

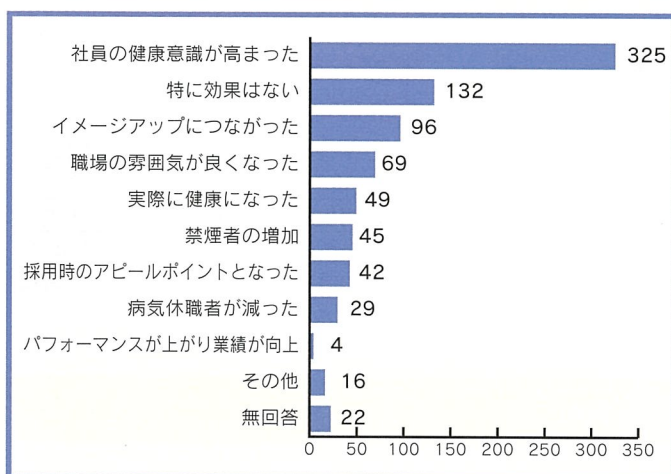
一社一健康だより

2023.3

アンケートへのご協力ありがとうございました!

「一社一健康だより2023.1」にてお願いをしておりましたアンケートですが、おかげさまで551件(R5.2.7時点)のご回答をいただきました。お忙しい中、貴重なご意見をありがとうございました。今回は、アンケート結果の一部と、アンケートの中から見えた、今後の取り組みのヒントについて掲載したいと思います。

設問1 宣言エントリー後、どのような効果がありましたか?(複数回答可)



1位 従業員の健康意識が高まった

→「宣言」の目的が1つ達成された、嬉しい効果です!
一人一人の健やかな将来への第一歩です!

2位 特に効果はない

→残念ながら、「宣言」したからとすぐに結果が表れるものでもないのは事実。大切なのは積み重ねです。ぜひ、このまま取り組みを続けていきましょう。

3位 イメージアップにつながった

→社内での担当部署や上役のイメージアップ、という面もあるかと思いますが、社外から見た企業のイメージアップという面もあります。「安心して働ける」という心理的な効果につながります。

設問2 どんな取り組みを実施していますか?(複数回答可)

1位 従業員が100%健診を受診

→経産省・大分県の認定でも要件となっている、健康経営における基本項目です。個々に予約ではなく、とりまとめて予約し、業務時間扱いにすると、受診率がグンとアップ!

4位 ラジオ体操やストレッチ

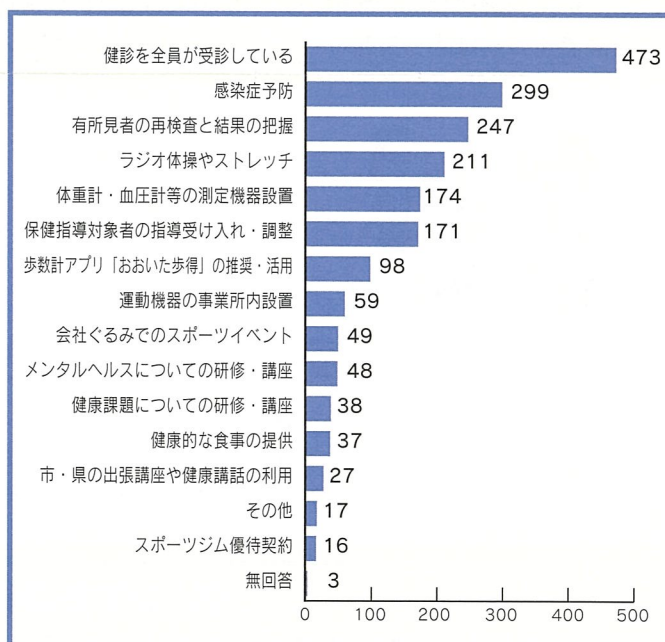
→一番取り入れやすい取り組みかと思います。
巷にはいろんな運動動画もありますので、それぞれの職種や就業形態に合わせて、楽しみながら取り入れてみてください。

5位 体重計・血圧計等の測定機器の設置

→簡易的なものであれば、比較的安価で手に入る体重計や血圧計は、日々の健康状態や調子を確認できるツールです。

11位 健康課題についての研修・講座

→「事業所(業態別)健康診断シート」などで健診結果の傾向を参考にしたり、気になっていることをテーマとしてみましょう。
協会けんぽから保健師を講師として派遣しています。ぜひご相談ください!

