

ふくしま健康経営優良事業所2022 表彰受賞事業所の取り組みをご紹介します

無理のない健康経営で
少しずつ健康意識を向上



ストレッチ講座を受ける社員。専門家を招いた健康講座を積極的に開催しています



株式会社 桑原コンクリート工業 (田村市)

ふくしま健康経営優良事業所2022 福島民友新聞社賞

健康経営優良法人2023 ブライト500認定

代表者 代表取締役社長 桑原 義昌

本社所在地 〒963-4204

田村市船引町堀越字新田236

TEL 0247-85-2155 / FAX 0247-85-2443

設立 1974 (昭和49) 年

業種 製造業

事業所等 生コン事業所、夏崎工場

従業員数 46名 (男性39名、女性7名 2023年8月現在)

取り組みのきっかけ

会社の財産であり重要な経営資源である 社員の健康を無理なくサポート

社員の健康は会社の財産であり、重要な経営資源です。私たちの会社は社員一人一人の健康づくりを推進し、サポートすることを健康経営の理念に掲げています。

取り組みを始めたきっかけは、2017年に初めて健診バスでの健康診断を実施したことでした。仕事を休んで健診を受けに行く手間が省けたこと、不在にする人の仕事のカバーを心配しなくてよいことが社員の反響を呼び、翌年に健康事業所宣言をしてからは健診の日を「健康について考える日」と位置づけました。全社員が午前中は健診、午後は医師や保健師による健康セミナーを受け、自分の体の状態を意識する1日を過ごします。

私たちの健康づくりは、強制せず、少しずつ社員の健康意識を変えることが目標です。無理のない継続が、誰もが健康で長く働くことのできる会社を育てると考えています。

取り組み 結果の確認 方法

3年分の健康データと 年1回の面接で健康状態を確認

健診の結果、血管年齢、血圧の記録など、社員の健康に関するデータは過去3年分を保管し、健康状態を比較できるようにしています。

また年に1回、雇用条件についての面接を行う際に、健康状態についても聞き取りを行います。たばこを吸っている社員には喫煙状況の確認と減煙のアドバイスを行い、少しずつ意識改革を促しています。

面接では介護や子育ての問題、人間関係の悩みについても聞き取り、なるべく解決できるよう寄り添っています。



具体的な取り組み内容

01

禁煙より減煙が目標。根気よく啓発を行う

全社員の48%が喫煙者です。健康のためには禁煙が一番ですが、強制するとストレスを与えかねません。そのためまずは減煙を呼びかけています。たばこがもたらす害について、喫煙所や休憩所への啓発ポスターの掲示やDVDによる講習を行うほか、喫煙者には年1回個別指導を受けてもらっています。

また毎月1日を減煙チャレンジデーとし、喫煙所を封鎖。喫煙の機会が少しでも減るよう工夫しています。



減煙チャレンジデーを
呼びかける張り紙

02

血圧測定環境を整え、気軽に健康管理

健康状態を把握する習慣を付けるため、本社および生コン事業所、夏崎工場のそれぞれに血圧計を設置しました。事務所と休憩所の2カ所に測定コーナーをつくり、いつでも気軽に使用することができます。

1日1回の測定が社員に浸透し、今では安全に仕事をするため、自主的に1日数回測定する社員もいます。



血圧測定の習慣が健康管理に
役立っています

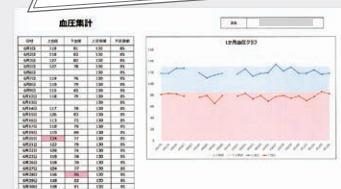
取り組みの効果

毎日の血圧測定で健康状態を把握

結果は記録簿に記入してもらい、会社が1週間ごとデータ化します。さらに1カ月の結果を表とグラフにし、健康アドバイスを添えて給料袋に同封しています。

健康状態の把握が自分の体を意識するきっかけとなったのか、誰かが測定していると自然と人が集まってきて、健康に関するコミュニケーションの場になっています。

グラフで見える化!



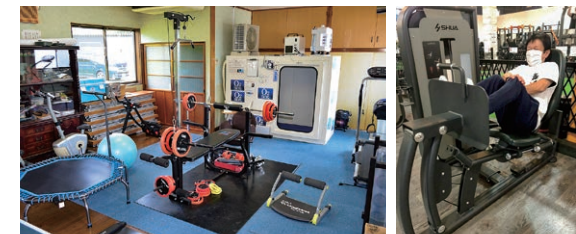
正常値を超えた日が一目瞭然

03

社内トレーニングジムと民間ジムで体を鍛える

会社の旧事務所に社員が持ち寄ったトレーニング機器を集め、社内トレーニングジムを作りました。社員には気分転換も兼ねた気軽な利用を促しています。業務で常に体を動かしている社員も多いため、ジムには酸素ボックスも設置しています。疲れがとれる、ケガの治りが早いなど体のケアに役立つため、いずれ車に載せて各事業所を巡回することを検討しています。

また本格的なトレーニングを無料で受けられるよう、市内のスポーツジムと法人契約を結んでいます。積極的に利用する社員がいる一方、行ったことのない社員もいるため、無理のないきっかけづくりが今後の課題です。



社内トレーニングジムの内部(左)と
法人契約をしたジムで汗を流す社員(右)

今後の取り組みについて

地道な健康経営を人材確保のツールに

昨年からストレスチェックと心理カウンセラーによるストレスセミナーを行い、自分がどのような状況でストレスを感じるかを理解してもらっています。

労働力は減少する一方です。健康経営は人材確保のツールにもなるため、今の取り組みを地道に継続します。

他社へのアドバイス

- 自社の事業内容や社風にあった健康経営を取り入れることが大切です。義務感からやるのではなく、会社に必要
- 必要な取り組みは何か、社員のために何ができるのかを考
- えれば答えが見えてきます。1回で人は変わりません。
- 楽しく、無理なく続けていきましょう。

社員の健康管理を行う 健康づくり推進担当者

取締役総務部部長
兼 生コン事業所統括マネージャー
國分 由紀枝さん



弊社は各事業所に一人ずつ健康づくり推進担当者を配置しています。担当者同士で常に情報を共有し、同じ認識で社員の健康管理を行っています。健康経営の内容は会社の運営会議で決定します。費用がかかっても長い目で見て社員のためになる取り組みは採用する方針です。みんなで意見を出し合い、会社に合うやり方を常に考えています。