

企業の健康は、従業員の健康から始まる
愛媛の企業が取り組む
健康経営®

令和6年度 取り組み事例集

- 社会福祉法人 西予総合福祉会
- 古田除塵機 株式会社
- 株式会社風土
- 株式会社アトム商事
- 一般社団法人宇摩交通安全協会



協会けんぽ愛媛支部では、健康経営®に取り組む「健康づくり推進宣言事業所」のうち、
職場内の健康づくりにおいて特に優れた取り組みを行っている事業所を
「健康づくり優良事業所 支部長表彰」として表彰しております。

本事例集は、これから健康経営®を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のご参考として、
令和6年度支部長表彰事業所様の取り組み事例等をご紹介しますものです。



はじめに

近年、高齢化や労働人口の減少が社会問題とされるなか、「企業が従業員の健康に配慮することで、経営面でも大きな成果が期待できる」という考えのもと、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践する「健康経営®」が注目されています。

「健康経営®」とは、会社が社員の健康に積極的に配慮することによって、「経営面においても大きな成果が期待できる」との考えのもと、会社が戦略的に健康づくりを実践することです。

社員の健康管理・健康づくりの推進は、単に医療費という経費の節減のみならず、生産性の向上、社員の創造性の向上、企業イメージの向上等の効果が得ることが期待されています。

社員の健康管理者は経営者であり、その指導力の元、健康管理を組織戦略に則って展開するという「健康経営®」に対して、官民様々な団体が後押しがみられており、これからの企業経営にとってますます重要になっていくものと考えられています。

従業員は健康こそ、会社の資産！



健康経営®が「今」必要な理由とは？

①従業員の高齢化

少子高齢化に伴う労働力人口の減少により、従業員の平均年齢の高齢化が進んでいます。これとともに、がん、心疾患などの生活習慣病が増加しています。

②働き盛りの世代の健康を脅かす生活習慣病

生活習慣病の発症リスクは年齢とともに高まります。生活習慣病は自覚症状がほとんどないまま進行するため、定期的な健康診断が欠かせません。

③メンタルヘルス不調者の増加

長時間労働による過労、パワハラ、職場の人間関係などが原因で、メンタルヘルスの不調を訴える人が増えています。傷病手当金の受給原因はメンタルヘルスの不調が約3割を占めています。

少数精鋭の中小企業ほど、一人でも抜けてしまうとダメージが大きくなります。今働かれている従業員の方に長く、健康で働き続けてもらうことが大切ではないでしょうか。「個人の問題だから会社は関与しない」と疎かにすると、企業生命の危機にも繋がります。

健康経営®のメリットとは？

健康経営®に取り組むことは、従業員の活力向上や医療費の削減、コミュニケーションの取りやすい組織により創造性の向上、企業イメージの向上に繋がります。

健康管理を個人任せにしないで、企業が積極的にサポートするという健康経営®こそ、結果的に業績にも良い影響をもたらせます。



各施設の協力のもと
すべての職員に健康への
サポートを実施

職員同士の交流を深めることを目的として
バドミントンやフットサル、ヨガ教室などを
実施。コロナ禍で中止になったものもあるが、
事業所単位など小規模で継続中だ。

感染症対策はもちろん、 気軽に悩みを相談できる 心の健康を支える仕組みも

特別養護老人ホームや保育園、障がい者施設など多数の施設を運営する同法人では、メンタルヘルス研修も積極的に実施しており、職員が匿名で相談できる外部のメンタルトレーナーを委託。気軽に悩みを相談できる体制も整えている。またコロナ禍においては、手洗いや消毒、施設内の消毒作業も毎日実施。規模を縮小する形で、施設内イベントや家族との交流会なども徐々に再開されつつある。勤怠管理は法人全体でデータ化されており、長時間労働が発生している場合には施設長に報告される仕組みも。法人事務局を主体として様々な施策が行われており、風通しの良い職場環境が保たれている。

取り組みのきっかけ 各種制度に合わせた変革を

同法人が運営する施設は40カ所近くあり、またパートタイム労働者も含めると職員数は750名近くになる。各施設との連携を図りながら制度に即した取り組みを実施。

取り組みの内容 約750名の職員の健康データを一括管理

事業所の人数に応じて産業医や八幡浜地域産業保健センターで健康診断を実施。また、同会の委員会がストレスチェックの結果をデータ化&分析し、『心の健康づくり計画』を作成するなどメンタルヘルスの向上にも努めている。

- 職員の等級ごとにメンタルヘルス研修を実施
- 匿名で相談できるメンタルサポート体制の整備
- マスクの着用・施設の掃除など感染予防を徹底
- 勤務状況を把握し、週1回定時退社日を設定
- クラブ活動による職員間の交流を促進
- 自動販売機の内容の一部を無糖・低糖に変更