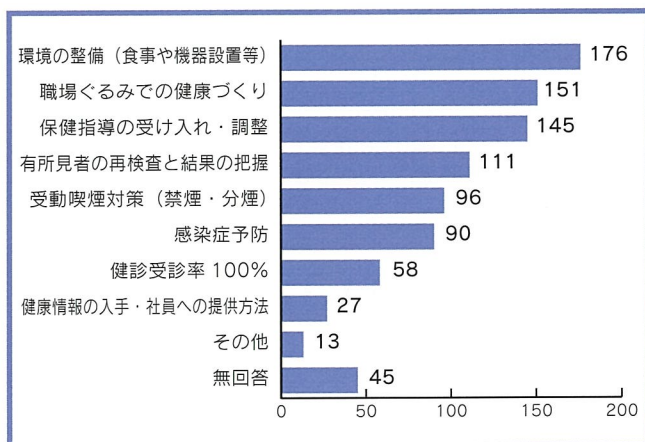


(その他) 事業所独自に「健康新聞」を作成
インフルエンザワクチン接種の補助など

皆様、たくさんの工夫をしながら取り組んでいらっしゃいます!

設問3 難しいと感じる取り組みは何ですか？(複数回答可)

設問4 難しいと感じる理由を教えてください。



(困難と思う主な理由)

コスト面……(機器購入や食事補助など)費用が出せない
スペースがない、食堂がない、人手不足

忙しさ……多忙で調整がきかない、本人も担当者も忙しく無理

就労形態……出張や現場仕事でみんな揃うことがない
現場での直行直帰で調整が難しい

個人の意志……本人が受け入れない

プライバシー……(通院など)プライバシーを気にして声をかけにくい
どこまで踏み込んでいいかわからない など

提案！

●お金はかけなくて大丈夫！

「環境」はお金をかけなくてOK！
少しの工夫で“気持ち”に働きかけ。

(例えば)
自販機にカロリーや糖質量の表示
月1回、健康弁当でランチミーティング
階段の使用推奨(エレベーターの使用を
ある程度制限する) など

●みんな一斉じゃなくて大丈夫！

「職場ぐるみ」は「職場が音頭をとって」
の意味。個人個人ができることで
もOKですよ。

(例えば)
現場ごとのストレッチ
毎朝の体温・体重・血圧測定と記録
毎日プラス500歩！
水分プラス1杯運動 など

●再検査や保健指導は、皆さんの お給料に影響することをお伝え ください。

協会けんぽの都道府県別保険料率は、
各県の医療費だけでなく、健診受診率・
保健指導実施率・有所見者の受診率も
加味されています。悪化すればするほど、
みんなの負担も増えてしまうことを周知
しましょう。

ほかにも…

メールマガジンの活用

月に1回メールマガジンを配信しています。従業員への健康情報の提供にお役立てください。

(プリントして回覧や、社内ネットワークで広めていただくなどの活用も！)

内容は季節の健康情報・健康レシピ・制度改正情報・地域の健康イベント情報など
登録は協会けんぽ大分支部ホームページ「メールマガジン」をクリック！

スマホ・タブレットは
こちらからも！➡

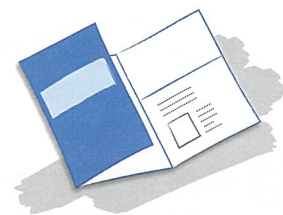


「出張講座」の活用

令和5年度は、新たな試みとして新入社員などの若手社員を主な対象とした出張講座
を実施いたします。チラシを同封しておりますので是非ご検討ください。
(もちろん、ベテランさんの参加も大歓迎！)

取り組みの「事例集」をつくりました

平成25年度に始まった「一社一健康宣言」も、おかげさまで10年を迎えました。そこで、
模範的な取り組みを続ける事業所のインタビューから構成した「事例集」をお送りします。
皆様の今後の取り組みの参考になれば幸いです。(令和5年3月中に送付予定)



〈いつでもご相談ください!〉

協会けんぽ大分支部 企画総務グループ 一社一健康宣言担当 ☎097-573-6641

次号は令和5年7月発行予定です。