

## 窓辺

なかの  
中野 ヤスコ  
「健康経営」が  
もたらす未来

従業員の健康増進を図る「健康経営」が、会社の収益力向上につながるという考え方が徐々に広まっています。これからの時代、若手から働き盛りはもちろん、育児と介護が重なる世代や高齢者など、男女を問わず多様な従業員の健康を保つことが、会社経営上で重要になってきます。

健康経営の考え方は米国発祥で、日本では2014年に経済産業省が成長戦略の重要施策に掲げ、静岡県でも「健康経営プロジェクト」が始まっています。20年度には私がお手伝い

をした企業が2社、健康づくり活動に関する知事褒賞を受けました。健康的な食生活リズムや減塩方法、食品表示の見方など、従業員の構成から抱える課題について講話を行い、合わせて当店作成の健康弁当を提供しました。「家でも作ってみたい」との要望も多く、レシピも伝え、楽しくおいしく健康を学ぶというスタイルでサポートしています。食事を「食べる教材」として提供し、セミナーやイベントが実施できるというのがわが社の強み。藤枝駅近くで営む実店舗「くるみ

キッチンプラス+」を維持することにこだわってきました。オープンして10年間、次々と降りかかる困難に、何度もあるきりめそうになりましたが、スタッフの助けと藤枝商工会議所の指導、お客さまの支えで何とか続けています。

新型コロナウイルス禍も相まり、ICTの急速な進化で生活様式と働き方が変化し、食への考え方も大きく変わろうとしています。今後も食を通じて相手に寄り添って「健康なまちづくり」に貢献し、地域密着のビジネスモデルをさらに広げていきます。3カ月間、多くの方に読んでいただき、本当にありがとうございました。

(公認スポーツ栄養士)