

職場における食環境を整えるヒント ～飲み物編～

職場における食環境の整備は、従業員の健康づくりに直結する取り組みで、仕事のパフォーマンス向上、モチベーションアップにもつながるといわれています。今回は、比較的導入コストが抑えられ、多くの従業員が利用しやすいとされる「オフィスドリンクサービス」についてご紹介いたします。



ドリンクサービス導入のメリット

【導入のメリット(例)】

仕事のリフレッシュ



一息つきたい時の気分転換に。また、少しの距離でも席を立てて体を動かすことで座りっぱなし防止に。

コミュニケーションの活性化



従業員同士の会話や他部署との交流が増え、新たなアイデアを生み出すきっかけにも！

福利厚生の充実



誰でも利用できるサービスとして人気が高い。比較的導入コストが低く、設置や運営、維持管理の負担が少ない。

◆さらに！“健康経営”の取り組みの一つとしても！

経済産業省が調査している『健康経営度調査』の食生活の改善に向けた取り組みの項目に「自動販売機等において、健康に配慮した飲料を提供しているか」という設問がある通り、従業員の健康増進に寄与する“健康経営”の取り組みの一つとなります。

導入のポイント

自動販売機やコーヒーマシン、給茶機などドリンクサービスの形態はさまざまですが、従業員の年齢層やニーズ、仕事内容などを踏まえつつ、健康づくりのサポートにつながる仕組みやアイテムを充実させることがポイントです。

その1 | 健康サポートにつながる仕組みづくり

- カロリーや栄養素の表示…健康や栄養についての意識向上や、健康に配慮した飲料を選択することにつながる
- 健康に配慮したドリンクの低価格化…自然と入手しやすい環境をつくることのできる

その2 | 導入したいドリンクの種類

■保健機能食品

特定保健用食品のマーク▶



特定保健用食品(トクホ)、栄養機能食品、機能性表示食品といった、健康や栄養に関する成分を含むもの。日々の体のメンテナンスとして活用したいアイテム。

■ゼロカロリー・カロリーオフ飲料

糖を多く含む甘い飲み物は、体に吸収されやすく肥満や糖尿病を引き起こす原因に。「ゼロカロリー」といっても飲み過ぎは禁物ですが、選択肢の一つとして揃えておきたい。

■熱中症対策飲料

気温の高い日には、工場はもちろんオフィスでも熱中症対策が必要。飲料100mlあたりナトリウム40～80mg*を含むスポーツドリンクや経口補水液などがおすすめ。*厚生労働省「職場における熱中症予防対策マニュアル」

「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

監修：株式会社グリーンハウス栄養健康事業部管理栄養士グループ
社員食堂・学校・病院などのさまざまなシーンで、食を通して健康づくりを応援。

お問合せ先・担当者



アクサ生命保険株式会社

〒108-8020 東京都港区白金1-17-3
TEL 03-6737-7777 (代表)

www.axa.co.jp/