

●毎週木曜日「おなか・やさいの日」の実施

社員の食生活改善と健康意識の向上を目指し、十六総合研究所では毎週木曜日を「おなか・やさいの日」として設定し、お腹にやさしい食べ物の摂取を促す取り組みを行っております。

「忙しいとつい野菜不足になりがち」という身近な健康課題に着目し、毎週木曜日は意識して野菜を多く取り入れたメニューを選んだり、お弁当に一品プラスしたりすることを社内で呼びかけております。当日は「今日のランチはサラダパスタを選んだ」「今日はラーメンをやめておく」といった会話が社内でも弾み、楽しみながら食生活を見直す良いきっかけとなっております。

小さな工夫や意識の積み重ねが、大きな健康増進へとつながることを実感できる取り組みです。これからも楽しみながら続けられる食習慣の改善を通じて、社員一人ひとりの健康維持と活気あふれる職場づくりを推進してまいります。

【社内告知】

