

全法連事務局 御中

(mail@zenkokuhojinkai.or.jp)

2. 法人会版健康経営宣言書「青年部会」用

(2025年1月10日現在)

単位会名（所属県連名）	（公社）仙台中法人会法人会		（宮城県連県連）	
部会長 氏名	浅野 公隆			
部会長 携帯番号	[REDACTED]			
部会長 メールアドレス	[REDACTED]			
単 位 会 情 報	事務局所在地	〒980-0811 宮城県仙台市青葉区一番町2-3-22 仙台ビルディング6階		
	担当者(事務局員)名	石山 珠里		
	TEL	FAX	022-263-0152	022-261-0488
	メールアドレス	ishiyama@hojin-kai.jp		
	部会員数	94 名		

健康づくりの取組目標・取組内容

健康経営宣言 (目標)	<ul style="list-style-type: none">・研修会や租税教室等の活動を通じて理解力を深め社会的価値を高めること・会員間のコミュニケーション促進のため交流イベントを企画実行して結束を高めること・心身共に健康で仕事や社会貢献活動に取りくむことができるよう、会員一人ひとりが健康の増進に努めること。
実施している活動を 該当するカテゴリー に記載ください。	<p>① フィジカル（身体的）部門…運動や身体的な改善内容等</p> <p>スポーツ交流会（チャリティゴルフ大会、親睦ボウリング大会）、健康セミナー</p> <p>② メンタル（精神的）部門…社員のメンタルヘルス対策や職場環境改善等</p> <p>健康経営研修会、家族会、定例懇親会（忘新年会）</p> <p>③ ソーシャル（社会的）部門…地域貢献活動やボランティア活動等</p> <p>小学生を対象とした租税教室及び職業紹介学習、エコキャップ回収会、エコキャップアート、公園清掃活動、SDGs研修会、環境授業、事業・懇親会時のフードロス、大学連携による学習、チャリティ活動</p>

(下記の該当項目にチェックを入れてください。)

全法連ホームページ及び内部資料に単位会名を掲載することを承諾します。

上記のとおり申し込みます。

2025年1月10日

単位会名：（公社）仙台中法人会

(押印は不要です。)

部会長名： 浅野 公隆

企業名	仙台中
申請者名	猪股 靖紀
(申請者名) カナ	イノマタ ヤスノリ
申請者の役職名	副部長
カテゴリー	3
活動のタイトル	エコキャップ回収運動でココロもカラダもスイッチ
活動期間の始期 (年月日)	2023/7/1
活動期間の終期 (年月日)	2024/6/30
参加人数	0
活動内容について	<p>当青年部会では、ペットボトルのキャップを分別回収し、地球の資源や環境に対する意識付けを図るとともに、再資源化業者への売却代金を寄付し、病気で苦しんでいる年間 150 万人ともいわれる世界の子どもたちにワクチンを贈る「エコキャップ回収運動」を行っております。また、「環境」と「貧困」2つの世界規模の問題を、身近なエコキャップを使って子どもたちと共生しているのが、小学校への出前授業「環境授業」です。日頃からエコキャップ回収運動にご協力いただいている小学校へ出向き、日々の小さなエコ活動が地球規模の環境改善に繋がっていること、また、命を守る援助に繋がっていることを、スライドやオリジナルの寸劇を用いて子どもたちに分かりやすく伝えております。</p>
アピールポイント	<p>生活に身近なペットボトルのキャップの分別回収を行う「エコキャップ回収運動」では、会員企業や協力団体に働きかけ、定期的に青年部会員が公園に集まり回収会を行っています。15年に渡って継続しているエコキャップ回収運動は、幅広く認知され、企業・団体約170団体、学校数約30校の協力を得ております。エコキャップ回収運動を開始した翌年から始めた環境授業の実施回数はこれまで22回を数えます。</p>
活動の成果	<p>ペットボトルキャップは年間平均約200万個(50,000kg)を回収しています。二酸化炭素(CO2)削減量でいうと15,873kgになり、杉の木が一年に吸収するCO2に換算すると約1,134本に相当します。また、ワクチンは1,250名分になります。</p>
財政健全化への貢献度	<p>参加する部会員は、社会貢献で得られる幸福感はもちろん、青年部会の仲間たちやOB・OGの皆さまとも交流を図りながら外でカラダを動かしながら活動できるので身体的にも健康に繋がっています。</p>
部会員企業への浸透度	<p>本事業への参加率は高く、部会員企業はもとより、取引先や近隣企業へと拡がりを見せている。</p>

