

# 良い仕事は、良いコンディションから

私たちの仕事は、様々な考えや行動が伴います。

例えば・・・

誌面レイアウトを考える。

文章をまとめる。

お客様の想いを形にする。

印刷物として品質を保つ。

SNSや採用活動を通じて企業の魅力を伝える。

どの仕事にも、集中力やコミュニケーション、そしてチームワークが欠かせません。

だからこそ、安心して働ける環境づくりは、結果的により良い仕事にもつながっていくのだと思います。

今回の認定はゴールではなく、これからも働きやすい環境を考えていくための一つの通過点。各部署・各拠点それぞれの働き方に寄り添いながら、今後も少しずつ環境づくりを進めていきます。



5月になり、旭川も少しずつ過ごしやすい季節になってきました。新年度の慌ただしさも少し落ち着き、疲れが出やすい時期でもあります。今回の「健康経営優良法人」の認定をきっかけに、改めて社内を見渡してみると、特別なことよりも、日々の声掛けや気配り、コミュニケーションの積み重ねが大切なのだと感じました。部署や仕事が違えば、大変さや忙しさもさまざまです。それでも、お互いに支え合いながら仕事を進めているところは、弊社らしい部分かもしれません。これからも、無理をしすぎず、良い仕事を続けていける環境をみんなで作っていききたいですね。(T)

# nextTRY

総合印刷の総北海が発信するコミュニケーション誌

vol.122  
2026年5月

## 特別なことより 日々の積み重ねを大切に

— 健康経営優良法人2026に認定されました —



# nextTRY vol.122

総合印刷の総北海が発信するコミュニケーション誌 2026年5月

株式会社総北海 [www.sohokkai.co.jp](http://www.sohokkai.co.jp)

旭川 / 〒078-8272 旭川市工業団地2条1丁目1番23号

TEL.0166-36-5556

FAX.0166-36-5657

札幌 / 〒065-0021 札幌市東区北21条東1丁目4番6号

TEL.011-731-9500

FAX.011-731-9515

東京 / 〒130-0022 東京都墨田区江東橋4丁目25番10号2F

TEL.03-5625-7321

FAX.03-5625-7323

<https://www.sohokkai.co.jp>

<https://www.instagram.com/sohokkai/>

<https://www.facebook.com/sohokkai/>

# 特別なことより 日々の積み重ねを大切に

— 健康経営優良法人2026に認定されました —



2026  
健康経営優良法人  
KENKO Investment for Health  
中小規模法人部門

このたび当社は、経済産業省と日本健康会議が認定する「健康経営優良法人2026（中小規模法人部門）」に認定されました。

「健康経営」と聞くと、少し堅いイメージを持つ方もいるかもしれません。ですが私たちが大切にしているのは、特別な制度やイベントを増やすことではなく、日々の仕事の中で無理をしすぎない環境をつくることです。

今回の認定にあたって改めて振り返ってみると、普段から続けているさまざまな取り組みが、結果として健康経営につながっていたのだと感じています。



## それぞれの仕事、それぞれの働き方

弊社には、営業、採用支援、デザイン、プリプレス、印刷、総務など、さまざまな部署があります。さらに、札幌支社・東京支店も含め、それぞれ働き方や業務内容が異なります。

例えば営業部では、お客様訪問や移動が多く、スケジュール管理や体調管理が欠かせません。採用支援事業部では、企業取材やSNS運用、学生対応など、人とのコミュニケーションが中心となる仕事もあります。デザインやプリプレスといった制作部門では、誌面編集、動画制作など集中力を必要とする仕事が多く、長時間PCに向かう場面もあります。印刷部門では、安全確認や機械操作、チームでの連携が重要になります。

働く環境や負担の種類が違うからこそ、「全員に同じ形」ではなく、それぞれに合った働きやすさを考えることを大切にしています。

社内の健康・交流イベント

## 夏のパークゴルフ大会&BBQ

毎年恒例となっている社内交流イベント。部署や世代を越えて交流できる機会として、多くの社員が参加しています。「普段あまり話す機会のない人と交流できた」「仕事以外の一



面が見えて楽しかった」そんな声も聞かれる、弊社らしいイベントのひとつです。



## 日々の取り組みも、少しずつ

弊社では、特別なイベントだけでなく、日々の小さな積み重ねも大切にしています。

毎朝行っているラジオ体操は、部署を越えて自然に顔を合わせ、体を動かす時間です。短い時間ではありますが、仕事前のリフレッシュやコミュニケーションのきっかけにもなっています。

また、年に一度の健康診断に加え、社内には血圧計を設置し、日頃から自身の体調を意識できる環境づくりにも取り組んでいます。健康習慣アンケートやストレスチェックも実施し、身体だけでなく心の健康についても考える機会を設けています。

さらに、万が一に備えてAED（自動体外式除細動器）を常備し、避難訓練など防災面への取り組みも継続しています。

毎年夏には、社内交流を兼ねたパークゴルフ大会やBBQも開催しています。こうした時間が、部署を越えたコミュニケーションや、働きやすい雰囲気づくりにもつながっています。

健康経営というと、大きな制度や特別な施策をイメージされるかもしれませんが、私たちはこうした日々の取り組みやコミュニケーションの積み重ねこそが、安心して働ける環境づくりにつながっていると考えています。

「もしも」の時に備え、AEDを設置するだけでなく、実際に操作を体験する研修も定期的を実施しています。

