

## 健康経営学び合い トライアル活動紹介 - 2

働き方／健康をテーマに心理的安全性・生産性向上につなげる「健康経営学び合い トライアル活動」を実践しているコーポレートデザインチームの事例をご紹介します。コーポレートデザインチームは社内各部署との打ち合わせが多く、オンライン会議の頻度が多い働き方をしています。

### 工夫の積み重ねでチームとしてレベルアップ！！

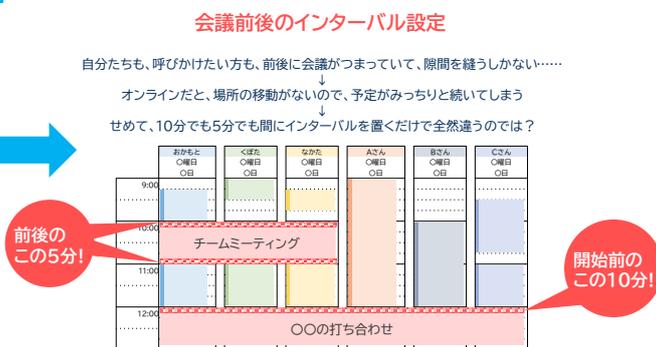
#### 1. 健康経営に関する取り組みのきっかけ

衛生委員に選出されたメンバーが、「さらにイキイキと仕事に取り組めるよう動きをつくりたい！」と考えました。チームが進化する中での課題と健康経営学び合いトライアル活動をリンクさせて活動計画を立案しました。

#### 2. チームとして最大成果を出すための取り組み

コーポレートデザインチームでは、「心身の健康」「生産性向上」「心理的安全性」の3項目それぞれの目指したい状態をイメージし、打ち合わせの場が最良コンディションで最大成果を生める場になるよう、活動を計画しました。

コーポレートデザインチーム「健康経営学び合い活動 トライアル」 活動計画		
目指したい状態、到達イメージ	活動の目的	計画内容
<ul style="list-style-type: none"> <li>■健康                     <ul style="list-style-type: none"> <li>・心身の健康にプラスの要素を！</li> </ul> </li> <li>■生産性向上                     <ul style="list-style-type: none"> <li>・時間と目的を意識した会議の実践</li> <li>・会議の企画、立案、進行スキル向上</li> </ul> </li> <li>■心理的安全性                     <ul style="list-style-type: none"> <li>・チームとしてのつながりをより感じられる</li> </ul> </li> </ul>	打ち合わせを、最良コンディションで、最大成果を生める場にする！	<ul style="list-style-type: none"> <li>■会議と会議の間はバッファを設ける                     <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒頭の切り替え、小休止</li> </ul> </li> <li>■目的と時間、内容を意識した会議に                     <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒アウトプット（ゴール）とアジェンダを明記</li> <li>⇒ゴールとアジェンダから意図した時間設定</li> </ul> </li> <li>■発言者の心理的安全性の向上を図る                     <ul style="list-style-type: none"> <li>⇒可能な限り、オンライン会議はカメラオンで参加</li> <li>⇒月に1回は、リアルでのチームMTGを設定</li> </ul> </li> </ul>



#### 3. 健康経営学び合い トライアル活動を通しての変化

トライアル活動を実践することで、メンタル面の健康・フィジカル面の健康がうまくつながり、チームとしてのレベルアップを実感しています。

#### 取り組みからの変化