取り組みの成果 対象者全員が特定保健指導に参加

各施設の施設長を通じて対象者に呼びかけを行うことで、特定保健指導の対象となった職員全員が保健指導を受けるようになりました。各施設の勤務シフトの関係で、面と向かっての指導が難しい職員のため、オンライン面談の環境も整えました。

法人事務局
平田美穂さん



社会福祉法人 西予総合福祉会

西予市宇和町久枝甲1434-1
TEL 0894-62-3773
従業員数／743名
事業内容／医療・福祉

昭和47年2月29日、行政等からの要請により、ろうあ児施設松葉学園、いずみ保育園を設置経営する宇和町社会福祉施設協会として設立。平成20年に名称変更。きめ細やかなサービスを提供し、地域福祉の拠点として地域からの信頼も厚い。

HPIはこちら



理事長
清家浩之さん

top message

誰もが安心して暮らせる心豊かな環境を目指す

西予総合福祉会は、福祉ニーズを的確にとらえ、「老人に生きがいを」「障がい者には希望を」「子どもには大きな夢を」を基本理念とし、利用者、職員、そして地域と「共に生き、共に歩み、共に育つ」ことを行動の指針として、誰もが安心して暮らせる心豊かな地域づくりを目指しています。私たちの仕事は、高齢の方、障がいのある方、そして子どもたちの生活に寄り添える仕事です。今後も職員全員が関わる方々の喜びに向けて邁進できるよう努めてまいります。

多くの社員が、定年の65歳を過ぎた後も延長雇用を希望する同社では、労働時の肉体的な負担軽減も目指している。写真は、納品する部品をトラックに積み込む際のリフトだ。

持続可能かつ

社員が働きやすい

環境を整えていく

働きやすさ、健康管理 そして地域との関わりを 大事にした健康経営

空気中の粉塵を集める役割を果たし、工場で発生する木くずなどの廃棄物を効果的に処理する「集塵機」という機械を中心に、設計から納品まで一貫して行う「古田除塵機株式会社」。納品先の工場のニーズに応じてオーダーメイドの設計を行う生産体制ゆえに、社員一人ひとりの仕事が同社の運営に直結していることは言うまでもない。そんな同社が創業当初から大切にしていることは「プライベートの充実」と「地域社会とのつながり」だ。地元の祭りや稲刈りといった季節の行事に社員が参加することを奨励している。また定時退社も徹底しており、1カ月の平均合計残業時間は3時間程度だという。

取り組みのきっかけ 先代である会長の信念を受け継ぐ

「プライベートを充実させることで仕事がより良くなる」という会長の信念を受け継ぎ、何年も前から社員の健康と働きやすい環境づくりに尽力している。

取り組みの内容 ホワイトでクリーンな勤務体制を徹底

働きやすい環境を整える他、社員の健康維持や体力向上を目的とした取り組みも実施。会社の社会的責任を果たすとともに、社員のモチベーション向上にもつなげている。

- 勤務時間中に健康診断を受診可能
- 負担軽減につながる設備の導入
- 残業ゼロ・定時退社の徹底
- 自動販売機にて健康飲料の導入
- 有給休暇を利用しやすい体制の整備
- 健康増進プログラムの導入(予定)



取り組みの成果 仕事とプライベートの両方が充実

プライベートの時間を大切にできることから、仕事後にスポーツジムや趣味の活動に時間を充てる社員も多いです。さらに社員がウォーキングなどの運動を通じてドリンクチケットなどの特典を得られる仕組みを導入し、更なる健康意識の向上を図っています。



総務
古田真美さん

top message

地域や家族を大事にできる働き方を整える

社員の皆さんは地元の一員として、またそれぞれの家庭内で家族の一員としての役割も持っているということを常に念頭に置いています。そのため、地域行事や子育てなど、仕事とプライベートのバランスも大事に考えています。残業もほとんど無いことに加え、柔軟な働き方が叶うことも当社の魅力であり強みの一つです。社員一人ひとりが、仕事以外でも生きがいを感じられるような時間や場所を大切にしながら、社会の一員として豊かな暮らしを実現してほしいと思っています。

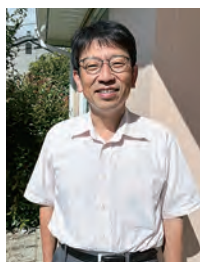


古田除塵機株式会社

喜多郡内子町大久喜甲26-1
TEL 0893-43-0222
従業員数/21名
事業内容/装置製造・販売・工事

商社などの依頼をもとに送風機、集塵機、換気・空調装置といった特殊な機械の新設や改修を行う。昭和33年の創業以来、計画からアフターメンテナンスまで一貫したサービス体制で取引先からの信頼も厚い。福利厚生も充実も強みだ。

