



「社員の 健康づくり」

事例集 Vol.2

目 次

- 1 はじめに／事例集の活用方法
- 2 令和元年度版「健康づくり取組報告シート」から見た取り組み状況
- 4 カテゴリー別健康づくりのテーマ
- 5 case01 山陰酸素工業株式会社
- 6 case02 エレックス株式会社
- 7 case03 山陰打設有限会社
- 8 case04 株式会社シセイ堂デザイン
- 9 case05 馬野建設株式会社
- 10 case06 有限会社西川商会
- 11 case07 株式会社物流センター東伯
- 12 case08 医療法人社団もりもと
- 13 case09 有限会社向井組
- 14 case10 鳥取トヨペット株式会社
- 15 case11 有限会社ニュー興楽
- 16 case12 株式会社清水
- 17 case13 鳥取医療生活協同組合
- 18 case14 やまこう建設株式会社
- 19 case15 鳥取県金属熱処理協業組合
- 20 case16 ヤマタホールディングス株式会社
- 21 健康経営優良法人認定制度について

▶はじめに

鳥取県と協会けんぽ鳥取支部では、平成26年より協働で「健康経営マイレージ事業」を展開しており、県内事業所における健康増進を図るために「健康経営®」の取り組みを積極的に支援しています。

「健康経営マイレージ事業」の参加企業は令和3年3月現在で2,354社、被保険者では6万9千人となり、被保険者全体の55%をカバーするまでになりました。これは全国でもトップクラスとなっております。

具体的な支援の方法は、事業所ごとに従業員様の健診結果を「見える化」した「企業健康度カルテ」を毎年送付し、まずは現状を把握していただきます。

そして実際に事業所における健康づくりを進めていただくために、各種健康づくりのセミナー開催や、最新の健康情報を掲載した情報誌「健康経営通信」、具体的な活動例等を記載した「社員の健康づくりスタートガイド」、当冊子である「社員の健康づくり事例集」等をお送りしております。

それらに基づいて、健康づくりの取り組みをいただいた1年間の活動内容を「健康づくり取組報告シート」（詳細はP.2）でご報告いただいておりますが、このシートの提出事業所数が令和元年度は476件であったものが、令和2年度は1,127件と倍増いたしました。

中でも、従業員30名未満の事業所様のシート提出数が、令和元年度の361件から令和2年度は862件と、500件も増加いたしました。

「健康経営マイレージ事業」の主旨が理解され、拡大・浸透しつつあることは、この上ない喜びに存じます。

今回作成いたしました「社員の健康づくり事例集VOL.2」は、令和2年度に提出いただいたシートの中から好事例を選び、各事業所様のご協力を元に作成いたしました。

健康づくりの取り組みをこれから始める事業所様や取り組みのアイデアをお探しの事業所様に、この事例集で取り組みの後押しができればと思います。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です



健康経営マイレージ事業参加事業所にお送りする
「社員の健康づくり宣言認定証」

▶事例集の活用方法

今回の事例集では健康づくりの取り組みを「職場でできる健康づくり」「健診」「食事」「運動」「メンタルヘルス」「ワークライフバランス」の6つのカテゴリに分類し、ご覧になられた事業所様が必要な取り組みをピンポイントで探せるように作成しました。

P.4にカテゴリ別の掲載順がありますので、取り組みをお考えのカテゴリのページをご参考にしていただければと思います。

なお、掲載にご協力いただきました事業所様では他にも様々な取り組みを実施しておられますが、皆様のご参考にしていただきやすいよう、各事業所様1点の取り組みに焦点を当てて掲載をしております。

また、平成30年度発行の「社員の健康づくり事例集VOL.1」を協会けんぽ鳥取支部ホームページにて掲載しておりますので、こちらもぜひご覧ください。

二次元コードからもご覧いただけます。



「社員の健康づくり事例集VOL.1」

表紙

令和元年度版

「健康づくり取組報告シート」から見た取り組み状況

健康づくり取組報告シートとは

「社員の健康づくり宣言」をされている事業所様を対象に、年に1度、事業所での健康づくりの状況をチェックシート形式および記述式の用紙にてご報告いただいています。各設問に配点があり、高得点の事業所様は協会けんぽの支部長表彰、独自の優れた取り組みを記述いただいた事業所様は県知事表彰をしています。

※チェックシートの健康づくりメニューは毎年度見直しをしています。
健康づくりメニューにつきましては最新版の「社員の健康づくりスタートガイド」にてご確認ください。

基礎データ

集計年度	令和2年度(令和元年度中の取組)
対象事業所	2,178 事業所
提出数	1,127 事業所
提出率	51.7%

どれくらいの会社が取り組んでいる？

カテゴリ	頂番	健康づくりメニュー	取組ポイント	取組数	取組割合
職場でできる健康づくり	1-1	経営者が協会けんぽ・鳥取県に対して「社員の健康づくり宣言」を行っている。	10	1,127	100.0%
	1-2	経営者が従業員に対して「従業員を大切にしている」ことを表明している。(宣言書の掲示など)	5	378	33.5%
	1-3	社内に「健康づくり担当者」を設けている。	2	388	34.4%
	1-4	社内に「健康経営アドバイザー」を設けている。	5	75	6.7%
	○経営者・担当者が健康づくりの啓発を行っている。				
	1-5	・朝礼時に健康づくり等の呼びかけ	3	335	29.7%
	1-6	・健康に関する標語を設定	3	29	2.6%
	1-7	・健康づくりを啓発するポスターの掲示	2	264	23.4%
	1-8	・健康に関するリーフレットの配布・設置	2	261	23.2%
	1-9	衛生委員会(またはそれに代わるミーティングなど)を毎月実施している。	5	214	19.0%
	1-10	血圧計・体組成計など従業員が自由に使える測定器を設置している。	5	367	32.6%
	1-11	短時間の昼寝タイムを導入している。	5	131	11.6%
	1-12	快適な職場環境の整備(整理・整頓・清潔・掃除・しつけ)に努めている。	7	806	71.5%
	1-13	スマホアプリやパソコンなどを活用し、従業員の健康づくり管理等を行っている。	12	42	3.7%
	1-14	個人ごとに健康目標等を決め実行し、達成度合いを確認している。	15	40	3.5%
	1-15	急な仕事が入っても、シフト変更等で従業員が休憩時間を取るように配慮している。	5	569	50.5%
体の定期メンテナンス	2-1	経営者自らが率先して健康診断を受診し、健康管理に努めている。	10	916	81.3%
	2-2	健康診断を受けやすい環境を整備している。(休暇の付与・バス健診車の手配)	10	796	70.6%
	○従業員の健診受診や病気の予防を促進している				
	2-3	・定期健康診断を対象者全員に実施	15	1,016	90.2%
	2-4	・定期健康診断の結果データを協会けんぽに提供(同意書の提出)	15	536	47.6%
	2-5	・35歳以上の従業員は生活習慣病予防健診を受診(対象者の半数以上)	10	751	66.6%
	2-6	・会社独自の人間ドックなどの実施	15	80	7.1%
	2-7	・健診未受診者がいないか担当者が確認を行い、未受診者には受診勧奨を行っている。	15	772	68.5%
	2-8	・要再検査者などに対する受診促進と受診確認	10	652	57.9%
	2-9	・協会けんぽの特定保健指導の受入応諾(対象者がいない場合、受入意志がある場合を含む)	10	434	38.5%
	2-10	・オプション健診(ドック・乳がん・子宮頸がん・前立腺がん検診等)の費用補助	5	385	34.2%
	2-11	・インフルエンザ予防接種の費用補助	7	409	36.3%
	2-12	・インフルエンザ予防接種の会社単位での実施	7	258	22.9%
	2-13	・熱中症予防などの季節的対策	7	628	55.7%
	2-14	その他、従業員の家族に対して健診の受診勧奨を行っている。	10	167	14.8%
	2-15	健康診断または再診に要する時間の「出勤認定」や特別休暇認定	10	426	37.8%
	2-16	病気等で療養中の従業員が通院等しやすい環境整備に努めている。(休暇の付与等)	10	564	50.0%
	2-17	感染者の出勤停止・特別休暇認定制度の設置	8	421	37.4%
	2-18	歯科検診の実施・費用補助	10	22	2.0%
食事の見直し	3-1	社内・建物内の自販機メニューを糖分の少ないものなどに見直している。	5	88	7.8%
	3-2	甘味飲料の制限など就業中の飲み物に配慮している。	5	109	9.7%
	3-3	従業員が自由に利用できるウォーターサーバーなどを設置している。	5	359	31.9%
	3-4	仕出し弁当や食堂について、糖分・塩分に配慮したメニューにしている。	7	96	8.5%
	3-5	休肝日などを設定し、アルコールの過剰摂取に配慮している。	5	73	6.5%
	3-6	従業員に朝食を取ることを奨励している。	5	267	23.7%

