

健康増進施策

従業員 健康増進施策「元気チャレンジ！」

当社では、従業員の健康維持・増進と、部署を超えたコミュニケーション活性化を目的に、健康増進施策「元気チャレンジ！」を実施しています。

「元気チャレンジ！」は、食事管理アプリを活用し、日々の食事・運動・生活習慣を記録することで、自身の健康状態を“見える化”し、生活リズムを整える取り組みです。さらに、チーム単位で参加することで、互いに声をかけあいながら継続できる仕組みとなっており、自然なコミュニケーション醸成にもつながっています。本施策は、ローソングループ6社合同で実施しており、2025年度で9年目を迎えました。2025年度のアプリ稼働者数は3,620名となり、参加者数は年々拡大しています。

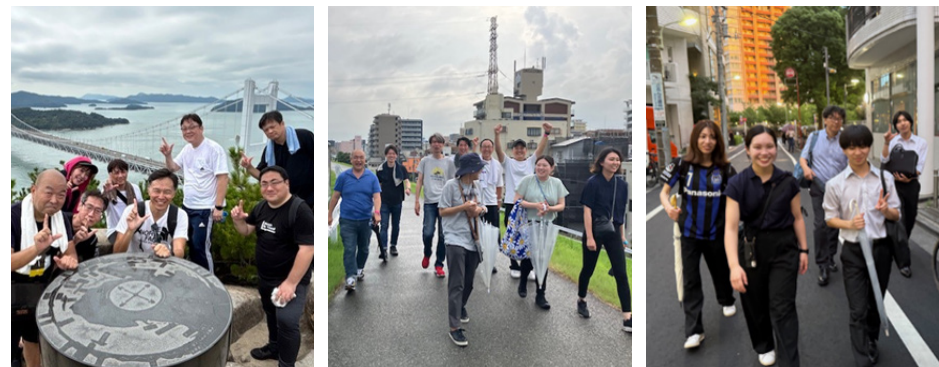
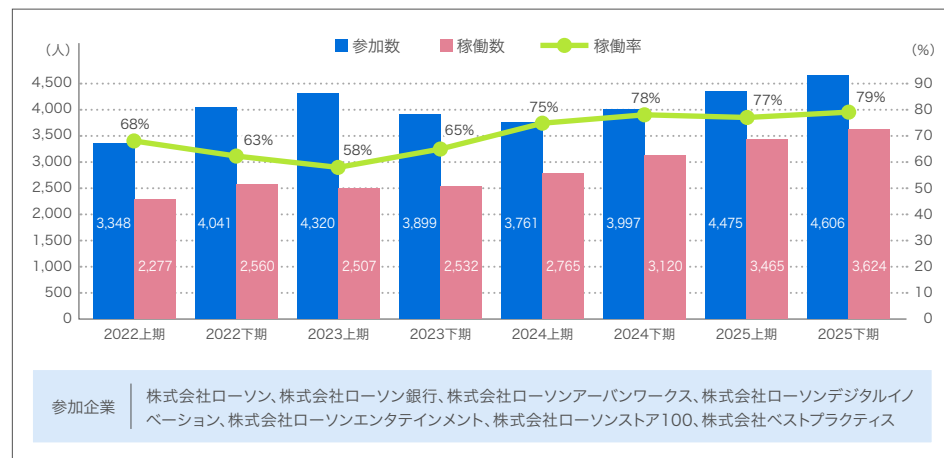
2025年度は新たな取り組みとして、チームのウォーキングを社内コミュニケーションツール「Teams」へ投稿する企画を実施。延べ230名を超える従業員が日々の活動内容を共有し、部署や会社を超えた交流が生まれました。

参加者の約7割近くが高い満足度を維持し、また、2割弱の参加者が「体重減少」や「体調改善」など、身体面での変化を実感しており、健康行動の習慣化にもつながっています。

参加者にはインセンティブとしてPontaポイントを付与しています。加えて、2020年度から継続している任意参加型の「ほっ♪と応援ポイント」では、獲得したポイントをフードバンクや「ローソングループ“マチの幸せ”募金」へ寄付する活動も実施しています。2025年度までの累計寄付額は延べ約53万円となり、健康づくりを通じた社会貢献活動にもつながっています。

今後も、従業員一人ひとりの生活習慣改善と、職場内コミュニケーションの活性化を支援する取り組みを推進してまいります。

■元気チャレンジ！

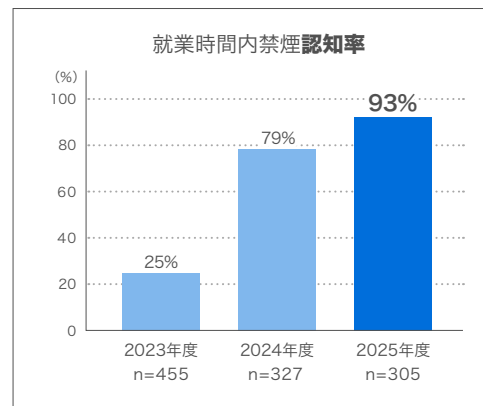


禁煙推進

従業員の健康推進及び受動喫煙防止を目的として経営層とともに従業員の禁煙を応援する組織風土の醸成に取り組んでいます。2025年度は、卒煙された経営層へインタビューを行い、卒煙成功の秘訣と従業員の健康のための禁煙推進についてメッセージを発信しました。2018年度から実施している就業時間内禁煙については、毎年ルールの再周知を行うことで認知率が年々向上しています。引き続き実効性の維持・向上を図ってまいります。

■【社内アンケート】

たばこに関するアンケート調査結果(2023-2025)



ローソン単体(喫煙者)



スポーツ大会

2009年度から「スポーツ大会」を毎年実施しています。2023年度からは、グループ各社も参加しています。

2025年度は全国9ヵ所で運動会を実施し、総勢3,297名が参加しました。運動会では、全社共通種目およびエリア独自種目を組み合わせながら、組織横断型のチームで熱戦を繰り広げました。

休憩時間には、血管測定やカラダチェックを実施し、多くの参加者が体験しました。運動会を通じて自身の体力の変化や健康状態を見つめ直すきっかけとなり、健康意識の向上につながったと考えます。また、部署や世代を超えた交流が促進され、コミュニケーション活性化の機会としても有効でした。



各エリアの集合写真



運動会の様子

FC加盟店オーナー・クルーの健康増進

FC加盟店従業員の健康改善取り組みとして、オーナー・クルーの全国セミナーでは転倒・腰痛予防、姿勢改善といった口コモ予防運動セミナーを開催しています。また、オーナーへの健康維持・増進のため、ウォーキングやエクササイズなどでカラダを動かし、心身の健康増進のきっかけづくりを目的とした健康セミナーで、効果的なストレッチや身体機能チェック方法の紹介をしています。健診受診促進及び健康リテラシー向上のため、引き続きオーナー・クルーの皆さんへの健康増進呼びかけを実施してまいります。



セミナーの様子