HPIはこちら



代表取締役
古田真一さん

朝9時、社内清掃の前にその場にいる社員全員でラジオ体操を実施。朝一番に体を動かすことで、労働時のけがや仕事のミスが減らすこともねらいのひとつだ。

ワークライフバランスを重視した働きやすい環境で心身ともに健康な生活を

社員の高齢化を見据え、自ずと健康を意識できる仕組み

社員の平均年齢上昇により、健康診断でも気になる項目がある社員が増えた一方、「忙しい」の言葉で保健指導の機会が消えていっていた時期もあったという同社。そんな中、労働環境改善のためフレックスタイム制を導入。それがワークライフバランスを意識する環境づくりのきっかけとなった。また健康診断後に重点を置いている同社は、保健指導のスケジュール調整や二次検査費用を会社が負担するしくみを社員へ積極的に告知。現在は「社員の不調に早く気づき、会社全体でフォローできるように」と社内の相談窓口も設置している。社員の健康意識向上につながる様々な取り組みを実施中だ。

取り組みのきっかけ 社員の声や新卒採用への取り組みが契機に

きっかけは様々。社員から声が上がったことで採用することになったものもあれば、2021年から新卒採用の採用活動を始めたことで意識するようになったものも。

取り組みの内容 仕事と家庭を両立しやすい勤務体制に

2024年現在、社員の平均年齢は48歳。社員の声を反映する形でフレックスタイム制を導入した。出勤時刻が早ければその分終業時刻も早まるため、プライベートの時間を確保しやすく好評だという。

- 毎月協会けんぽメールマガジンを全社員へ通知
- 健康診断の二次検査費用を会社が負担
- ポスター掲示にて階段利用・禁煙を推奨
- フレックスタイム制の導入
- メンタルヘルス推進担当者による心の健康づくり計画の作成



取り組みの成果 社員の健康への意識が向上

日常的な階の移動は階段を使う人が大半に。屋内を全面禁煙にすることで、禁煙を心掛ける社員が増加しました。また前もってスケジュールに組み込むことで、特定保健指導の受診率もアップ。社員の健康意識の高まりを感じられます。



管理部課長
水沼佳子さん



株式会社風土

松山市来住町1344-1
TEL 089-976-7311
従業員数／20名
事業内容／総合工事業

戸建住宅や賃貸住宅、商業施設、事務所等の企画・設計・施工及びリフォームを手掛ける同社。時代が求める様々なニーズに対応し、愛媛県下を中心に着実に発展を遂げている。地域や自然と共存できる高品位・高品質な建築物の提供を目指す。

HPIはこちら



代表取締役
大西知人さん

top message

“元気”で“まじめ”に働ける職場の風土を創ることを目指す

社員一丸となり、お客様や地域の未来に貢献できる良い会社になろうという気持ちで活動を続け、今年で13周年を迎えることができました。一般的に建設会社というのは3K職場（危険・汚い・きつい）の代表のようなイメージがあると言われますが、弊社は安全管理の徹底、清潔な職場づくり、ワークライフバランスを考えた働きやすい職場づくりなどに取り組んでいます。発展途上の会社ではありますが、社員からの声を反映しながらよりよい職場環境の整備に努めてまいります。

主会場となる「サンシティ北条」(松山市下難波)から波妻の鼻までの約3kmを参加者たちがそれぞれのペースで歩くイベント「ふるさとウォークin北条」を開催

ウォキングの推奨で 地域貢献と健康推進の 両方の達成を目指す

従業員の身体的健康が 心の健康につながるという グループの理念のもと活動

「ふるさとみたいな町づくり・少子高齢社会をサポート」を経営理念とし、医療・福祉業界で様々なサービスを提供するアトムグループ。その購買部・レンタル部・不動産部を担うアトム商事は、従業員一同きめ細やかな心遣いをと誠意を持ち業務に励んでいる。数年前からは同グループを中心とし、「ふるさとウォークin北条」と題したノルディックウォークのイベントを開催。地域に根差した企業や団体の協力のもと海岸清掃を行った後、北条の美しい海を眺めながら、ゆったりと歩く。令和6年5月に開催した第4回目となるイベントには、地域の企業や団体の協力もあり約200名もの参加者が集った。

取り組みのきっかけ グループ全体の高い健康意識

医療をはじめ、様々な事業を通して少子高齢社会のサポートや子育て支援に取り組むアトムグループの理念「安心・安全・健康まちづくり」の意識が共有されている。

取り組みの内容 健康に関するアドバイスを社内で共有

食事・運動・ストレッチなど、健康に関する情報やアドバイスを積極的に社内で共有。その他、日常的に軽い運動等をする事を呼びかけるなど健康意識の向上を目指している。

- ノルディックウォークや地域活動の実施
- 昼食時には健康に配慮した選択を推奨
- 残業の抑制・定時退社の推奨
- 従業員の自発的な運動実施への声掛け
- 社内禁煙の徹底
- 健康に関するアドバイスの提供