カテゴリ	頂 番	健康づくりメニュー	取組ポイント	取組数	取組割合
運動習慣の定着	4-1	階段使用の励行(エレベーターの使用を控える、2アップ3ダウン作戦など)	3	201	17.8%
	4-2	勤務前・お昼過ぎなどにラジオ体操・ストレッチ	5	225	20.0%
	4-3	歩数計などを貸与し、歩くことへの意識づけ	7	42	3.7%
	4-4	スポーツジム等の法人契約	8	66	5.9%
	4-5	運動会・ウォーキングイベントの開催	15	50	4.4%
	4-6	体操教室・ヨガ教室・ロコモ予防教室への参加促進	10	36	3.2%
	4-7	マイカー通勤から自転車通勤への変更奨励	10	50	4.4%
	4-8	近場出張の際の自転車使用	7	61	5.4%
	4-9	県や市町村主催のウォーキングイベントに事業所単位で参加者を募集し、参加している。	5	41	3.6%
たばこ対策	5-1	従業員全員が煙草を吸っていない。	15	168	14.9%
	5-2	建物内完全分煙	7	172	15.3%
	5-3	建物内禁煙	8	538	47.7%
	5-4	敷地内禁煙	10	204	18.1%
	5-5	喫煙者を減らす取り組みを行っている。	12	192	17.0%
	5-6	喫煙者を減らす取り組みの結果、禁煙に成功した従業員がいる。(最大4名までポイント加算)	5 ×人数	85	7.5%
	5-7	社用車の禁煙	6	421	37.4%
	5-8	禁煙日・禁煙ウィーク・禁煙月間などを設定している。	5	20	1.8%
	5-9	禁煙外来などの利用を支援している。(県の禁煙治療費助成制度など)	7	39	3.5%
	5-10	社長自ら禁煙を宣言し実行している。	5	423	37.5%
メンタルヘルス対策・ワークライフバランス	6-1	長時間労働を抑制する仕組みをつくっている。(ノー残業デーの設定など)	7	421	37.4%
	6-2	経営者が従業員の有給休暇の取得を奨励している。	7	810	71.9%
	6-3	疲労やストレスなどの悩みを相談できる相談室や相談員を設置している。	8	222	19.7%
	6-4	誰もが利用できる休憩室を設置している。	7	588	52.2%
	6-5	従業員間のコミュニケーション向上の親睦会・レクリエーションを実施している。	10	493	43.7%
	6-6	階層別研修(ラインケア)の実施。	7	60	5.3%
	6-7	ストレスチェックを実施している。	8	182	16.1%
	6-8	ストレスチェック後の面接指導などを実施している。	10	130	11.5%
	6-9	メンタルヘルス不調で休職した従業員の復職支援を実施している。	10	125	11.1%
	6-10	有給休暇の取得率を計算し、取得日数が少ない従業員に取得勧奨を行っている。	7	586	52.0%
	6-11	有給休暇を付与されている従業員全員が、有給取得率70%を超えている。	7	221	19.6%
協会けんぽ・鳥取県が提供する健康づくりメニュー	7-1	協会けんぽの「健康保険委員」に登録している。	10	1,078	95.7%
	7-2	協会けんぽの「メールマガジン」に登録している。	2	351	31.1%
	7-3	鳥取県や市町村の「健康マイレージ」※を社員に案内している ※健康づくり活動に対してポイントを付与し、ポイントに応じて景品を贈呈する取組。	7	68	6.0%
	○鳥取県や協会けんぽが開催する研修会などへ参加している。				
	7-4	・令和元年7月 健康づくり担当者研修会	8	87	7.7%
	7-5	・令和元年10月 健康経営実践セミナー	8	52	4.6%
	7-6	・令和元年11月 年金委員・健康保険委員研修会	8	175	15.5%
	7-7	健康経営通信を職場内で掲示・回覧している。	3	359	31.9%
	7-8	企業健康度カルテを参考に健康課題を挙げ、健康づくりを行っている。	15	54	4.8%
	7-9	鳥取県「がん検診パートナー企業」へ登録している。	5	173	15.4%
	7-10	鳥取県「健康づくり応援施設」へ登録している。	5	84	7.5%
	7-11	鳥取県「出張がん予防教室」を受講	7	4	0.4%
	7-12	鳥取県栄養士会「生活習慣病予防教室・食育教室」を受講	7	10	0.9%
	7-13	鳥取県「企業向けメンタルヘルス出前講座」を受講	7	9	0.8%
	7-14	鳥取県「働く皆様の健康講座」を受講	7	2	0.2%
	7-15	鳥取産業保健総合支援センター「メンタルヘルス対策支援サービス」を受講	7	23	2.0%
	7-16	鳥取産業保健総合支援センター「治療と職業生活の両立支援サービス」を受講	7	8	0.7%
	7-17	鳥取県「歯周病スクリーニング、だ液・歯科保健指導」を受講	7	2	0.2%
	7-18	その他健康講座(市町村等が開催する健康教室など)を受講	10	22	2.0%

