

## 事業所まるごと健康宣言の公表について

株式会社ミトラは社員が元気に働ける会社を目指して、以下の取組を実施することを宣言し、公開します。

1. 健康診断受診率 100%を目指します
2. 特定保健指導実施率 100%を目指します（対象者がいた場合）
3. 職場の健康づくりに取り組みます

### 具体的な取り組み

#### ① 食生活の改善

従業員の健康維持と社員交流を促進するため、社員がランダムに参加するランチ会で提供するお弁当を健康に配慮した内容とする。

#### ② メンタルヘルス対策

従業員のメンタルヘルス健全性を維持し、職場でのコミュニケーションをさらに促進するために、上司と部下との定期的な 1on1 ミーティングを実施する。

1on1 ミーティングでは、従業員が悩みや不安を率直に共有できる場を提供することで、メンタルヘルスの不調を未然に防ぐ。また、上司との信頼関係を深めることで、より良い職場環境の構築を図る。

#### ③ 禁煙・受動喫煙対策

従業員の健康を守るため、現在の社用車および屋内禁煙に加え、禁煙エリアの分煙を徹底する。

令和6年8月27日  
株式会社ミトラ  
代表取締役 藤井 篤人