

2024年11月6日
秋田キャッスルホテル

健康増進やコミュニケーションの活性化を目指して

健康経営に取り組む秋田キャッスルホテルで「モルック部」が始動

11月9日（土）・10日（日）の「第11回モルック日本大会 in 秋田」に出場します

秋田キャッスルホテル（秋田県秋田市中通、代表取締役社長 岸本洋喜）は、社員の健康に関するさまざまな取り組みを行い、2024年3月に、経済産業省より優良な健康経営に取り組む法人として「健康経営優良法人2024（大規模法人部門）」に認定されています。

この度、社員に気軽に運動する機会を提供する新たな試みとして、「モルック部」の活動をスタートしました。さらに、「モルック部」のなかから有志のメンバー5人が、11月9日（土）、10日（日）に秋田市雄和で行われる「第11回モルック日本大会 in 秋田」へ出場します。



モルック日本大会に出場するメンバー5名。チーム名は「キャッスルモルック倶楽部」。30代から50代まで年代の違うスタッフが集まった。職種もソムリエ、管理栄養士などさまざまで、普段は各自が異なる現場で業務にあたっている。

モルックはフィンランド発祥で、簡単なルールと動作でできるため、老若男女問わず気軽に楽しめるスポーツです。また、道具は20cmの棒と12本のピンのみで、小スペースでもできることから、当ホテルでは館内の遊休スペースを活用して取り組んでいます。

秋田キャッスルホテルはこれからも、健康経営に取り組むことで社員が生き生きと活躍できる企業を目指すと共に、お客様へより良いサービス提供として還元できるよう努めてまいります。

■モルック導入の目的

秋田キャッスルホテルは以下の目的で、健康経営の取り組みにモルックを取り入れています。

1. チームプレーでコミュニケーションを活性化
2. 年齢や役職の壁を取り払い本音で話し合える機会を創出
3. 体を動かす機会をつくり、体力づくりの一助とする

※11/9、11/10の大会当日問い合わせ先／企画・広報課 伊藤（080-2818-5953）

■モルック部 基本活動

毎月第二・第四木曜日の 18:00～19:00 に開催。気軽に参加できるよう 10 分だけ、1 回だけの参加も OK という、オープンな活動形態としています。モルック部の始動にあたり、今年 9 月から 2 回の社内体験会を実施。10 月から本格始動いたしました。現在は大会出場に向けて集中的に練習を行っています。



▲モルックを体験している様子と、第一回モルック部の活動に集まった社員（10/24 開催）。参加者からは、「思ったよりも汗をかいて体を動かした気がする」「他のスポーツと異なり初めてでも楽しめた」との声が挙がった。

●「モルック部」発案者の総支配人 西村 一英のコメント

健康経営のプロジェクトを立ち上げてから 2 年経ち、だれもが簡単に取り組み、ホテルの空いているスペースでも手軽にできるスポーツは無いかと思っていた時に、この「モルック」の記事を新聞で見て興味を持ちました。モルックなら、老若男女だれでも簡単にでき、仕事の気分転換、社員のコミュニケーションツールになります。頭と体を使うことで健康増進、コミュニケーションの活性化に役立てていきたいです。

■秋田キャッスルホテルの健康宣言

秋田キャッスルホテルは、秋田を代表するホテルであることを誇りに持ち、地域の皆様と共に成長する企業を目指しております。お客様にご満足いただくためには、スタッフの心身の健康が満足いくものでなければならぬと考えます。健康づくり支援を積極的に行い、一人ひとりが感謝の心と誠実さを大切にし、笑顔絶やすことなく活躍できる職場環境づくりに努めることを宣言します。

【秋田キャッスルホテル健康経営ウェブサイト】 <https://www.castle-hotel.jp/news/news-72737/>

■秋田キャッスルホテル 会社概要

【会社名（商号）】株式会社秋田キャッスルホテル

【ホテル名称】秋田キャッスルホテル

【住 所】秋田県秋田市中通一丁目 3 番 5 号

【資本金】 1 億円

【開業年月日】 1970 年 7 月 7 日

【代表取締役社長】岸本 洋喜

【従業員数】 468 人（2024 年 10 月 1 日現在）



※11/9、11/10 の大会当日問い合わせ先／企画・広報課 伊藤（080-2818-5953）