カテゴリー別 健康づくりのテーマ

職場でできる 健康づくり

P.5～7



取り組み事例

- case01 山陰酸素工業 株式会社
- case02 エレックス 株式会社
- case03 山陰打設 有限会社

健診関係

P.8～10



取り組み事例

- case04 株式会社 シセイ堂デザイン
- case05 馬野建設 株式会社
- case06 有限会社 西川商会

食事の見直し

P.11～12



取り組み事例

- case07 株式会社 物流センター東伯
- case08 医療法人社団 もりもと

運動習慣の 定着

P.13～16



取り組み事例

- case09 有限会社 向井組
- case10 鳥取トヨペット 株式会社
- case11 有限会社 ニュー興楽
- case12 株式会社 清水

メンタル ヘルス

P.17～18



取り組み事例

- case13 鳥取医療生活協同組合
- case14 やまこう建設 株式会社

ワークライフ バランス

P.19～20



取り組み事例

- case15 鳥取県金属熱処理協業組合
- case16 ヤマタホールディングス 株式会社

山陰酸素工業株式会社

ヘルシーライフサポート
ミーティング(目的・世代別研修)

目的・世代別研修の風景

健康経営の取り組み事例

社員一人一人の健康への意識を高めるために目的・世代別の研修を行っています。

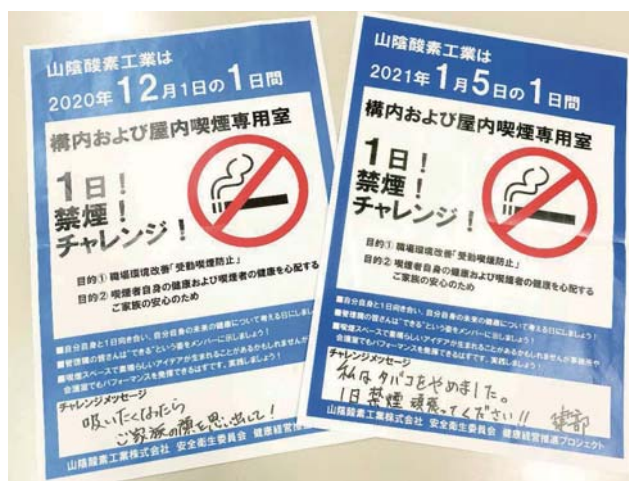
昨年は35歳の社員には「生活習慣」、新入社員には「メンタルヘルス」について研修を行いました。

35歳の社員は初めて生活習慣病予防健診を受診するため健診内容や食生活等の生活習慣改善について、新入社員にはコロナ禍で慣れない環境の中働くうえでの心身の健康管理について雑談も交えてお話をしました。

健康経営に取り組むきっかけ

会社として社員の健康管理への取り組みをどのようにしていくべきか検討している中、DBJ健康経営格付*を取得する機会(2018年4月)をいただき、現状を振り返り当社の弱点・不足部分を認識できたことから具体的に健康経営を進めるきっかけとなりました。

※DBJ(日本政策投資銀行)健康経営格付…従業員の健康や働き方への配慮に関する取り組みを行っている企業を評価・選定し、その評価に応じて融資条件を設定するという内容。



「全社一斉禁煙1日チャレンジ」のポスター

case 01 山陰酸素工業株式会社



事業内容	卸売業
設立年月	1946年9月
事業主	並河 元
従業員数	318名
所在地	米子市旗ヶ崎2201番地1

取り組みの効果

世代別研修は試験的に始めたばかりですが、今後継続することで健康管理への意識付けを行っていきます。

参加者からは「少しずつ体を動かしてみようと思った」「喫煙習慣を改めようと思った」などの感想がありました。

今後も定期的に健康に関する研修を行い、会社全体で健康に関する意識を高めていきたいと思います。

1 POINT



このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス

目的や世代にマッチした内容の研修はとても効果がありそうですね。健康経営マイレージ事業ポイント対象の健康出前講座ではがん予防、食育教室など全7種類のメニューをご用意していますので、ぜひご活用ください。

職場でできる
健康づくり

健診関係

食事の見直し

運動習慣の定着

メンタルヘルス

ワークライフ
バランス

エレックス株式会社

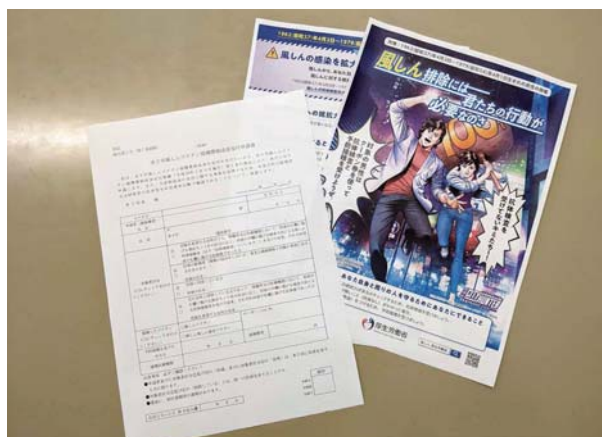
感染対策の向上ならびに
風しんの抗体検査の推奨職場でできる
健康づくり

健診関係

食事の見直し

運動習慣の定着

メンタルヘルス

ワークライフ
バランス消毒液と
非接触体温計風しん抗体検査の
案内チラシ

健康経営の取り組み事例

会社の出入口に非接触体温計とアルコール消毒液を設置し、出勤時の体温測定と、出入りの際のアルコール消毒を徹底しています。

また、風しんの抗体検査の無料クーポンが発行されている、昭和37年度～昭和53年度生まれの男性については、健康診断の際に風しんの抗体検査を同時に実施するよう推奨。配偶者が出産を控えている社員には、米子市の風しんワクチン予防接種助成金の給付が受けられることを案内し、抗体検査および予防接種を推奨しました。

社内会議でも風しんの資料を配布し、説明を行っています。

健康経営に取り組むきっかけ

以前、社員の中で、健康診断の際に再検査や保健指導の対象になる者が多く、健康への関心が低かったように思います。

そんなときに、鳥取県と協会けんぽで実施している「健康づくり宣言」のお知らせを受け取り、出前講座の受講など、健康経営の取り組みが色々あることを知り、健康意識を高めるきっかけになればと、当社でも「健康づくり宣言」を行い、取り組みを開始しました。

case 02 エレックス株式会社



事業内容	建設業
設立年月	1961年8月
事業主	宇佐見 明
従業員数	19名
所在地	米子市中島2丁目2番34号

みんなでペタンクを楽しみました
(2019.6.8開催)

取り組みの効果

コロナウイルス感染拡大防止のために始めた体温測定とアルコール消毒でしたが、他の感染症への対策にもなり、病欠者そのものが減少しました。

風しんについては、なぜ妊娠中の女性に影響があるのか知らない社員への意識付けとなりました。今後も抗体検査や予防接種については社内で調査を進め、未実施の社員には推奨を実施していきます。

1POINT このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス



風しんに対する免疫が不十分な妊娠20週頃までの妊婦が風しんウイルスに感染すると、目や心臓、耳などに障がいを持つ子どもが生まれることがあります。風しんについて詳しくは厚生労働省のホームページをご覧ください。

山陰打設有限公司



睡眠効果で 疲労回復+仕事の効率 UP!



