

コロナ禍でもコミュニケーションを促進 アスリート社員によるリモートワークアウトを実施

NOK株式会社(本社:港区三田 3-13-12 三田 MTビル、以下「NOK」)は、10月7日、従業員を対象とした、アスリート社員によるワークアウトを実施しました。本社および全9カ所の国内事業場の従業員を繋ぎ、合計約70人が参加。ビデオ通話アプリを活用し、約40分のワークアウトで体を動かしました。



リモートワークアウト企画内容

NOKではスポーツをすることで心身が整えられて健康になり、健康であることは、事業活動の継続と一体のものであると考えています。また、スポーツを通じて社会に貢献したいという強い思いから、2019年にはアスリート社員として、競泳・平泳ぎの大久保琳太郎選手と、競泳・バタフライの平山友貴奈選手を採用。今回は運動不足の解消および、無観客試合が続くアスリート社員とのコミュニケーション機会の創出を目的に企画をしました。

リモートワークアウトの内容は日ごろスポーツをしない人でも動きやすい難易度にし、各事業場の健康管理担当部門にも協力してもらうことで、幅広い世代の社員が参加。終了後のアンケートでは、「場所は離れていても、一体になってできている感じがして良かった」「普段の業務では関わることのない方との交流の機会になって良かった」「アスリート社員がオリンピックを目指している」と聞き、社員として応援する意識が強くなった」という声が上がりました。また講師を務めたアスリート社員の1人、平山選手も、「たくさんの方に参加してもらえたのが嬉しかった。今後は運動強度を変えたり、HIITトレーニングをしたりするなど、別の内容を一緒にできれば盛り上がるのではないかと今後の展開に期待を寄せました。



今後の取り組み

事業におけるリスクや機会を特定するためには、コミュニケーションが不可欠です。今後もこのような取り組みを継続的に実施し、スポーツ活動の促進を通じて、健康の保持・増進とコミュニケーションの活性化に努めていきたいと考えています。

本件リリースに関するお問い合わせ

NOK 株式会社 広報部 msk1222@nok.co.jp

当日の様子 (Youtube)

<https://youtu.be/Gw5E73hdBfI>

NOK 株式会社 概要

事業内容：シール製品・工業用機能部品・油空圧機器・プラント機器・原子力機器・合成化学製品・エレクトロニクス製品・その他の製造・仕入・輸入・販売ならびに機械器具設置工事等上記に付帯する業務

