

経済産業省「健康経営優良法人 2024」の認定を取得

認定日：2024年3月11日（月）

秋田キャッスルホテル（秋田県秋田市中通、代表取締役社長 岸本洋喜）は、2024年3月11日（月）に、経済産業省より優良な健康経営に取り組む法人として「健康経営優良法人 2024（大規模法人部門）」に認定されましたのでお知らせいたします。



秋田キャッスルホテルでは、SDGs 推進活動の重点課題の一つに「健康・福祉への貢献」を掲げており、健康経営を通じた従業員の活力向上や生産性の向上を目指しております。2022年12月には健康経営推進のための社内プロジェクトチームを発足し、これまで以上に取り組みを強化してまいりました。健康経営優良法人の申請は今回初めて行い、このたびの認定となりました。

秋田キャッスルホテルはこれからも、健康経営に取り組むことで従業員が生き生きと活躍できる企業を目指すと共に、お客様へより良いサービス提供として還元できるよう努めてまいります。

■ 秋田キャッスルホテルの健康宣言

秋田キャッスルホテルは、秋田を代表するホテルであることを誇りに持ち、地域の皆様と共に成長する企業を目指しております。お客様にご満足いただくためには、スタッフの心身の健康が満足いくものでなければならないと考えます。健康づくり支援を積極的に行い、一人ひとりが感謝の心と誠実さを大切にし、笑顔を決やすことなく活躍できる職場環境づくりに努めることを宣言します。

【秋田キャッスルホテル健康経営ウェブサイト】 <https://www.castle-hotel.jp/news/news-72737/>

■ 秋田キャッスルホテルの健康経営 取り組み一例

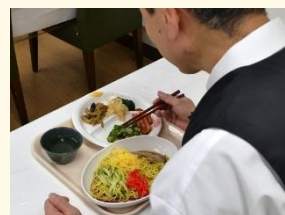
▶ 管理栄養士監修「野菜プラス週間」で食生活改善を实践

約40人の栄養士・管理栄養士が在籍する当ホテルの強みを活かし、従業員食堂にて野菜摂取を働きかける「野菜プラス週間」を実施。管理栄養士が監修した野菜を使った副菜メニューを調理スタッフと協力して提供し、従業員に食生活改善を实践してもらいました。



◀これまで提供したメニューは、小松菜のお浸し、オクラの梅肉和え、茄子の味噌炒め、蒸し茄子、ブロッコリーのツナサラダ、キャベツの塩昆布和え、ラタトゥイユ、南瓜煮、ほうれん草の白和え、もやしとニラの炒め物など多岐に渡ります。

▶旬の食材を意識したメニューはバリエーション豊かで、楽しみながら野菜を摂取できると従業員からも好評。



▼カロリーや栄養価が分かるPOPをつけて興味喚起を図りました。

<p>茄子の味噌炒め</p> <p>●エネルギー：小鉢一杯80g 140kcal</p> <p>●メイン食材：なす</p> <p>○アントシアニン：血管性障害の働きを抑制し、ガン予防のほか血管をきれいにし、動脈硬化や高血圧予防の効果がある。</p> 	<p>オクラの梅肉和え</p> <p>●エネルギー：小鉢一杯35g 19kcal</p> <p>●メイン食材：オクラ</p> <p>○ペクチン：血中コレステロールを低下し、血圧を下げる効果がある。</p> <p>○ムチン：腸管粘膜の保護、たんぱく質の消化促進、整腸といった働きがある。</p> 	<p>モロヘイヤのお浸し</p> <p>●エネルギー：小鉢一杯40g 12kcal</p> <p>●メイン食材：モロヘイヤ</p> <p>○ムチン：ぬめり成分。胃腸や目などの粘膜を保護し、肝機能を高める働きがある。</p> <p>※カロテン、カルシウム、ビタミンB群、C、Eも豊富。</p> 	<p>キャバツの塩昆布和え</p> <p>●エネルギー：小鉢一杯50g 15kcal</p> <p>●メイン食材：キャバツ</p> <p>○ビタミンU：胃腸の分泌を抑え粘液の分泌を助ける。水溶性で熱に強いため、生食がおすすめ。</p> 
<p>小松菜のお浸し</p> <p>●エネルギー：小鉢一杯40g 7kcal</p> <p>●メイン食材：小松菜</p> <p>○カロテン：動脈硬化やガンなどの生活習慣病予防に。</p> <p>○ビタミンC：風邪予防や美容効果に。</p> <p>○カルシウム：骨粗鬆症予防に効果的。</p> 	<p>もやしの中華和え</p> <p>●エネルギー：小鉢一杯40g 14kcal</p> <p>●メイン食材：もやし</p> <p>○ビタミンC：アスパラギン酸：疲労回復に効果的。</p> <p>○カリウム：血圧を下げる。</p> <p>○食物繊維：便秘や血糖値、大腸ガン予防に。</p> 	<p>ラタトゥーユ</p> <p>●エネルギー：小鉢一杯60g 80kcal</p> <p>●メイン食材：夏野菜各種</p> <p>夏の太陽をいっぱい浴びた夏野菜は、色鮮やかで、水分を多く含んでいるものが多い。カロテンやビタミン類がたくさん含まれており、ミネラルも豊富なため、夏バテ予防に良いと言われる。</p> 	<p>チンゲン菜の炒め物</p> <p>●エネルギー：小鉢一杯50g 45kcal</p> <p>●メイン食材：チンゲン菜</p> <p>○カロテン・ビタミン類：強い抗酸化作用があり、ガンや生活習慣病の予防効果あり。</p> 

▼献立を考案しているメディカル事業部支配人の池田梓。管理栄養士として健康経営プロジェクトに参加しています。

コメント



野菜はビタミン・ミネラル、食物繊維を多く含み体の調子を整える効果があります。厚生労働省が定める野菜の摂取目標量は成人一日当たり 350g 以上としており、野菜が体に良いことは分かっているけれども、日々忙しく過ごしていると意識して摂ることが難しいと思います。

従業員の皆さんが健康で元気に働くことができるよう、従業員食堂の昼食で野菜摂取に取り組めればと考えました。これからも、少しでも充実した食堂メニューになるよう、調理スタッフと相談をしながら取り組んでまいります。

➤ **積極的なセミナー開催で従業員の健康意識を向上**

健康経営の実現には、従業員一人ひとりの意識向上が欠かせないことから、当ホテルではセミナーを受講する機会を設け、積極的な普及活動を行っています。これまで、普段の生活から健康意識を高めるための啓発セミナーや、女性特有の健康課題について理解を深めるセミナーのほか、資産形成などの知識を学ぶマネーセミナーを実施し「社会的な健康」についても意識を高めました。



■ **秋田キャッスルホテル 会社概要**

1970年7月7日開業。客室数150室、大小11の宴会場、料飲店舗5施設を有するシティホテル。医療施設エリア「メディカルモール」、ホテルオフィス、テナントショップなどを併設し、地域の活動拠点としてあらゆるシーンでご利用いただけます。

- 【会社名（商号）】株式会社秋田キャッスルホテル
- 【ホテル名称】秋田キャッスルホテル
- 【住所】秋田県秋田市中通一丁目3番5号
- 【資本金】1億円
- 【開業年月日】1970年7月7日
- 【代表取締役社長】岸本 洋喜
- 【従業員数】452人（2023年10月1日現在）

