

【2025】評価・追加・要改善項目(2025.10.1)

【対象期間: 2024/10/1～2025/9/30】

■有休取得率と1人あたりの残業時間について

＜昨年の課題と結果＞

新事業準備に伴い、1人あたりの業務量が著しく増加、平均残業時間増、有給消化率も低下したため、2024年8月より電話の受付時間を15時までにして2時間短縮しました。
その結果、下記表のとおり有給取得率は変化なかったものの、1人あたりの平均残業時間を減らすことができました。

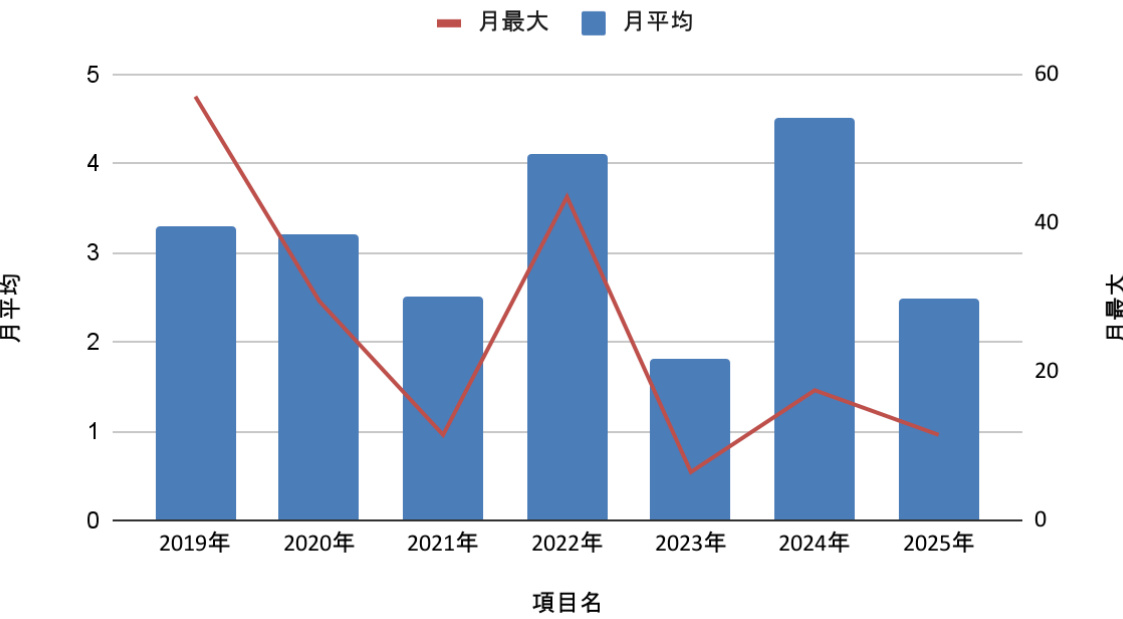
＜有給取得率＞

	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	2024年	2025年
平均取得率	78%	84%	100%	111%	121%	90%	90%
最低取得率	33%	35%	69%	75%	54%	39%	41%

＜1人あたり平均残業時間＞

	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年	2024年	2025年
月平均	3.29時間	3.20時間	2.50時間	4.1時間	1.8時間	4.5時間	2.49時間
月最大	57時間	29.5時間	11.5時間	43.5時間	6.5時間	17.5時間	11.5時間

残業時間(月平均と月最大)



■昨年の課題

社内アンケート結果により、週1回以上運動できている人は約22%、全く運動しておらず「運動不足」を感じている人が66.7%と高く、運動意欲はあるがなかなか取り組めないという意見がありました。

<取組内容と結果>

■課題と対策

健康に関するアンケート結果により、運動不足を感じていたり、デスクワークによる肩こりや腰痛が多く、会社で運動する時間を設けて取り組みたいという意見が多かったため、朝ミーティング後に全員でラジオ体操をしました。

また、長岡市の無料講座「カラダを見える化」を受講し、体組成測定や血管年齢測定、骨密度測定をしていただき、自分の体の状態を把握する機会を設けました。

■目標

全く運動しておらず、運動不足を感じている人の割合を現状値66.7%→40%に減らす。
ラジオ体操をきっかけに運動習慣に繋げる。

■結果

2024.9.29実施の社内アンケートの結果、全く運動していない人の割合は36.4%に減少しました！

運動習慣の回答で週1回以上運動している人(ラジオ体操を除く)の割合が昨年22%のところ、今年は45.5%に上昇、運動を全くしていないという人は昨年の半数に減りました。

社外のウォーキングイベントに参加したり、今年からジム手当(月額5千円)の適用範囲を拡大し、ジム以外の運動を行う習い事にも利用できるよう制度を改善したことで、プライベートでも運動する機会が増えたようです。

ラジオ体操も「効果を感じる」と回答した人が70%で、「どちらでもいい」を含む「続けたい」と回答した人が100%だったので、引き続き毎朝続けたいと思います。

<次回の課題と目標>

■課題

社員の肩こりに関する悩みが依然として多く寄せられている。長時間のデスクワークや同じ姿勢での業務が主な原因となり、生産性や集中力の低下を引き起こしていることが懸念される。

■目標

1. 従業員の運動習慣を促進し、肩こりなど業務中の身体的負担を軽減することで、集中力や生産性の低下を防止する。
2. 運動習慣が定着しつつある従業員をサポートし、さらに継続・向上を目指す。

■対策

1. 朝に加え、午後にも「ラジオ体操」または「肩こり解消ストレッチ」を導入。
2. 毎月1回、社内で受けられるマッサージ補助を継続(※2024年2月より導入済)。
3. ジム手当の拡充継続(運動関連の習い事にも利用可能(※2025年5月より導入済))。

4. 外部健康関連イベントの周知

■評価方法

半期に1度(3月と9月)全社員を対象にアンケートを実施。

「運動習慣の有無」「肩こりの改善状況」「仕事への集中度や快適さの向上」などを定量的に評価する。

■数値目標・指標

運動習慣に関する項目で「週1日以上運動している」と回答した社員の割合を70%以上

肩こりが改善したと答える社員の割合を50%以上

業務中の集中力が「改善された」と感じる社員を70%以上