

バンダイナムコアミューズメント堺亮介選手、 テレワークに有効なセルフケアを指導 在宅勤務社員に向けたオンラインセミナーを開催しました

株式会社バンダイナムコアミューズメント(本社:東京都港区/社長:萩原仁)は、社員に向けたオンラインセミナー「自宅・職場でできる簡単セルフケアトレーニング」を2月17日(水)に実施しました。バンダイナムコアミューズメント本社勤務者の在宅勤務率は79.3%(2021年1月現在)となっており、テレワーク下の社員の健康維持や生産性向上のため、本セミナーを開催しました。



講師として、2020年4月にトップアスリート採用で入社し、現在は経営企画部に所属するトランポリン競技の堺亮介選手と、健康推進室の音喜多保健師が指導を行いました。セミナーの前半は音喜多保健師から在宅勤務における日常での健康管理について、起こりやすい健康課題やその具体的な解決手段のレクチャーがあり、後半は堺選手より、在宅勤務で負担のかかりやすい首・腰・下半身などをほぐすための、自宅や職場で簡単にできるストレッチを、実際に体を動かしながらレクチャーしました。

セミナー実施後の社員アンケートでは満足度100%^{※1}を獲得、社員からは「一方的なレクチャーではなく、堺選手への質問など双方向で進行し、充実したセミナーになった」「社内保健師による在宅勤務時の健康管理の注意点と、所属選手によるストレッチへの流れが分かりやすく、実践して自分の身体と向き合えて有意義だった」など、多数のコメントが寄せられました。当日参加できなかった社員に向けても動画配信を行い、広く社員の健康に役立てていきます。

バンダイナムコアミューズメントは、今後も選手と社員の交流機会を設けるなど、アスリート社員の活躍の場をさまざまな形で広げていきます。

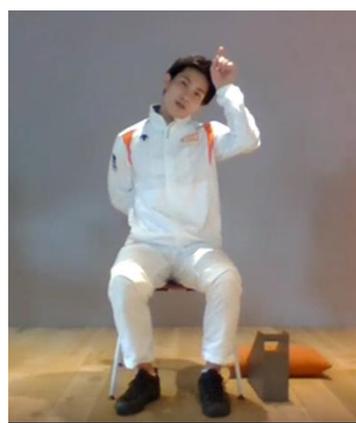
【詳細は次ページをご覧ください】

※1「大変良かった」「よかった」「あまりよくなかった」「よくなかった」の4項目中「大変よかった」68.8%「よかった」31.2%の合計の割合。

※ニュースリリースの情報は、発表日現在のものです。発表後予告なしに内容が変更されることがあります。あらかじめご了承ください。



▲配信部隊は本社でソーシャルディスタンスをとって実施



▲オンラインで全国勤務の社員とつながりながらレクチャー



【堺 亮介選手のコメント】

今回のオンラインセミナーでは、在宅勤務などで長時間同じ体勢を続けた際に特に疲労が蓄積しやすい、首・腰の凝りや下半身の血流をよくするストレッチを行いました。レクチャーした5つのストレッチはごく簡単な物でしたが、ストレッチというものは毎日継続することが大切です。疲労が蓄積するとどんどん凝り固まってしまうので、毎日自宅でも職場でも簡単にできるというところを重視して選びました。

私自身も長時間の移動の際などに取り入れているもので、ちょっとした体の動きや向きに気を付けるだけで同じストレッチでも効果が変わってくるため、ワンポイントアドバイスを加えながらレクチャーしました。日々の健康管理に役立てばと思います。

これからもアスリートとして、健康面からも会社を元気にしていきたいです。



堺 亮介
2020年入社。
トランポリン選手。
東京五輪金メダル獲得を目指し日々練習中。
趣味はゲーム。

【人事部担当者からのコメント】

バンダイナムコアミューズメントでは積極的に新しい働き方を取り入れており、在宅勤務もその一つですが、従業員の健康管理やコミュニケーション不足などが課題となっていました。そこで、心身の健康に関する啓蒙と相談窓口の周知、また、社内のコミュニケーションツールとしても活用できる取り組みとして、本セミナーを企画いたしました。

当日は、運動不足に悩む方や、立ち仕事の多い店舗勤務の方など、様々な従業員が参加し、簡単な動きで効果のあるストレッチを体感しました。参加者からは、これなら続けられそう、と定期開催を望む声も寄せられています。

今後も、在宅勤務をはじめ、働く環境は日々変化していくと思いますので、エンターテインメント企業ならではの新しい働き方サポートを行っていきたいと考えています。



橋富 あかね
人事部所属。一児の母として仕事と家庭の両立を楽しむ。

※ニュースリリースの情報は発表日現在のものです。発表後予告なしに内容が変更されることがあります。あらかじめご了承ください。