睡眠専用の休憩室

健康経営の取り組み事例

睡眠のための休憩室を設置し、食事場所との分離をしています。

従業員が現場作業を終えて休憩をする際に、シャワーを浴び、短時間でもよいので睡眠を取るよう積極的に働きかけを行い、休憩室での睡眠を業務の一環としました。

また、感染症予防のため、一人一人に専用の枕と布団を用意し、仕切りを設けたり、空間を広めに使い、密集を避けるよう工夫をしました。

睡眠専用の休憩室
その2

健康経営に取り組むきっかけ

従業員が早朝より現場へ赴くことが多いため、睡眠不足にならないか心配をしていました。

また、屋外での作業は体力の消耗が激しく、疲労が蓄積されているのも気になり、万全な体調でなければ良い仕事ができないいつも思っていました。

共有の休憩スペースでは食事を摂っている人や、テレビを見ている人がいるため体を横にしてゆっくり休むことができないので、睡眠のための場所の必要性を感じ、取り組みを始めました。



睡眠のおかげで元気に仕事に取り組みます

case 03 山陰打設有限公司



事業内容	コンクリート圧送施工
設立年月	1968年7月
事業主	河崎 禎之
従業員数	12名
所在地	米子市河崎 87 番地 1

取り組みの効果

睡眠を取り入れたことにより従業員の睡眠不足や疲労が解消されていると実感しています。

その日の疲労を翌日に持ち越さないことで、毎日を万全な体調で過ごせるようになり、仕事に対する集中力と効率UPにつながりました。

1POINT



このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス

睡眠専用の休憩室の設置は難しいかもしれませんが、目を閉じてじっとしているだけでも休息効果があるそうです。10～20分ほどの昼寝時間を設定し、デスクでのお昼寝時間を推奨してみるのはいかがでしょうか。

株式会社シセイ堂デザイン

健康診断100%! 5がん検診※100%!
健康診断後フォロー100%!めざします

※国が推奨する5がん検診 胃がん、大腸がん、肺がん、乳がん、子宮頸がん



健康経営の取り組み事例

健康診断を受けて終わりではなく、受診後のフォローも大事であると考えています。

健診結果の総合判定を見て、「要精検と要再検の方は医療機関での精密検査、再検査」「既に継続治療の方は現状報告」「要注意、要観察の方は次の健康診断に向けての対策」を徹底し、書面にて必ず提出してもらいます。

診察は業務の一環と捉え、勤務時間内に受診してもらうようにし、保健指導の対象になった場合は必ず受けていただきます。



お昼休みに卓球で汗を流す社長と社員

健康経営に取り組むきっかけ

「社員の健康づくり宣言」をきっかけに、健康であることがいかに大切かを考えました。良い仕事をするためには、心身ともに健康である必要があり、社員の皆さんの健康を守ることは企業の成長や業績向上につながるとともに、本人だけでなくその大切な家族のためにも、健康診断は会社の重大な責務であると考えています。

弊社では年齢や性別に関係なく男女が同じ健診を受け、リスクの高い乳がん、子宮頸がん、前立腺がんの受診は必須となっています。毎年新たな取り組みを経営者自ら発信しつつ、会社全体で楽しみながら「健康経営」に取り組んでいます。



健康づくりのミーティング

健診結果報告用紙

取り組みの効果

健診後の結果報告のお願いを続けてきたことで、今まで医療機関で再検査を受けていなかった方も必ず受けてくれるようになりました。

処方された薬で体調が改善した、病気の早期発見に繋がったなどの報告を受けるとやりがいを感じます。

また、社員の皆さんが自ら進んで健康づくりに取り組んでいる話を聞いて、健康に対する意識の高まりを感じています。

case 04 株式会社シセイ堂デザイン



事業内容 総合デザイン・広告代理業
 設立年月 1984年9月
 事業主 植木 誠
 従業員数 18名
 所在地 鳥取市吉方温泉町3丁目802番地

1 POINT



このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス

シセイ堂デザイン様のように、再検査等の結果報告書の様式を作成して再検査等の判定があった従業員様に渡すようにしておけば、皆さま忘れずに報告してくれそうですね。

馬野建設株式会社

人間ドック等で予防的精密検査
等の受診料金助成制度

健康講座を受講する社員

健康経営の取り組み事例

社員の働き方改革の一つとして、年次有給休暇取得促進と健康維持を目的に実施している取り組みです。

会社が実施する定期健康診断または人間ドックや社員が自発的に行った健診において、「要受診」「要再検査」の結果が出た社員が、有給休暇を申請して病院に行き、診察・再検査を行った際の費用を会社が助成しています。（上限あり）

