

健康づくり
実践事例集
〈事業所版〉



目 次

1.ヘルス・マネジメント認定制度 ……………P5～6
 2.ヘルス・マネジメント認定制度における各種優遇制度 ……………P7～8
 3.インセンティブ制度 …………… P9～10

掲載事業所名（あいうえお順）

P11～49

イズテック 株式会社 …………… P13	株式会社 ユニコン …………… P34
今岡工業 株式会社 …………… P17	公益財団法人 島根県環境保健公社 …………… P38
イマックス 株式会社 …………… P30	江津商工会議所…………… P32
医療法人 いきいき .クリニック …………… P41	サンベ電気 株式会社 …………… P47
岩成工業 株式会社 …………… P37	島根県農業協同組合 くにびき地区本部 …… P42
石見ケーブルビジョン 株式会社 …………… P16	島根電工 株式会社 …………… P11
石見交通株式会社 大田営業所 …………… P19	社会福祉法人 吾郷会
石見交通株式会社 浜田営業所 …………… P19	特別養護老人ホーム 双葉園 …………… P24
株式会社 出雲東郷電機 …………… P36	社会福祉法人あすなる会
株式会社 岩崎建設 …………… P20	あすなる第2 保育園…………… P41
株式会社 大島工務所 …………… P46	社会福祉法人 大田市社会福祉事業団 …………… P49
株式会社 大屋ハイテック …………… P35	社会福祉法人湖陵福祉会 ハマナス保育園… P49
株式会社 キューサイファーム島根 …………… P39	社会福祉法人 竹矢福祉会 わかたけ保育園 … P44
株式会社 後藤建設 …………… P27	社会福祉法人 西益田福祉会 …………… P47
株式会社 彩雲堂 …………… P22	社会福祉法人 仁摩福祉会 …………… P13
株式会社 サンエイト …………… P21	社会福祉法人 ほのぼの会 …………… P25
株式会社 さんびる …………… P38	社会福祉法人 やまゆり …………… P12
株式会社 シーエスエー …………… P48	昭和セメント工業 株式会社 …………… P31
株式会社 真幸土木 …………… P18	新和設備工業 株式会社 …………… P21
株式会社 太陽水道工事 …………… P34	東西建設 有限会社 …………… P33
株式会社 土井豆組 …………… P28	特定非営利活動法人
株式会社 テクノプロジェクト …………… P14	地域活動支援センターよしかの里…………… P48
株式会社 中筋組 …………… P26	仁多郡森林組合…………… P31
株式会社 ニッポー島根工場 …………… P23	平井建設 株式会社 …………… P46
株式会社 ハート …………… P45	松江一畑交通 株式会社 …………… P29
株式会社 バイタルリード …………… P40	松江土建 株式会社 …………… P32
株式会社 フクテコ …………… P43	まるなか建設 株式会社 …………… P15
株式会社 マツケイ …………… P20	有限会社 エム・コーテック …………… P18
株式会社 山本組 …………… P33	

掲載事業所名（分野別）		
分野	事業所名	
運動	島根電工 株式会社 社会福祉法人 やまゆり イズテック 株式会社 社会福祉法人 仁摩福祉会	… P11 ~ 13
食事	株式会社 テクノプロジェクト まるなか建設 株式会社 石見ケーブルビジョン 株式会社	… P14 ~ 16
禁煙対策	今岡工業 株式会社 有限会社 エム・コーテック 株式会社 真幸土木 石見交通株式会社 浜田営業所 石見交通株式会社 大田営業所 株式会社 マツケイ 株式会社 岩崎建設 株式会社 サンエイト 新和設備工業 株式会社	… P17 ~ 21
メンタルヘルス	株式会社 彩雲堂 株式会社 ニッポー島根工場 社会福祉法人 吾郷会 特別養護老人ホーム 双葉園	… P22 ~ 24
健診	社会福祉法人 ほのぼの会 株式会社 中筋組 株式会社 後藤建設 株式会社 土井豆組 松江一畑交通 株式会社 イマックス 株式会社 仁多郡森林組合 昭和セメント工業 株式会社 松江土建 株式会社 江津商工会議所 株式会社 山本組 東西建設 有限会社 株式会社 太陽水道工事 株式会社 ユニコン	… P25 ~ 34

分野	事業所名	
ワークライフ	株式会社 大屋ハイテック 株式会社 出雲東郷電機 岩成工業 株式会社 公益財団法人 島根県環境保健公社 株式会社 さんびる 株式会社 キューサイファーム島根	… P35 ~ 39
コミュニケーション	株式会社 バイタルリード 医療法人 いきいき . クリニック 社会福祉法人あすなる会 あすなる第2保育園	… P40 ~ 41
健康管理	島根県農業協同組合 くにびき地区本部 株式会社 フクテコ 社会福祉法人 竹矢福祉会 わかたけ保育園 株式会社 ハート 平井建設 株式会社 株式会社 大島工務所 サンベ電気 株式会社 社会福祉法人 西益田福祉会 株式会社 シーエスエー 特定非営利活動法人 地域活動支援センターよしかの里 社会福祉法人湖陵福祉会 ハマナス保育園 社会福祉法人 大田市社会福祉事業団	… P42 ~ 49

(敬称略)

