

社内に設置したカフェでのバランス朝食と定期的な食育研修

株式会社 金子製作所

所在地:埼玉県さいたま市

従業員数:123 人

設立年:1956 年

業種:製造業(精密部品製造および組立て)

○事例のポイント

- ・ 工業団地内に所在し、近隣に飲食施設がない環境下において、職場に潤いをもたらす“カフェ”を設置し、コーヒーや朝食を提供
- ・ “スマートカフェプロジェクト”として、バランス朝食、健康的な昼食、快適空間、健康情報の提供を実施、産学連携による効果検証を行い、PDCA を実践
- ・ 研修や業務中において、若い世代に正しい食習慣や健康的な食生活に関する知識を会社が積極的に提供

◆取組の背景

社員数が 50 人を超えた時より、健康的な職場を目指し、産業医と二人三脚で、様々な安全衛生活動に取り組んできました。その積重ねが、社員の食習慣改善の基盤となっています。

事業の海外展開に伴い、短時間で高い生産性を上げ私生活も充実する働き方に触れ、「社員の真の幸せの実現」を追求しました。その結果、食生活を通じた健康管理、生活習慣の改善の重要性を再認識し、一連の取組を開始しました。

◆食育活動①バランス朝食の提供

本社内に設置された北欧デザインのカフェにおいて、朝 7:30 から 8:00 の間、朝食が提供され、希望者は 1 食 100 円で食べることができます。

野菜をたっぷり使用したバランスのよい内容で、果物もついています。減塩調味料を使用し、主食は 15 穀米です。

近隣からの漬物のおすそ分けなども提供しており、食事提供を通じた地域とのつながりも大切にしています。

◆食育活動②健康的な仕出し弁当の提供

「美味しくて健康的なランチの開発」を検討していたところ、2019 年 2 月から、評価機関の認証（スマートミール認証）を受けた健康的な仕出し弁当の供給を受けることができました。

弁当代金のうち、一食につき、100 円を会社が負担しています。注文する弁当の食数が少ないため、事業者の理解を得るまでに話し合いが必要でした。



◆食育活動③定期的な食育研修

毎月の業績経営会議の中では、冒頭に大学の協力を得て、健康レクチャーを実施しています。さらに本年度は、新人研修の中で料理カードを用いたバランスのよい食事の選び方（献立づくり）の研修を行いました。



若い世代は、学生時代に食育を受けていますが、社会に出てからは食事について学ぶ機会がありません。毎年新卒者を10名程度採用するなど若い社員の比率が高く、特に若い世代に、正しい食習慣を学ぶ機会を提供することで、食生活の習慣を変えることを目標としています。

社員食堂の卓上カードには、月替わりで、食生活に関するミニ講話を掲示し、情報提供を行っています（例、「何をどのくらい食べたらよいか 食事のセルフチェック」）。

◆食育活動④産学連携によるPDCAサイクルの実現

栄養関係の大学研究室の協力により、採尿による塩分摂取量の測定（開始前、6か月後、1年後）を行い、一連の取組の効果検証を行っています。効果を踏まえて今後の取組を見直すなど、PDCAサイクルの実現を図っています。

◆食育活動⑤スペシャルティコーヒーの提供

認知症予防にはポリフェノールの摂取が有効という知見を得て、ポリフェノール含有率の高い食品である「コーヒー」をカフェで無料提供しています。会社は最寄り駅から離れており、工業団地周辺にも飲食できる場所がないこと、職場に潤いをもたらす効果を期待し、カフェの設置を決めました。2018年3月から「健幸企業大作戦」として、コーヒーの無料提供を開始。「一流のものづくり」には「一流のものを」という考えから、スペシャルティコーヒーのみを使用しています。



◆推進体制

取組は、役員のリーダーシップのもと総務課が推進しています。産業医や栄養関係の大学研究と積極的に連携を図りながら、取組を進めています。

◆職場や社員の变化

社員同士で塩分摂取量の結果について話すなど、自身の健康について興味を持つ社員が増えました。食堂の卓上カードが変わると、昼食時の話題になっています。

過去10年間朝食を食べていなかった若い男性、一人暮らしの若い女性が、カフェで朝食を食べています。カップ麺で食事を済ませていた社員が、バランスの良い朝食や昼食を摂るようになった結果、夕飯の量が減るなど、食生活に変化がみられています。