

令和元年8月5日

各位

東京都千代田区神田神保町3丁目19番1号  
株式会社キャリアコンサルティング  
代表取締役社長 室館 勲

## 社員の健康意識改革を促す「第2回 睡眠時間コンテスト」を実施

株式会社キャリアコンサルティング(代表取締役:室館勲)は、政府が推進する「働き方改革」を応援するため、社員の自由参加による「第2回 睡眠時間コンテスト」を開催します。

「健康経営優良法人2019(中小規模法人部門)」に認定されている弊社では、働き方改革により生産性の向上を目指すためには健康な体作り、集中力の持続に注目しました。

弊社では社員の睡眠時間を確保することで、健康・集中力の持続を実現したいと思います。

### ■第2回 睡眠時間コンテスト

開催期間：令和元年8月5日～8月25日

実施方法：睡眠時間の自主申告による集計により平均睡眠時間を算出

参加人数：124名(全社員より希望参加)

※第1回参加人数：100名 / 優勝：20代女性社員 平均7時間27分

### ■関連URL：健康経営優良法人認定制度(経済産業省)

[http://www.meti.go.jp/policy/mono\\_info\\_service/healthcare/kenkoukeiei\\_yuryouhouzin.html](http://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeiei_yuryouhouzin.html)

### ■会社概要

社名	株式会社キャリアコンサルティング
URL	<a href="http://www.c-consul.co.jp/">http://www.c-consul.co.jp/</a>
所在地	東京都千代田区神田神保町三丁目19番1号 九段インテリジェントビル
設立	2003年12月18日
資本金	2,300万円
代表者	代表取締役社長 室館 勲
事業内容	教育事業 有料職業紹介事業 厚生労働大臣許可番号:13-ユ-300003 セールスプロモーション事業

### ■本リリースに関するお問い合わせ

株式会社キャリアコンサルティング

社長室広報課 綿引 雅規

Tel:03-5214-6380/Fax:03-5214-6381

Mail:info@c-consul.co.jp

以上