健康経営に取り組むきっかけ

良い仕事をするためにはまず社員の幸福を追求しなければならないという経営理念を数年前に策定し、具体的にはまず社員の健康が大事と考えました。

また、労災は、建設業という業種柄避けては通れない問題で、万一起こった場合の影響は非常に大きいものです。

社員が自身の健康と向きあうこと、会社がその後押しをすることは、持続的な経営を目指すうえで最も重要な意味をもつと考えています。



集合写真

case 05 馬野建設株式会社



事業内容	建設業
設立年月	1922年
事業主	馬野 慎一郎
従業員数	77名
所在地	東伯郡琴浦町赤碕1840番地1

取り組みの効果

社員の再受診率は年度によって微差はありますが、この制度を取り入れる前より2倍から3倍の受診率となっています。

以前は、病気の自覚症状が出てから初めて受診していた社員が多かったのですが、自分で意識して改善しないと病気になるという危機感を持って取り組むようになりました。

1POINT



このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス

診察・再検査費用の補助は中々難易度が高いですが、対象になった方が診察や再検査に行く日を特別に有給休暇にするだけでも受診率がアップしそうですね。

有限会社西川商会

記念日休暇でリフレッシュ！ 「再検査」も併せて受診！



健康は、私の財産・我が家の財産
そしてわが社の財産！

健康経営の取り組み事例

誕生日や結婚記念日、または家族に係るお祝い日であれば取得出来る「記念日休暇」を導入しました。

健康を維持するためには「心のリフレッシュ」も必要であること、また、日々の労働を支えてくれる家族への感謝も示そうと導入いたしました。

「記念日休暇」の導入は年間1日からスタートし、現在は5日間付与しています。健康診断で「再検査」が必要な社員はこの休暇を活用した受診を推進しています。

健康経営に取り組むきっかけ

当社の健康経営の本格的な取り組みは、大事には至りませんでしたが、社内で起きた労災に対する社長の一言から始まりました。

その一言とは、「ケガした本人は傷口が痛むだろうが、私は『経営者として社員の大切な身体に傷を負わせてしまったという心の痛み』を感じる」という言葉です。

その日を出発点に、互いに痛みを感じることがないように安全管理、そして、それを支える健康管理の強化がスタートしました。



集団インフルエンザ予防接種の実施

case 06 有限会社西川商会



事業内容	自動車リサイクルと中古部品販売
設立年月	1973年10月
事業主	西川 正克
従業員数	32名
所在地	鳥取市湖山町東三丁目13

取り組みの効果

健診結果に基づく再検査率100%の維持、さらには各社員による健康目標の設定や、「旬の食料を旬の時期に食す」という基本的な食生活の実践を推進しています。

その結果、健康診断での「再検査」の人数が年々減少しています。

1 POINT



このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス

「記念日休暇」は理由が明確なため休暇に周囲の理解が得られ、取得がしやすく、事前に休む日が決まっているので業務調整も容易になるなどのメリットがあります。「休みやすい会社」の第一歩に導入はいかがでしょうか。

株式会社物流センター東伯

ヘルシーレシピの掲示による
食生活の改善ヘルシーレシピを掲示板と
休憩室の机に掲示

健康経営の取り組み事例

季節感のない食事をとっている方が見受けられたので、協会けんぽのメールマガジンの中にあるヘルシーとっとりレシピを活用し、拡大コピー印刷したものを掲示板に貼り出しました。

それだけでは通りがかりに少し見る程度の従業員が多く、手に取って見てほしかったので、クリップボードを利用し、休憩室の机に置くようにしました。

また、大きさも見やすいよう拡大したところ、多くの従業員が見てくれるようになりました。

健康経営に取り組むきっかけ

健康診断の結果をもとに協会けんぽが発行された「企業健康度カルテ」のグラフのばらつきに驚き、なんとかなくてはならないと思い、健康づくりを始めました。

社長自身、健康意識がとて高く、従業員の健康は会社の財産と据え、会社の成長を支える従業員がいきいきと働ける環境と健康づくりを推進しています。



腰痛・肩こり予防のストレッチ

取り組みの効果

主婦の方もいるので、「昨日、夕食に作ってみたら美味しかった。」などの声を聞くようになりました。季節の野菜や旬の物への興味が出たり、アレンジレシピを考える社員もでてくるようになり、食事の大切さ、健康意識の向上に繋がっています。

また、旬の食材を摂取することによる免疫力の向上を従業員が意識するようになり、コロナ対策にもつながったと感じています。

case 07 株式会社物流センター東伯



事業内容	婦人靴下の梱包、出荷業務
設立年月	1988年5月
事業主	種子 晋司
従業員数	18名
所在地	東伯郡琴浦町徳万731番地

1POINT



このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス

協会けんぽのヘルシーとっとりレシピはホームページでも公開しています。2か月に1度、管理栄養士が作成した健康的で栄養バランスの良い、旬な食材のレシピを掲載していますので、ぜひ活用してみてください。

職場でできる
健康づくり

健診関係

食事の見直し

運動習慣の定着

メンタルヘルス

ワークライフ
バランス



身体に優しい昼食で、健康への意識を高めよう



身体に良いお弁当 (健康弁当)

健康経営の取り組み事例

定期健康診断結果にて要再検の職員を対象に、毎日昼食時に管理栄養士監修の栄養バランスの整った「身体に良いお弁当 (健康弁当)」を提供をする取り組みを行いました。

作れるお弁当数には限りがあるため (1日5食限定)、対象職員がなるべく大人数取り組めるよう、奇数月は男性、偶数月は女性として、同じ人が週2～3回程度は食べられるよう振り分けています。

代金も続けやすいように一食300円とし、意識付けが目的なため取立て無料にはしていません。味・量・メニュー等を参考にしてもらい、自宅でも実践に取り組み、食生活改善の意識付けできるように、年間実施して経過観察をしていくことにしました。

健康経営に取り組むきっかけ

高齢化率の高い琴浦町で、地域の皆さまの「健康寿命」延伸のため、パワーリハビリ普及に長年務めてきました。その中で、より良い活動を続けていくためには、私たち自身が健康でなければならないと再認識し、健康経営に取り組み始めました。

健診結果から高脂血症・高血圧・肥満の職員が増加傾向にあると分析し「運動習慣の定着」「食生活の改善」を目標に掲げ、職員へリハ施設のトレーニングマシンを開放したり、給食課が栄養価を考えて作ったお弁当を提供することにしました。その一つ「食生活の改善」では、口頭説明ではなく、実際に「身体に良いお弁当」を食べてもらうことで、食生活改善の意識付けが出来るのではないかと考えました。

取り組みの効果

介護職は肉体労働も多く「昼食はしっかり食べたい」「量が少ない」との声が当初聞かれました。適正量を知ってもらうための取り組みでもありましたが、管理栄養士の助言で白米に麦を混ぜ、ご飯の量を増やしカロリーは変えずに満足度を高めたりもしました。

一日一食だけを変えても、すぐには健診結果に反映はされませんが、「普段の食事でも野菜を増やすように工夫した」「料理の味付け」「食事量」「食べ方」を考えるようになった等、食事への意識は変わりつつあります。



健康弁当を食べる職員

case 08 医療法人社団もりもと



事業内容	医療・介護
設立年月	1977年7月
事業主	森本 徳子
従業員数	92名
所在地	東伯郡琴浦町逢東1210番地

1POINT このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス



最近では地域のお弁当屋さんでもヘルシーメニューを取り扱っているところが増えていきますので、ヘルシーメニューの推奨や、費用の補助など、検討されてみてはいかがでしょうか。

有限会社向井組

インストラクターが効果的で 楽しいウォーキングを毎月開催



インストラクターがしっかり指導

健康経営の取り組み事例

ウォーキングイベント参加の推奨に加え、担当者がインストラクターの資格を取得し、ウェルネス理論※に基づいたプログラムで、会社主催のウォーキングを毎月開催しています。

強制をせずに、自主的に参加してもらうことで、家族や友人と楽しく歩けるようにしています。

※ウェルネス理論とは・・・ドイツのクアオルト（健康保養地）で治療として実践されている気候療法や地形療法の手法を活用し、心拍をコントロールしながら健康的に楽しく歩くという考え。