ココロもカラダもスイッチ

『ペットボトルエコキャップ回収運動』小学校への
『環境授業』、地域への社会貢献活動が健康増進活動に

公益社団法人 仙台中法人会青年部会

社会貢献への活動が
ココロもカラダも
健康に変わる！

当青年部会では、地域への社会貢献活動を通して
青年部会員の健康増進に寄与しています。

小学校での『環境授業』が健康にスイッチ



地域の小学校と連携して行う「環境授業」では、子どもたちに資源の循環や環境保全への意識付けを図っています。講師を務める当青年部会員は、子どもたちと交流を図りながら環境を守る大切さを伝え、地域社会の一員としてに寄与することで、自身の心の健康も育んでいます。

エコキャップ回収運動が健康にスイッチ



生活に身近なペットボトルのキャップの分別回収を行う「エコキャップ回収運動」では、会員企業や協力団体に働きかけ、定期的に青年部会員が公園に集まり回収会を行っています。資源循環型社会への啓蒙や世界中の子どもたちにワクチンを寄付するこの活動は、大人だけではなく子どもたちや周辺地域の住民からも、気軽に参加できる社会貢献活動として好評で年々回収量も増加傾向。参加する部会員は、社会貢献で得られる幸福感はもちろん、青年部会の仲間たちやOB・OGの皆さまとも交流を図りながら外でカラダを動かしながら活動できるので身体的にも健康に繋がっています。

ココロが『健康』にスイッチ

部会員が「環境授業」や「エコキャップ回収運動」といった社会貢献活動が「心（精神）」を養い健康にスイッチ！

ストレス軽減



仲間たちや他者との
ポジティブな交流が
増え、ストレス抑制！

幸福感



社会や誰かののため
にすることで、自己肯
定感を高め幸福感を
得られる！

うつ症状の軽減



社会貢献活動に参加
することで、うつ病や
不安が抑制・軽減され
る！

カラダも『健康』にスイッチ

「心（精神的）」の健康が、積極的な活動や交流をもたらし、外で体を動かしながら活動することで運動不足の解消にも繋がる！

心血管系の健康



ストレスの軽減やポジティブな感情の増加が、心血管系の健康を促進。

長寿



人生100年時代！心と体が健康になると、長寿傾向に。

認知機能の向上



活動を通じて、部会員との交流が脳の刺激となり、認知機能の低下を防ぐ。

繋がる！広がる！フィードバック！

現役青年部会員だけでなく、OB・OGとも積極的交流を図ることができるので帰属意識も高まります。ここで得た経験を所属する企業に持ち帰りフィードバックすることで活動の輪も広がります。

帰属意識の向上



部会員だけでなく
OB・OGも協力的で
さらに交流も図れる。

会員企業の増強



社会貢献活動を行う団
体として、OB・OGが青
年部会員を紹介してくれ
ることも。

フィードバック



身近でできる社会貢献
として自社に持ち帰り活
動をフィードバックし、
働く仲間も健康に。

青年部会員

精神的健康

身体的健康

交流

『エコキャップ運動』
小学校への『環境授業』

自社へのフィードバック

社会貢献への参加が
ココロもカラダも
健康にスイッチする

OB・OG

地域社会

吉村アドバイザーフィードバックシート

吉村健佑氏：精神保健指定医・労働衛生コンサルタント・公認心理師・
千葉大学医学部附属病院 特任教授・産業医・
全法連青連協健康経営プロジェクトアドバイザー

対象：ファイナリスト単位会・部会員企業

【単位会】

(局連・県連)	良かった点・評価できるポイント	今後の取り組みに向けてのアドバイス
仙台中法人会 (仙台・宮城)	・エコキャップ回収運動と小学校での「環境授業」の活動は幅広い活動で、網羅的であると思います。特にエコキャップ回収運動は歴史があるようで、地域を巻き込んだ活動となっている点が評価できるポイントかと思います。	・例えばエコキャップ回収運動の前後において、参加者に対して「うつ・不安」の改善などについて効果測定をするのはいかがでしょうか。 ・「うつ・不安」以外にも、活動を通じて運動習慣がついたかなど、アンケートを実施した上で測定を行い、効果の「見える化」ができると、なお良いと思います。 ※「うつ・不安」の効果測定には「K6 質問票」といったものを活用されてもよいかもしれません。遷移先7ページ目をご参考ください。 https://mhlw-grants.niph.go.jp/system/files/2018/182091/201817024A_upload/201817024A0012.pdf