

# 健康づくり優良事業所

## 取り組み事例集



協会けんぽ愛媛支部では「健康づくり推進宣言」を  
された事業所に対し、  
健康経営®への取組をサポートします！

® 特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標



全国健康保険協会 愛媛支部

協会けんぽ

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/>

## — 目 次 —

### 健康づくり優良事業所 愛媛支部長表彰事業所の紹介

令和元年度	株式会社愛水	…P1
令和元年度	有限会社川滝運送	…P2
令和元年度	クラレテクノ株式会社 西条営業所	…P3
令和元年度	株式会社佐々木組	…P4
令和2年度	株式会社あわしま堂	…P5
令和2年度	四国総合流通株式会社	…P6
令和2年度	株式会社JAえひめ総合情報センター	…P7
令和2年度	仙味エキス株式会社	…P8
令和2年度	尾藤建設株式会社	…P9
令和3年度	宇和島商工会議所	…P10
令和3年度	ケーアイ株式会社	…P11

# 株式会社愛水 新居浜市／管工事業



〒792-0026  
愛媛県新居浜市久保田町2-1-45  
TEL 0897-34-1313  
FAX 0897-37-3370  
従業員数：27名  
<http://www.aisui.co.jp>



## 取り組みのきっかけ 企業理念達成に向け、自らが考える健康づくりを開始

弊社の企業理念「わが社は、お客様と喜びを共有しながら成長し、そしてグループに関わるみんなが幸せになれる企業であり続けることを目指します」を達成するためには、従業員一人ひとりが自らの能力を最大限に発揮し、企業全体の生産性を向上させる必要があると考えました。そこで「まず従業員が健康でなければならない」という観点から、2016年に健康づくりの取り組みを開始。会社がメニューを用意するのではなく、従業員自らが考え、選択できるようにし、かつ各従業員の目標や具体的な取組方法、取組状況を全員が共有できるようにしました。

## 取り組みの内容 適所にメールやアプリなどのICTを活用

■**目標設定**：毎年8月、各自が1年間の健康づくりの目標と取組方法を宣言する「みんなの健康宣言」を実施しています。宣言内容や3カ月ごとの取組状況を従業員全員が共有することで、モチベーションを維持しています。

■**健康診断受診**：受診費用は全額会社負担で、受診率は100%を継続中。要指導項目がある従業員には、保健師による健康指導の機会を設けています。

■**受動喫煙防止**：2020年4月から事務所内および敷地内は全面禁煙とし、社用車も禁煙にしました。喫煙所を設けていますが、会議などで禁煙について積極的に啓発するなど、喫煙者比率を下げる取り組みを続けています。

■**適切な働き方**：「勤怠管理システム」を導入し、残業時間が10時間を超えると、従業員に自動配信メールでお知らせし、注意を促しています。また、GWやお盆、年末年始に会社の指定休を設け、日曜・祝日の前後に一斉有給休暇取得日を設けることで、長期休暇や有給休暇5日取得を実現しています。



今回、目標が達成できなかったとしても、取り組みを継続することに意味があります。また、新しい目標に向かって、健康を維持するための取り組みをお願いします。

▲「みんなの健康宣言」の取組状況



▲トレーニングマシン、ヨガマットなど

■**運動支援**：運動することで健康ポイントが貯まるヘルスケアアプリの利用料を会社が全額負担し、従業員の健康活動をサポートしています。また体力増強の為にトレーニングマシンを設置するほか、ヨガマットやストレッチポールによるリラックスできる場所を提供しています。

■**啓発活動**：グループコミュニケーションアプリを活用し、従業員のスマホに健康づくりに関する情報を随時発信しています。また「みんなの健康宣言」の取組状況を会社全体で共有しているほか、健康診断についても「要観察や要指導が何人いるか」などの情報を共有することで早めの行動を促し、全社で健康づくりに取り組む雰囲気を醸成しています。

## 成果や今後について 生産性が向上し、健康企業のイメージが浸透

従業員の健康に対する意識が少しずつ高まり、所定外労働時間が減ったことで、生産性の向上に繋がっています。また「健康経営優良法人」に認定（日本健康会議）されたことで、社外的にも“健康に積極的に取り組む企業”として認知されるようになりました。今後は現在の取組内容に加え、要検査者の受診率を上げることで重症化の予防を目指します。また喫煙者比率を下げるために「非喫煙手当」の導入なども検討していく予定です。

