

人 チーム 制度



チームスポーツで運動不足を解消!
(株)エイト日本技術開発
EJEC東京運動部

今回紹介するのは、(株)エイト日本技術開発の東京事業所でH29年6月に立ち上げた「EJEC東京運動部」です。

運動部の発起人であり、幹事として取りまとめ役の藤原さんにお話を伺いました。

運動部立ち上げのきっかけを教えてください。

運動部と言っていますが、会社公認というわけではなく有志のメンバーで身体を動かしているプライベートな活動です。

私自身、社会人になってから運動(中でもチーム競技)をする機会が少なく、同僚とも「運動をしたい」と常々話をしていたところ、偶然会社近くに公共のスポーツ施設があり、その施設を利用するために団体登録することのメリットが大きかったことも後押しして、同僚たちに声をかけてやってみようという発信がスタートしました。

これまでの活動内容はどのようなものでしょうか?

これまでに計10回活動しました。毎回男女関係なく10人程度、多い時は15人程が集まってフットサルを中心に様々な球技を行いました。今後も1~2回/月程度のペースで活動できればと考えています。

参加者からの反響はありますか?

立ち上げからまもなく1年経ちますが、今の所は好評だと思っています。どの競技でもミニゲームの形式をとっていますが、初心者でもその競技が楽しくなってくるとともにもっと上手になりたくて、「練習したい」という声をよく聞きます。

私自身、心身ともに健康になって適度な運動の重要性とその機会があることへのありがたさを感じていますし、普段は交流のない人とチームプレーで汗を流すことで自然と会話が生まれ、その後のコミュニケーションもスムーズになったように感じます。

プロフィール

氏名 : 藤原 寛和 (27歳)
 所属 : 防災保全事業部 東京支社
 勤続年数 : 6年目
 趣味 : スポーツ観戦、球技全般(主にサッカー、フットサル)、飲みに行くこと

これまでの活動内容

【屋外】フットサル : 5回
 (ほかに、天候不良等による中止 : 4回)
 【体育館】バスケットボール : 3回
 バレーボール : 2回

活動するために、苦労している点はありますか?

私自身楽しんで活動していますが、やはり、運営に関する苦労は多々あります。

ゆるーい活動を目指しつつも、限られた機会の短い時間の中でチームプレーを楽しむことはメンバーに一定の協力を得る必要があります。現状の課題は、屋外競技は天候により中止になることや、平日(夜)は参加者不足のため土日中心の活動になってしまう傾向があり会社近くの施設であるメリットを生かしきれないことなど、「会を成立させるための人数」や「収支」を心配することのない安定した参加者母数を確保することです。メンバーなら誰でも施設を予約して活動できる環境を作ったので、幹事を持ち回り制にする等もっとオープンな活動になればさらに盛り上がると思います。



体育館の回 初心者も楽しんでいます

会社や建コン協会に希望する制度はありますか?

最近話題の『健康経営』(※文末にちょこっと解説)のために、というところは大げさかもしれませんが、積極的に活動を応援していただけると幸いです。

特に会社には社内の部活動として運営をサポートしていただきたいと考えています。また、建コン協会関東支部には現在も数種類の競技の大会がありますが、多くの技術者の運動不足解消を目的に、建コン業界全体を盛り上げるため本ニュースレターのように各社の活動を発信していただけたら嬉しいです。

最後にひとこと、どうぞ。

建コン業界全体として、長時間労働のために運動不足を感じられている方は多いと思います。私たちと同じようにゆるーく身体を動かすところから始めてみませんか?

運動部として今後は、外部の大会への参加や、他社のチームと練習試合がしてみたいです。どこかのチーム様、お相手していただけませんか? (笑)

※ちょこっと解説※

健康経営とは、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することです。従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらす、結果的に業績向上や株価向上につながると期待されます。(経済産業省HPより引用)

