康イベント「第2回ひまわり健康デー」の開催

SOMPOひまわり生命保険株式会社（社長：大場 康弘、以下「当社」）は、2024年11月8日に「健康」についてより身近に楽しみながら考える機会の提供として、昨年に引き続き社員とその家族を対象とした健康イベント「ひまわり健康デー」を開催し、約500名が本イベントに参加しました。

1. 背景

当社は、お客さまの健康を応援する「健康応援企業」の確立をビジョンに掲げ、保険本来の機能（Insurance）に健康を応援する機能（Healthcare）を組み合わせた「Insurhealth®（インシュアヘルス）」を、新たな価値として提供しています。

お客さまの健康を応援するためには、その原動力である社員一人ひとりとその家族の健康維持・増進が不可欠であるとの考えのもと、2016年度より「健康経営」を実践しています。その中でも「健康応援企業」の社員として最も重要かつ基礎となるヘルスリテラシーおよび健康意識の向上については特に注力して取り組んでいます。

健康経営の施策の一つとして昨年度から開催している健康イベント「ひまわり健康デー」を本年も内容を充実させて開催しました。

2. 主なイベント内容

当社の健康課題として、生活習慣病のリスクが高まっていること、また従業員アンケート等によりプレゼンティーズムに課題があることが判明したため、「ひまわり健康デー」のテーマを「生活習慣病予防とプレゼンティーズムの予防・解消」と設定し、様々なイベントを開催しました。イベントには全社員が参加できるようオンライン参加も可能としました。

イベント	内容
転倒予防セミナー	転倒災害などの予防につなげられるよう、転倒リスクを高める体力低下の兆候について学ぶとともに、転倒リスクチェックを実施。
「SOMPOひまわり体操」 ※「第2弾」の発表	当社の健康課題を解決することを目的として作成したオリジナル体操の第2弾の発表、実践。 ※動画は当社公式YouTube（ リンク または二次元バーコード）からご確認ください。 

食育セミナー ※テーマ野菜「にんじん」	食生活改善のため、野菜に特化したクイズ形式のセミナー開催およびテーマとして取り上げた野菜を販売。
女性の健康応援セミナー	ストレスやダイエットは女性のホルモンバランスに影響を及ぼすだけでなく将来の健康にも影響することや女性特有の疾患の中には将来の生活習慣病のリスクを高めるものもあることを学び、今だけでなく先のことも考えた女性のヘルスケアについて学習できるセミナーを実施。 またかかりつけ医を持つメリットやプレコンセプションケアについても言及した（男性も参加可能）。
岩崎恭子さんによる健康応援セミナー	バルセロナ五輪（平泳ぎ 200m）金メダリストの岩崎恭子さんによる講演、猫背解消のための健康ストレッチの実践。
健康経営グループ社員によるミニセミナー	卒煙サポートの基礎知識 大切な人が卒煙できるよう、サポートするための基礎的な知識や心得を紹介。
	がん検診セミナー がん予防の重要性を認識してもらうために、ピロリ菌検査・肝炎ウイルス検査の重要性についてセミナーを実施。
健康機器の設置・測定	自身の状態を確認し、行動変容につなげられるよう、野菜摂取量・血管年齢・骨密度・肌年齢などの測定器、体組成計、血圧計などを設置。
健康ポスター応募作品紹介	健康増進（食事・運動）をテーマとしたオリジナルポスターを公募し、応募者から想いや内容について紹介（後日、社員投票でポスター決定）。
私の健康づくり紹介	役職員の健康づくりを紹介する事例集を作成し、ひまわり健康デー会場内で投影。

3. イベントの効果と今後について

昨年度より参加者も倍増し、約 500 名の参加となりました。開催後の社員アンケートでは「健康について考えるよい機会になった」「健康管理の参考になった」などの声があがり、参加した社員の約 9 割の健康意識が向上し、約 5 割が行動変容につながったとの回答が確認できました。

健康についてあらためて考え、行動を変えるきっかけとなるよう今後も「ひまわり健康デー」を開催し、お客さまの健康を応援する「健康応援企業」として、社員一人ひとりとその家族の健康維持・増進のため、健康経営の取組みをさらに強化してまいります。

以上

【参考】「ひまわり健康デー」当日の様子



転倒予防セミナー



SOMPOひまわり体操



食育セミナー



食育セミナー後の新鮮野菜の販売



岩崎恭子さんによる健康応援セミナー



私の健康づくり紹介