健康経営に取り組むきっかけ

毎年全社員が受診する健康診断の結果で、有所見者が多く、血圧・血中脂質・肝機能の項目に異常がみられる社員が多かったことが取り組みの始まりです。

まず、運動習慣のきっかけとして、毎年開催されるSUN-IN未来ウォーク等、ウォーキングイベントの参加を呼びかけることから始めました。

各種ウォーキングイベントの参加費用は会社が全額負担しています。

取り組みの効果

歩きながら仕事以外の話をしたり、社外の方との会話が、ストレス解消やコミュニケーション力向上につながり、社内の雰囲気も良くなっていると感じています。

ほぼ毎回参加している社員は、今年の健診結果で、医師から、有所見ではあるが「問題なし」とのコメントをもらい、取り組みによる効果を実感しています。



ウォーキングでコミュニケーションもアップ

case 09 有限会社向井組



事業内容	建設業
設立年月	1976年1月
事業主	向井 康英
従業員数	14名
所在地	倉吉市上井 265 番地 5



インターバル速歩中



羽合でゴミ拾い

1POINT このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス



ウォーキングのインストラクターの資格を取るのは大変ですが、地域のウォーキングイベントは随時開催されていますので、そういった運動イベントに会社の皆様で参加されてみてはいかがでしょうか。

鳥取トヨペット株式会社

健康チャレンジによる
ポイントラリー

各種トレーニングでポイント獲得

健康経営の取り組み事例

「社員の運動不足解消・健康意識の向上」など運動機会の増進に努めるため、日々の運動（ジョギング・ジム等）、社内クラブ活動、地域活動（清掃活動等）、スポーツイベントへの参加、社内レクリエーション等の項目を設け、その取り組み状況に応じてポイントを付与し、一定ポイント達成すると景品を進呈します。さらに年間累計ポイント数上位者には表彰・景品を贈呈しています。

ポイント対象項目

項目	対象事例	条件	付与ポイント
日々の運動※注1	ウォーキング・ランニング・スポーツジム・ゴルフ・自転車・スイム等 ※30分以上の運動が対象	月3回以上	1P
クラブ活動※注1	社内のクラブ活動が対象 ※毎月5日、同ごとの出席名簿を本部に提出（FAX）すること。	月2回以上	1P
地域活動	清掃活動・社外イベント・地域行事等（運動会・祭り）のボランティア活動 サッカー教室、砂丘清掃、グリーンキャンペーン、トヨタソーシャルフェス すこいライド、鳥取マラソン等	1イベントにつき	1P
スポーツイベントへの参加	すこいライド、鳥取マラソン等に選手として出場 ※クラブ活動や個人で出場したスポーツイベント・大会も対象。	1イベントにつき	2P
社内レクへの参加	年1回の社内レクリエーション		3P

※注1 組合せは自由ですが、月に何回行っても月上限1Pです。
例1) ウォーキング3回・ゴルフ3回 → × 2P ○ 1P付与
例2) ウォーキング1回・スポーツジム2回 → 1P付与

健康チャレンジポイント対象項目（参考・コロナ前）

健康経営に取り組むきっかけ

まずグループ会社が健康経営に取り組んでいたことがきっかけとなり、2019年3月頃から取り組みをスタートしました。

「社員一人ひとりが心身ともに健康で、個性や能力を最大限発揮することのできる職場環境の整備が、会社の持続的な成長・発展につながり、また地域社会から必要とされ愛される会社になる」と考え、健康推進グループを立ち上げ活動しています。

ポイント対象項目

項目	対象事例	条件	付与ポイント
日々の運動	ウォーキング・ランニング・自転車・自宅できるストレッチ・トレーニング ※30分以上の運動が対象 ※組合せ自由 例) ウォーキング3回・ストレッチ2回 → 2P	月3回以上 月5回以上 月8回以上	1P 2P 3P
クラブ活動	コロナウイルス感染終息後、再開予定 ※再開にあたり、条件・付与ポイント数の見直しを行う予定です。		
地域活動			
スポーツイベントへの参加			

健康チャレンジポイント対象項目（コロナ後）



取り組みの効果

社内クラブ活動の活発化、地域活動への積極的な参加、個人の健康意識の向上に繋がりました。

新型コロナウイルス感染拡大の中、地域行事やスポーツイベントが相次ぎ中止等となりましたが、ひとりでも日々の運動項目のポイント付与数を見直し、取り組みを続けたことで、運動機会の増加と定着への効果を実感しています。

case 10 鳥取トヨペット株式会社



事業内容	自動車の販売・修理
設立年月	1957年2月
事業主	西村 公秀
従業員数	151名
所在地	鳥取市安長 850

1POINT このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス



ポイント制にすると、自然とやる気が出てきますね。鳥取県や市町村でも健康ポイント事業を随時実施していますので、ホームページ等でチェックをしてみてください。

有限会社ニュー興楽



健康セミナーの開講



体幹トレーニングの風景

健康経営の取り組み事例

プロのアスレチックトレーナーを講師に迎え、月に2回終業後にセミナーを開講しています。多くのスタッフが参加出来る様、シフトを調整し、毎回5～10名が参加しています。

事業所内会議室にヨガマットをセッティングし、ストレッチ・体幹トレーニング・筋力トレーニング・脳トレーニングなどを行っています。

また、腰痛・肩こりなど、スタッフが気になっている内容をトレーナーに相談し、対処法などをレクチャーしてもらっています。

健康経営に取り組むきっかけ

働き盛りのスタッフの中に、運動不足・腰痛持ちが多くみられました。

「何かしたいけど何をして良いのか分からない」「運動はしているけど、合っているか分からない」など、自分で改善していくのは中々難しいと思い、専門家による正しい運動方法・予防法を指導して頂くことにより、自分自身でも行っていける一つのきっかけになればと思い、トレーナーによるセミナーを始めました。

また、リフレッシュ休暇取得・ノー残業デーの設定・定期健診などの取り組みも健康経営の一環として実施しております。



スタッフ写真

case 11 有限会社ニュー興楽



事業内容	サービス業
設立年月	1980年10月
事業主	李 生美
従業員数	24名
所在地	東伯郡琴浦町逢束 775-1

取り組みの効果

生活改善の意識が高まり、自宅でストレッチ・トレーニングを行うスタッフが増えました。

肩こり・腰痛改善、ダイエットなどに効果がでています。

また、皆でトレーニングを行う事により、コミュニケーションの取れる機会が増えました。

1POINT このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス



プロのトレーナーに来ていただくのは難しいという事業所様、鳥取県健康政策課のホームページに「日常生活ストレッチング」動画が公開されていますので、気軽に取り組んでみてください。



健康管理目標の設定、 健康づくり体操の企画



健康づくり体操

健康経営の取り組み事例

丈夫で健康な体づくりを推進するために、各自自由に参加できる健康管理目標を設定しています。

2020年は、ハーフマラソン完走、大山登山登頂、ウォーキング30km完歩など、自由参加型の社内イベントを企画し、健康づくりに取り組みました。

また、体の不調に関するアンケートを実施し、特に多かった腰痛と肩こりに重点を置き、外部講師をお招きし、健康づくり体操を全社員対象に開催しました。（事務所棟の会議室を会場とし、3班に分けて1時間の講習を3回開催）

