

健康づくりへの積極さは企業のハートです。

# エーオーエーアオバの健康宣言。



活動レポート

健康を具体的に意識する人が増えると会社は変わると思う。

管理職または一般社員に対する教育機会の設定を行なっています。(月に1〜3回 実践健康経営指導士による研修)



エーオーエーアオバは健康経営優良企業として国から認定を受けています。

株式会社エーオーエーアオバでは、2016年に

健康経営宣言を行いました。

創立30年になるこの年、アオバは創業当時より

「健康経営」の実践を行っていることに気づきます。

「健康経営」という言葉ではなくても

「カラダを作るための食を日々大切にしよう」

「社員は非喫煙者」など、

30年間、自然体で「健康経営」に取り組んできました。

「社員が元気で笑顔があふれる会社にしたい！」

そんな社長の志がアオバの健康経営を支えています。

## 健康宣言

私共、株式会社エーオーエーアオバは、約30年に渡り免疫療法を通し、カラダとココロの真の健康について、取り組んでまいりました。真の健康を私たちのお客様に提案・提供するにおいては、まず、私達の役員・社員が一体となり「健康経営」を実践していくことが大切であり、それは、役員・社員の家族へ、弊社お取引先へ、ひいては弊社関係者全ての真の健康へとつながっていくことと観じています。ここに健康経営の実践を宣言致します。

株式会社エーオーエーアオバ  
代表取締役 白井常雄

※健康経営は、「健康な従業員と高収益性の高い会社を作る」という考えのもと、従業員等の健康管理を経営的視点で考え、戦略的に実践することとされています。アオバでは「社員を家族のように大切にしたい」という考えがおもととなっております。



ノンカフェインミネラル分の多いハイポステイ。社員全員が飲んでます。

## 健康経営の取り組み



○椅子ヨガ  
運動機会を増やすために、東京都の協会けんぽから「椅子ヨガ」の指導をしていただきました。



○腕振り  
究極の有酸素運動である「腕振り」。5分間のプログラムを毎日、午前と午後の2回実施しています。カラダも気持ちもリフレッシュして、仕事もはかどります。



社員はSOD機作用食品を毎日30×3本は必ず食べています。会社のメイン製品のSODの良さは社員全員が実感しています。疲れを翌日に持ち越さないために、社員のココロとカラダに大切な食品です。



無農薬生産者さんかいたいだいた人参をジュースにしたり昼食時のサラダに。



社員のカラダを病から守る、食の実践です。ランチは栄養のバランスを考えたものを厳選。もちろん糖質や塩分、動物性脂肪は低めに抑えられています。



社長も一緒に。コミュニケーションが進むランチタイムです。



Dr.セルフチェックステーションで月に一度、  
身体の状態の確認をします

予防医療の第一歩は自分の身体を知ること。

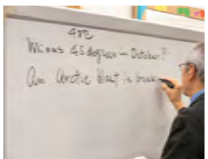
自分の身体の問題点がわからなければ解決策もわかりません。  
Dr.セルフチェックの判定結果では、今の身体の状態の総合判定と、  
このままの生活を続けた「3年後の姿」がわかり、ドクターからの  
頑張らなくてもできる具体的な改善アドバイスがもらえます。  
皆さんにもぜひ体験して頂きたいです。

## 健康経営の 取り組み



項目	数値	状態	備考
血圧	110/70	正常	
心拍数	70	正常	
体温	36.5	正常	
血糖値	100	正常	
尿酸値	2.5	正常	
コレステロール	180	正常	
ヘモグロビン	14	正常	
ヘマトクリット	42	正常	
赤血球数	450	正常	
白血球数	8000	正常	
血小板数	250	正常	
中性球	65	正常	
リンパ球	30	正常	
好酸球	3	正常	
好塩基球	2	正常	
血小板	250	正常	

ひとの脳細胞を刺激する  
社長プロデュースの  
英会話スクールです。  
通常の英会話教室の枠にとどまら  
ず、「英語と日本語の視点の違い」  
や「文化の違い」、時代背景なども  
踏まえた、深く豊かな講師のレ  
クチャーが魅力です。  
会員様や一般の方とも一緒に、自  
発的に「学びたい」という思いを  
強くしてくれる貴重な時間です。



英会話終了後の恒例食事は、社長  
みずから包丁を握ります。  
おでんの特製出し作りから刺身を、  
玄人顔負けの熟のいれ湯。  
生涯現役、生涯元氣を実践中！

## 社員の健康を支える原点。 その良さを実感しているから 自信をもってお伝えできます。



原材料の有効成分が目的の  
細胞まで届くように  
特殊加工されています。

- 遠赤外線・低温焙煎
  - 麹による発酵
  - コマ油で油剤化
- 現代人に不足しがちなビタミン・  
ミネラルがしっかりと詰まっています
- 社員の声
- ・疲れが溜まっていたら、思ったときに  
90分ほど食べるとすぐに回復します。  
本当に凄いと感心します。
  - ・肌がきれいになると言われます。
  - ・2、3日食べると、とたんに体調  
に変化が生じるので、毎日助けられ  
ているなど改めて実感します。



食べにくいと感じる方には、  
メイプルシロップやハチミツ  
と混ぜてスプーンで。

AOVA SODで  
活性酸素を  
増やさない暮らし。

## アオバ・パイエクストプラス。 これ一本で、三大栄養素の すべてを分解。



かつて沖縄では、民家の庭先にパイヤの木が  
植えられていました。  
沖縄が長寿県として知られていた頃は、  
青パイヤが野菜として食卓に頻りにのつていました。  
沖縄の食文化の継承と未来の私たちに欠かせない食品として、  
パイヤクエストプラス(アオバ)が存在しています。  
そんなアオバを毎日「口にする」とかできる。  
私たちがアオバ社員は幸せです。



- 社員の声
- ・毎日快腸、便秘知らずです。
  - ・風邪かな?と思った時や、喉が痛く  
なった時に、ポトル半分くらい飲む  
と大丈夫になるので、いせという時  
に助かります!
  - ・脂っぽいものを食べても胃もたれし  
ません。



夜はホットPOPがお勧めです。  
POP30S40Cをお湯で2〜3  
倍に薄めて召し上がってください。  
い。お腹が温まり、腸内フローラが整  
います。



アオバ沖縄ツアーでは、パイヤ  
クエストプラスの製造工場見学も  
コースに組み入れました。