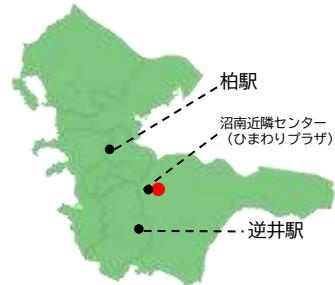


# 有限会社ブライトアップ

職場の雰囲気が  
明るくなりました！

## 会社概要

住所 : 柏市大島田  
従業員数 : 約5名  
認定状況 : **健康経営優良法人ブライト500認定**  
(2022~2024年)  
事業内容 : 東京海上日動火災保険株式会社 代理店  
東京海上日動あんしん生命保険株式会社 代理店



## きっかけ

**社労士**と契約して就業規則・働き方改革対応・パワハラ対策など体制整備をする中で、  
健康経営優良法人認定制度があるとアドバイスを受け、挑戦しました。

## 取組効果

社内アンケートで「働きやすくなった」と意見がありました。**職場の雰囲気**が明るくなり、コミュニケーションがとりやすくなったと思います。また、従業員のモチベーションが上がったこと、講演等の活動から巡り巡って契約に至ったことなどから、**売上げ**が上がりました。今後ますます認定企業は増えていき、認定を受けることが**スタンダード**になっていくのではないでしょうか。



宮内専務取締役

## 取組事例 ① 運動促進



- 朝礼の際に**ラジオ体操**、昼間には**ウォーキング**をしています。
- 休憩室には**バランスボール**と**ヨガマット**を準備しており、自由に使えるようにしています！

## 取組事例 ② 健康情報の閲覧

- コミュニケーションツールを導入し、「睡眠」や「女性の健康」など、健康に関する情報を従業員がみられるようにしています。



### 健康に関する情報

睡眠 女性の健康 歯  
運動 食生活 病気  
お酒・たばこ など

## 取組事例 ③ デスク環境の整備

- 背筋が伸びて姿勢が良くなるイスや、高さを調節できる机を購入し、**体の負担が少なくなる**よう配慮しています。



## 取組事例 ④ イベント実施



- 腸内環境を整えると  
言われている**乳酸菌飲料**を定期的に配布しています。
- 従業員の**誕生日ケーキ**を準備し、皆で祝って  
コミュニケーションを深める場にしています