健康経営に取り組むきっかけ

身体が資本である製造業で、社員の健康が会社の成長・発展に繋がると考えます。

体育会系の現社長の推進で、個人年間目標として力量(技術)目標と体力目標を設定し始めて20年になります。開始当時は、社員数も50名くらいでしたので独自のスポーツテストや球技大会なども行ってきました。

毎年行われている社長面談では、1人1人の体調管理や職場環境の改善提案の話にもなり、自他それぞれで実施する働きやすい環境づくりを実施しています。



ウォーキング集合写真

取り組みの効果

健康管理目標においては、年々参加者も増加しており、運動することへの関心の高まりと、健康に対する意識が向上したと実感しています。開始初年度は健康診断の有所見者率が半減しました。

また、健康づくり体操では、即日効果のあった社員も多く、家庭でもできる内容だったので、腰痛・肩こり予防への取り組みに繋がりました。

case 12 株式会社清水



事業内容	鋼材の卸売及び金属加工
設立年月	1958年6月
事業主	清水 昭生
従業員数	105名
所在地	鳥取市古海 542番地 1

1POINT このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス



スポーツイベントの企画は難易度が高い取り組みですが、地域のスポーツイベント参加の声かけや、または勤務時間中のラジオ体操・ストレッチなどの手軽な運動から始めてみるのはいかがでしょうか。

鳥取医療生活協同組合

新入職員を対象とした
メンタルヘルス支援

メンタルヘルス講習会の様子

健康経営の取り組み事例

新入職員はメンタルヘルス面でハイリスク群であることから、新入職員研修時にメンタルヘルスに関する講習会を実施しています。

また、新入職員全員を対象として、チェックシートによるメンタルヘルスチェックを行っています。

そして早期に職員の不安に寄り添うことで今後のフォローに繋げていくことを目的に、後日、チェックシートの結果を基にした、臨床心理士による個別面談を行う取り組みをしています。

健康経営に取り組むきっかけ

私たち医療職者の心とからだ健康であることが、患者様に安心安全な医療を提供する上ではとても重要なことです。そのため、安全衛生委員会の活性化を図ることを目的に、推進委員の学習を深め、職場巡視の活性化を行いました。

このことから、職員が直面している問題や課題が明らかとなってきたことがきっかけとなり、職員が問題と感じている事柄を解決していきたいという想いがそのまま、健康経営の取り組みに繋がって行きました。



2020年度 新入職員入職式

case 13 鳥取医療生活協同組合



事業内容	医療・介護
設立年月	1951年9月
組合理事	竹内 勤
職員数	761名
所在地	鳥取市末広温泉町 203

取り組みの効果

入職時に臨床心理士と面談することで専門家との繋がりができ、その後メンタル不調が起きた時にも気軽に相談することができています。

また、取り組みの延長で所属長から臨床心理士が直接相談を受けることもあり、事業所全体でメンタル不調者への早期の対応ができています。

1POINT このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス



臨床心理士との面談等、一見難易度が高そうに感じますが、保健所や産業保健総合支援センターなどでもメンタルヘルスの研修を実施されていますので、ぜひ活用してみてください。



健康KY(危険 予知)の実施



朝の健康KYで健康状態を把握

健康経営の取り組み事例

現場でのコミュニケーション向上と不調者の早期発見を目指し、朝のミーティング時に「健康KY」を実施しています。(KY:危険予知の略称)

職長が一人ひとりの顔を見ながら、「眠れたか」「美味しく食べたか」「体調は良いか」の3項目について毎朝確認し、その良否を記録します。

令和元年度より取り組みを開始。初年度は衛生目標にあげて推進し100%実施できました。

令和2年度からは取り組みを継続しています。

健康経営に取り組むきっかけ

安全衛生のシステム化に取り組む際に、安全と衛生は両輪でどちらも大切であるとの認識の元、メンタルヘルス、からだの健康について目標をあげ、取り組んできました。

安全に業務を行うにはまず心身の健康が前提です。PDCAを繰り返しながら実施して、効果のある健康づくりについて検討し、スパイラルアップを目指しています。

取り組みの効果

簡単な項目で継続しやすく、現在毎日のルーティーンとして行っています。その結果、体調不良者を見逃さず、早期に発見できています。

特にこのコロナ禍の中、健康KYは必ず実施し、体調不良者の早期発見、日々のコミュニケーション向上に効果が出ています。

case 14 やまこう建設株式会社



事業内容	総合建設業
設立年月	1949年4月
事業主	岡田 幸一郎
従業員数	76名
所在地	鳥取市南隈 255 番地



オリジナルの健康情報誌

1POINT このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス



メンタルヘルス不調の兆候として、「食欲がなくなる」「眠りにくくなる」「口数が少なくなる」「表情が乏しくなる」など、さまざまな症状があります。周りから見て「いつもと違う」を見逃さないようにしましょう。

鳥取県金属熱処理協業組合

多能工化による
有給休暇取得率の向上

2/3 本日の勤務

業務	氏名	車種	行先(同僚者)	帰社予定
炭焼	大後	ノート		
出荷	松	2ton車		15:00
搬入	武	4ton車		14:30
受付	村			
受化	水			
検査	早出			
管理	夜勤			
第一工場	野			
第二工場	藤			
第三工場	小			
第四工場	弘			
第五工場	吉			
事務室	た			
事務室	し			
事務室	う			
事務室	馬			
事務室	な			
事務室	竹			
事務室	西			
事務室	陸			

業務ローテーションが簡単にできる勤務表

健康経営の取り組み事例

10種類以上ある工場業務のうち一人が数種類を担当する多能工化を推進しています。

4週間を単位に1週間ずつ異なる業務担当をするローテーション勤務をして、組織図上の部署領域を越えて他部署も担当することにより、最低でも4人が同一の業務を担当することが可能となります。

この結果、有給休暇の取得により顧客や同僚に迷惑をかける可能性が極めて低いため、有給休暇の取得率向上につながっています。

健康経営に取り組むきっかけ

当組合では、2005年に労働安全衛生マネジメントシステムOHSAS18001(現在はISO45001)の認証を取得し、それまでに取得をしていた品質、環境のマネジメントシステムと併せて維持管理をしてきました。

2014年に協会けんぽ鳥取支部より、とりねつの「経営理念」や実施内容が「社員の健康づくり宣言事業所」に相応しいと後押しされたことが「健康経営」に取り組むきっかけとなりました。

※OHSAS18001(ISO45001)とは・・・企業が労働安全衛生に関わるリスクを管理し、パフォーマンスが継続的に向上できるように要求事項を規定したマネジメントシステム規格。



