

南双サービス株式会社 [広野町]

- ◆ふくしま健康経営優良事業所2021福島民報社賞
- ◆健康経営優良法人2022 プライツ500認定

Profile

●本 社 〒979-0402 双葉郡広野町下北迫字浜田55
TEL 0240-27-2497 https://www.snanso.co.jp/
●設 立 1979年 (昭和54年)
●代 表 者 代表取締役社長 西山 和幸
●従業員数 104名 (男性●名、女性●名：2022年7月1日現在)

事業内容

JERA広野火力発電所及び広野IGCC発電所における、発電用燃料の受払、防災・警備など発電所の運営に関わる幅広い業務を担い、電力の安定供給とともに福島県の復興に貢献している。



病気を未然に防ぎ運動などの健康増進で、生き生きと働ける職場に

本社屋内には、ぶら下がり健康器具が設置されており、休憩時間や昼休みに気軽に利用できます。



姿勢矯正クッションを配布。健康づくりの環境で座る姿勢を正しています。



ベジファーストを取り入れた生野菜付きお弁当を提供。会社が代金を一部補助しています。

取り組みのきっかけ 健康経営の実践を通じて企業価値を高めるとともに一人一人の社員が活躍できる職場を目指す

当社は、本社のある広野町をはじめとする相双地区に住む社員が多く働いていますが、震災の影響もあり相双地区の帰還人口が思うように回復せず、人材の確保が難しい状況にありました。そのような中2019年に新規事業が立ち上がることになり、さらなる人材確保策の一環として

健康経営の実践を通じ企業価値を高めて、会社の魅力をアピールしていくことにしました。また、社員には血圧や中性脂肪が高いメタボリックシンドロームの傾向が見られる者が多かったことから、一人一人が健康で生き生きと働ける企業を目指すため健康経営に取り組みははじめました。



常務取締役 大國 博司さん

取り組みの効果

健康を維持することで仕事だけでなく余暇も楽しむ意識が芽ばえてきた

再検査受診率100%を達成することで、まずは自分の健康状態を知り改善への足掛かりとすることができました。ふくしま健民アプリは、多くの社員がダウンロードしており、1日の目標歩数をチームで定めて朝、夕などにウォーキングする姿が見られました。チームでエントリーすることでメンバーが揃って運動することになったことに加え、社内でも上位チームを表彰することで競争意識が生まれ、優勝チームの1日平均の歩数は15,600歩に上りました。協会けんぽの出前講座は、プロから教わった専門的な知識を日頃の運動に生かすことで、生活習慣の改善と健康増進の相乗効果が生まれ、仕事だけでなく余暇も楽しむ意識が芽ばえているようです。



毎月1日を血圧測定の日と定め、出社時と退社前に血圧測定も実施しています

Real Voice 社員の声

様々な取り組みを通して健康づくりの意識が高まりました

業務課 齊藤智美さん



福島県が推奨しているベジファーストを取り入れた、生野菜付きお弁当を利用しています。たくさんの野菜を一度に取ることができるので、偏りがちな食生活が改善され助かっています。育児中のため、ウォーキングにはあまり参加できていませんが、課内の同僚は声を掛け合いチームでバーチャルウォーキングに積極的に参加するなど、社内の健康づくりへの意識は高まっていると思います。

具体的な取り組み内容

1

受診費用を会社が全額負担し、再検査受診率100%を達成



※写真はイメージです
今後も再検査受診率100%を継続していくことが目標です

社員の健康状態に目を向けると、日頃の運動不足もあり血圧や中性脂肪が高く、腹囲リスク(男性85cm以上、女性90cm以上)保有者は協会けんぽ福島支部や全国同業者の平均を大きく上回っている状況が続いていました。このままではいけないという危機感から、会社が主導し社員の健康づくりに取り組むことになりました。

真っ先に取り組んだのが疾病の早期発見・早期治療を目的とした再検査100%の実現でした。再検査を受診するための仕組みづくりが大事だと考え、受診費用と人間ドック費用を会社が全額負担すると同時に、管理職が中心となり面談を行い対象者が受診するよう働きかけました。2020年5月には受診休暇を新設。これらの取り組みにより、2019年度に25%だった受診率は、20年度は75%に改善、21年度、22年度と2年続けて100%を達成しました。

2

「ふくしま健民アプリ」を導入 歩く機会を増やし健康維持

社員の運動習慣を定着させるため、「ふくしま健民アプリ」の導入を進め、チーム対抗バーチャルウォーキング大会※1へエントリー。2021年度は11チーム42名が参加し、競争意識が生まれました。社内外のウォーキングイベントにも積極的に参加するなど、歩く機会を増やすことで健康維持に努めています。



※1 スマートフォンを利用し、ネット上でチームメンバーが期間中に歩いた「総歩数の平均」を競う

「Vレτζサンセットウォーク」に参加し汗を流す社員たち

3

協会けんぽ出前講座を受講 健康づくりの意識を高める

協会けんぽから、無料で借りられる健康づくりDVDや講師派遣型の運動講座を利用して運動に取り組む機会を設けることで、社員の健康づくりのきっかけにしています。運動のプロから効果的なアドバイスを受けることで、健康維持の意識を高めるだけでなく、日頃の運動に対するモチベーションアップにもつながっています。



講師派遣型の運動講座には毎年多くの社員が参加しています

今後の取り組みについて

5年かけてメタボ予備軍の低減にチャレンジします

2019年度からはじまった健康経営の様々な取り組みで、腹囲リスク保有者の割合は同年度の64.3%から2020年度に57.1%まで下がりましたが、まだまだ高い状態です。改善目標として、毎年腹囲リスクの該当者を4~5名程度減らし数値を5%ずつ低減して、2026年度までに35%以下を達成しメタボ予備軍の低減を図りたいと考えています。

Advice

他事業所へのアドバイス

健康づくりの鍵は「継続」です。そのために管理職が健康の大切さを伝え、先頭に立ち実践することが大事です。管理職が率先して楽しめば、社員も興味を持ち参加してくれるようになります。数値として現れるには、ある程度時間が掛かりますが、必ず結果はついてくると思います。