

健康経営宣言 (2018. 7. 27 制定)



百十四銀行は、お客さま・地域社会との共存共栄をめざし、地域社会に貢献していくためには、働く従業員とその家族が心身ともに健康であることが重要であると考えます。
従業員一人ひとりの健康意識の向上に努めるとともに、健康で活気ある企業風土と職場づくりに取り組んでまいります。

<チャレンジ項目>

- ・ 定期健康診断および人間ドック受検率100% & 重症化の予防（再検査・精密検査の受診）
- ・ 適度な運動習慣（健康チャレンジ参加、オンラインフィットネスの活用）
- ・ 食生活の改善（朝食を食べる、暴飲暴食禁止）
- ・ ストレスチェック活用(セルフケア)
- ・ ひとりでくよくよ悩まない(相談窓口利用、職場のラインケア、ポジティブシンキング)
- ・ 時間外業務の削減、休暇制度の活用促進(趣味、心身のリフレッシュ)
- ・ 禁煙（望まない受動喫煙防止、マナーからルールへ、毎月22日は禁煙デー）

<私のチャレンジ>

ひとつでも自分のチャレンジ項目を決め、まずスタートしましょう