集合写真

case 15 鳥取県金属熱処理協業組合



事業内容	金属熱処理加工業
設立年月	1980年4月
事業主	森脇 孝
従業員数	35名
所在地	米子市夜見町 3001-3

取り組みの効果

自部署の技術が一番と考えていた職員も他部署で働くようになったので、その苦労や難しさを学ぶと同時に互いの職場を理解し合う関係が生まれました。

有給休暇の取得率向上のみならず、互いに協力できる良い人間関係が構築できたと思います。

1POINT このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス



業務の内容によってジョブローテーションが難しい場合もあると思います。有給休暇の取得状況をしっかり把握して、事業主からの取得の呼びかけ等、取得率の向上につながる取り組みを実施してみましょう。

ヤマタホールディングス株式会社

ワークライフバランスを大切に
笑顔で働ける職場づくり

ノー残業デーのお知らせ

健康経営の取り組み事例

一か月に一度第四木曜日にノー残業デーを設定しました。今年の4月からは隔週週休二日制の勤務体系から全社員完全週休二日制に変更する予定です。

また、規定の残業時間を超えそうな社員には、社員と上長に警告メールが3段階で届くように設定し、業務の調整、早退・遅出・私用外出の許可など、社員の健康管理に務めるようにしました。

さらに、規定残業時間を超えた社員には上長面談を行い、業務量の見直しや改善点等を話し合う機会を作っています。

健康経営に取り組むきっかけ

「社員が働きやすい会社とはどういう会社か？働き続けられる会社になるにはどうしたらいいのか？」を考えたことが、健康経営を始めるきっかけになりました。

離職してしまう原因の一つに、「残業時間が多く、自分の時間が確保できない」が挙げられる事をふまえ、プライベートの時間をしっかり確保し、家族の時間、自分の趣味の時間、資格取得等の自己啓発の時間など、プライベートの時間を充実させ、心身ともに健康を保つ事が大切だと考えたのです。

また結婚や育児・介護など生活環境が変わっても、安心して働き続けられる環境にしたいと思い、健康経営の取り組みを始めました。

取り組みの効果

ノー残業デーの取り組みを行い、半年経った頃に社員に満足度調査を行いました。結果、「時間までに業務を終わらせないといけないため、業務効率が上がった」等の感想があり、ほとんどの社員がノー残業デーに好意的で、もっと増やしてほしいという社員も半数以上いました。

また、規定残業時間の超過防止のため警告メールを通知するようになり、日々の残業時間の管理を社員自身だけでなく、上長も把握できるようになったため業務量の把握がしやすくなりました。規定残業時間を超えた社員に関しても面談をすることで、業務効率等を相談できる体制ができたのも良かったです。



ノー残業デーのお知らせ(PCアラート)

case 16 ヤマタホールディングス株式会社



事業内容	総合工事業
設立年月	2015年7月
事業主	山田 雄作
従業員数	13名(グループ全体:84名)
所在地	鳥取市千代水2丁目130番地



警告ポップアップ

1 POINT



このページをお読みいただいた方に、協会けんぽからワンポイントアドバイス

ノー残業デーをきちんと運用できているか、しわ寄せが特定の従業員様に偏ったりしていないか等のチェックが大切です。ヤマタホールディングス様のように「ノー残業デーの満足度調査」で取り組み後の状況を確認しましょう。

健康経営優良法人認定制度について

健康経営優良法人とは

従業員の健康づくりに積極的に取り組む優良な法人を、経済産業省、日本健康会議*が顕彰する制度です。

従業員や求職者、関係企業や金融機関などから「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる法人」として社会的に評価を受けることができる環境を整備することを目標としています。

自社の健康づくりの次のステップとして目指してみましょう。

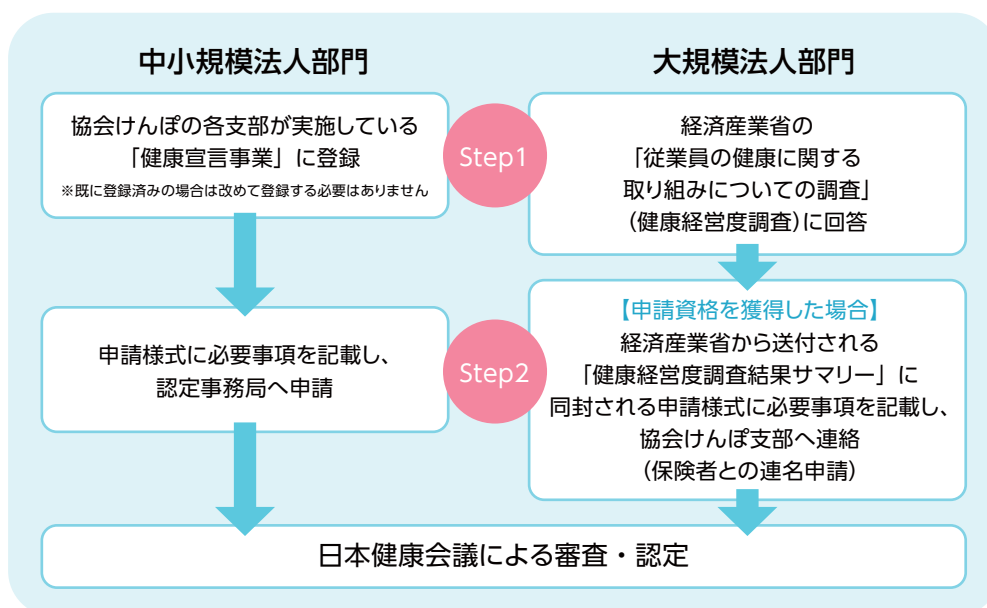
※日本健康会議は、行政（経済産業省、厚生労働省、自治体）と民間組織（経済団体、医療保険者、医療団体等）が連携し、健康寿命延伸や適正な医療の実現を目的とした活動体です。

認定対象（会社法上の会社等及び士業法人の場合）

中小企業基本法上の業種	中小規模法人部門※従業員を1人以上使用していること		大規模法人部門
	資本金の額又は出資の総額	常時使用する従業員の数	
① 製造業、その他（②～④を除く）	3億円以下	又は 300人以下	301人以上
② 卸売業	1億円以下	又は 100人以下	101人以上
③ サービス業	5千万円以下	又は 100人以下	101人以上
④ 小売業	5千万円以下	又は 50人以下	51人以上

（例）従業員数400名で資本金が2億円の製造事業者はエントリーの際「中小規模法人部門」、「大規模法人部門」のいずれかを選択できます。

手続きの流れ



（参考）
健康経営優良法人2021
認定事業所数

【中小規模法人部門】
全国 7,934
鳥取 34

【大規模法人部門】
全国 1,801
鳥取 2

（令和3年3月4日発表分）

上記の内容は令和3年3月時点の内容です。
詳細や最新の情報は経済産業省等のホームページでご確認ください。

健康経営優良法人認定制度 [検索](#)

お問い合わせ先

全国健康保険協会(協会けんぽ)鳥取支部
企画総務グループ

〒680-8560

鳥取市今町2丁目112番地

アクティ日ノ丸総本社ビル5階

【TEL】 0857-25-0051

【URL】 <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/tottori/>