6. ヘルスアップサポート事業申込書

… P50

各事業所では掲載内容以外の取組みも行われていますが、特に力を入れておられる事例についてご紹介します！



運
動



事業所名

島根電気株式会社

所在地	松江市
設 立	1956年4月
事業内容	電気工業
社員数	384名
企業理念	「期待をこえる感動を！！」 「一番大切なものは社員とその家族」



取組内容

家族ぐるみ大運動会

毎年5月に出雲ドームで実施し、2020年で第50回を迎えます。明職会（福利厚生を目的とした互助会）が主体となり、運動会当日は出勤日としています。

始めた
きっかけ

昭和44年頃から、全国で展開された明るい職場づくりの運動の一環として始まり、現在に至るまで継続的に取組んでいます。

苦
労
した
点

参加人数が減少した時期がありました。50年という時代の流れの中で運動会開催の目的が薄れたり、準備する社員の負担が大きく中止になりかけたことがありました。

改
善
点
・
ノ
ウ
ハ
ウ

運動会を開催する目的と必要性を説明し続けました。また運動会当日を出勤日としたり、家族や子どもが参加できる種目や賞品を増やしたりしました。

運動する機会の増加だけでなく、全社員が準備から取組むことで、社員同士のコミュニケーション機会の増加にもつながっています。また同一体験をすることで社員の一体感やリフレッシュする機会となり、メンタル面でも好影響が表れています。



実績

今後の課題

内容がパターン化しているので新しい企画を催し、社員がワクワクするような運動会を開催したいです。

11



事業所名

株式会社後藤建設

所在地 飯石郡

設立 1976年4月

事業内容 建設業

社員数 21名

企業理念 社訓「誠実・安全・確実に実行」



取組内容 健康診断のフィードバック

二次検査が必要だった社員に受診を促すため、健康診断の結果と共に受診のお願いを兼ねたアンケートを渡しています。そのアンケートで①二次検査受診有無②二次検査結果③今後の治療④今後の通院有無について回答してもらっています。

始めたきっかけ

以前は、会社に健康診断の結果が届くと結果を渡すのみで、その後のフォローをしていなかったため、会社側が再受診の有無やその後の状況等を把握していませんでした。人手不足と高齢化が進み、一人でも欠けると業務全般に影響が及びます。過去には社員の一人が持病が悪化し、長期入院となるケースもありました。以上のことから、健康で定年まで勤めていただきたいという思いが更に強くなり、この取組みを実施することになりました。

苦労した点

取組みを始めた年は、アンケートを渡しても回答がなく、病院を再受診したかどうかの報告もありませんでした。二次検査が必要な方には、健康管理担当者が病院を受診するまで声をかけ続けました。それでも受診しない方については社長、事務から受診するよう説得していただきました。

改善点・ノウハウ

平成30年に働き方改革を行い就業規則の大幅な改定を行いました。その内容は給与形態を日給制から月給制に変え、有給の時間単位での取得を可能にしました。また、平成31年4月から施行された有給休暇の義務化に先立ち、積極的に有給を取得するよう声掛けを行った結果、有給を取得し病院を受診する社員が増加しました。

健康診断の結果、二次検査対象者だった社員が積極的に病院を受診し自分の健康管理に努めるようになりました。また、二次検査結果を会社へ報告してもらうことで、経営者側の安心感にもつながっていると思います。



実績

今後の課題

毎年健康診断を受診し受診率は100%と体の健康管理に努めていますが、歯科口腔管理がまだできていません。健診時には任意での口腔健診があるため、今後はその受診を促していきたいと思っています。



事業所名

株式会社バイタルリード

所在地	出雲市
設立	1998年4月
事業内容	交通計画コンサルタントおよびシステム開発
社員数	41名
企業理念	元気で幸せな社会をつくるために人・物・心を動かす先進的な技術と感動サービスを提供します。



取組内容 **コミュニケーションの促進**

レクリエーションの開催（従業員と家族参加型のBBQを開催。従業員間の交流と家族と一緒に参加することで仕事への理解を深める。）
 仲良しランチ会の実施（部署を超えた従業員間の交流のため月に1回ランチ会を開催）
 社内SNS（各種連絡や社内の出来事などを共有し、ネット上でのコミュニケーションの場を構築）
 委員会活動（従業員自らが考え行動し、誰もが働きやすい職場を実現するため、従業員全員参加の委員会活動を2015年より実施）

始めたきっかけ

出雲本社と広島支店で物理的に距離が離れており、これが心の距離につながり業務面でもコミュニケーション不足が問題となる場面がありました。これを解消するためにも本社と支店間だけでなく、部署間・個人間のコミュニケーションを円滑にとれるように取組みを始めました。この取組みは働きやすい職場づくりに寄与するだけでなく、心の健康にも効果があると思っています。

苦労した点

委員会活動については「自分たちが働く会社を自分たちが作りあげる」を目標に取り組んでいますが、実業務が忙しい時期など活動できる人にムラがあり、一部の人の仕事に集中し不満の声が上がる場面がありました。

改善点・ノウハウ

ビジネスチャットツールの導入により、委員会グループ内でのやり取りするハードルが下がりました。これにより伝達速度があがり、「できることをできる人がする」という流れができたように思います。また、問題となっていた仕事の偏りについては、その次年度以降なるべくそのようなことが起こらないように委員長が仕事の配分に配慮しています。

何でも言い合える風通しの良い職場になっていると思います。特に、今まで発言がしづらかったパート職員も意見を言いやすくなり、全員参加の風潮ができてきたように感じます。

実績

今後の課題

スタッフの数が少ない頃は働き方についてもあえて制度を作らず、「お互い様」という風土を大切にその人ごとに柔軟に対応してきました。しかし人数が少しずつ増えてきて、制度を構築していくことも求められるようになりました。今後は社会保険労務士による指導を受けながら制度の構築とともに就業規則の更新を行っていきます。しかし、「制度があっても制度が使いつらい『風土』では意味がない。」を忘れず、引き続きコミュニケーションを大切に制度を使いやすい風土づくりに努めていきたいと思っています。

Case-study