取り組みの成果 従業員の運動習慣の定着

従業員の健康に関しては、個別面談を通じて状況や進捗を確認する機会を設けています。こうした取り組みにより、健康に対する意識が高まり、自発的にウォーキングやジムに通う従業員も増えています。



事務員
浅野愛水さん



株式会社アトム商事

松山市天山2-5-5
TEL 089-998-6868
従業員数/18名
事業内容/介護用品の販売・レンタル、不動産賃貸等

医療・福祉・パブリック・サービス・NPOの5つの部門により構成されているアトムグループ。ワークライフバランスに考慮した様々な働き方を推奨。アトム商事は、介護用品・事務用品の販売、福祉用具のレンタル、不動産賃貸などを主な業務としている。

HPIはこちら



常務取締役
芳之内秀幸さん

top message

事業所での連携も図りつつ健康をサポート

良い仕事をしようと思うと、やはり健康が一番大事になります。従業員一人ひとりが病気をしない体を創っていく上では、小さなことでも継続して行うことが大切です。そのため、運動習慣がつくような日々の声掛けや昼食の内容に気を配りたくなるようなコミュニケーションを心掛けています。従業員の皆さんが心身ともに健康でいられるようサポートするため、アトムグループの総合力を活かし、他の事業所との連携も図りつつ健康経営を目指していけたらと考えています。



職員のリフレッシュやコミュニケーション向上のため、2階の多目的スペースに卓球台を設置。空き時間には教習所の生徒も使うことができ、リラクスの場となっている。

卓球台を設置して
職員のリフレッシュと
コミュニケーション促進

SDGsにも通ずる 働きやすい職場づくりを 率先して実行する

四国中央市で「宇摩自動車教習所」を運営している一般社団法人宇摩交通安全協会。当事業所ではSDGs宣言も掲げており、地域の交通安全教育センターとしての業務を重視し、地域の交通事故防止に尽力している。掲げている項目の一つに、働きやすい職場づくりがある。具体的には、職員がプライベートな時間も充実させられるよう、定時退社の声掛けによる長時間労働の削減や、教習所内の食堂における健康メニューの採用などだ。また、休憩時間や空き時間にちょっとしたリフレッシュができるよう卓球台を複数設置。教習生と職員間のコミュニケーションの場としても機能している。

取り組みのきっかけ 新型コロナウイルスの流行も契機に

欠員が出ると授業の調整が非常に難しくなる環境であるがゆえに、従前より職員の健康維持対策が行われてきた。特にコロナ禍で、一層感染対策に力が入った。

取り組みの内容 昼休みにジョギングをする職員も

昼休みなどにジョギングやウォーキングをする習慣がある職員も複数。川之江城が徒歩圏内であることや教習所のコース内で運動が可能な点も職員の日常的な運動習慣を後押ししている。

- 共用スペースに卓球台を設置
- 禁煙・飲酒過多防止等のポスター掲示
- 全額事業所負担でインフルエンザ予防接種
- 協会けんぽの会報誌(過去号含む)の掲示
- ジョギング等運動習慣の推進
- 生活習慣病予防健診の実施



取り組みの成果 感染症対策の効果を実感

インフルエンザの予防接種を当事業所による負担で実施しているのですが、ここ数年はインフルエンザに感染する職員がいません。予防接種の効果だけでなく、日々の運動や生活リズムを崩さない働き方ができている点も関係しているのではないかと思います。



総務部長
豊田裕美さん



一般社団法人 宇摩交通安全協会

四国中央市川之江町4087-30
TEL 0896-58-2949
従業員数/26名
事業内容/自動車教習所の運営

教習生の性格に合った教習で、安心・安全なドライバーの育成に努める「宇摩自動車教習所」の運営を行う。事務員も指導員も気さくでアットホームな空間。「交通安全オープンキャンパス」と題して教習所を1日解放するイベントも実施している。

HPIはこちら



所長
寺尾一志さん

top message

勤務場所の特性を活かした健康づくりを

教習所にとって、職員の病欠は避けたい事態です。そういった背景もあり、かなり前から健康に関する取り組みは実施してまいりました。幸いなことに教習所の車が通っていない時間にはコース内を走ることもできますし、少し歩けば川之江城の坂を上り下りしてトレーニングすることも可能です。協会けんぽの保健指導を受けていた職員の中で、実際に減量を志して成功させた人もいます。インフルエンザの予防接種に関しても、次年度以降も引き続き実施していきたいと考えています。



〒790-8546 愛媛県松山市千舟町4丁目6-3 アヴァンサ千舟1F

TEL 089-947-2100

営業時間 08:30～17:15（土日祝・年末年始を除く）