# 有限会社川滝運送 四国中央市／運送業



〒799-0127  
愛媛県四国中央市川滝町下山1403  
TEL 0896-58-8216  
FAX 0896-58-3198  
従業員数：12名  
<https://kawataki-unsou.com>



## 取り組みのきっかけ 日頃から声を掛け合い、従業員の健康状態を把握

2018年に保険会社の方から「健康経営優良法人認定制度」を教えてくださいました。以前から取り組んでいた従業員の健康づくりの多くが認定制度に当てはまっていたのですぐに「健康づくり推進宣言」をしたところ、2019年に健康経営優良法人に認定されました。さまざまな取り組みを総合的に評価していただいた結果だと思いますが、弊社では従業員同士の何気ない会話から健康上の問題点を発見し、一人ひとりの症状や生活実態に応じた対策を段階的にアドバイスしており、お互いに声を掛け合うという習慣が健康づくりの根幹になっています。

## 取り組みの内容 自社の“健康づくりノウハウ”を地域にも還元

■**健康診断受診**：受診率は100%を達成しています。要検査が出た従業員には産業医による保健指導を勧めるほか、オリジナルの書類を渡し、提出を義務付けています。書類には医療機関名や受診日のほか、再受診結果や治療開始日などの記入欄を設けています。また「セルフケアチェックノート」に乗務前後の血圧や体温、体調、睡眠時間・状態、服薬などを毎日記入して提出させています。看護師の資格を持つ従業員がチェックして気になる点があれば、その場ですぐに対策などをアドバイスし、その後の経過に注意を払います。

■**適切な働き方**：熱中症対策として従業員一人ひとりにマッチした健康飲料や塩飴、クールタオルなどを支給しているほか、事務所にサーバー水、果実酢を常備しています。また年1回、外部の保健師を講師に迎えて健康セミナー＆個別相談を実施しており、2021年はストレッチ体操とコンビニ食の上手な活用法を指導していただきました。

■**地域を巻き込んだ活動**：地域の自治会や老人会からの依頼で、看護師の資格を持つ従業員が健康づくりに関するセミナーや教室を随時開催しています。感染症にも精通しており、新型コロナウイルス対策の一環として市内の小中高校全28校をはじめ、自治会、老人会、公民館などで「正しいマスクの装着方法」などを指導しました。



▲地域の高齢者に対する「新型コロナ感染防止健康教室」

■**メンタルヘルスケア**：コロナ禍で感染者やその家族に対する誹謗中傷が社会問題となる中、従業員の間でも感染や誹謗中傷への不安が広がりました。

そこで「シトラスリボンプロジェクト」に参加し、新型コロナウイルスに対する正しい知識を身に付け、行動するようになりました。



▲保健師による「運転席でできる健康ヨガ」の指導

## 成果や今後について 安心して、笑顔で長く働ける環境づくりに注力

具体的な取り組みを行った結果、従業員はもちろん、その家族も健康に対する意識が向上。直近の健康診断では要再検査となった従業員は一人もおらず、成果を実感しています。また地域住民の方から健康に関するセミナーの依頼があり、弊社の“健康づくりノウハウ”が地域との接点になっています。今後は従業員一人ひとりの希望を聞き、健康状態を観ながら定年延長を行うなど、安心して、笑顔で生き生きと長く働ける環境を作っていきます。

## クラレテクノ株式会社 西条営業所

西条市／製造業



〒793-0027  
 愛媛県西条市朔日市892  
 TEL 0897-55-4060  
 FAX 0897-56-9522  
 従業員数：214名  
<https://www.kuraray-techno.com>



## 取り組みのきっかけ 従業員の健康維持＋貴重な経営資源の確保

雇用延長により定年が65歳まで引き上げられ、条件次第で65歳を越えても勤務できるようになり、従業員の年齢構成が次第に上がっていく中、必然的に体力低下や基礎疾患の発症が懸念される従業員が増え始めました。“健康で長く元気に働いてもらえる環境づくり”が急務となり、2018年に健康づくり経営に着手しましたが、従業員の健康維持はもちろん、会社の労働力（＝経営資源）確保の観点からも、重要な施策であると考えています。

## 取り組みの内容 “業務の一環” にすることで、能動的に取り組める

■**健康診断受診**：生活習慣病予防健診は全額会社負担で、従業員は就業時間中に“業務の一環”として受診。担当部署が従業員の出勤状況を把握した上で事前予約するため、従業員はスケジュール調整の手間が省けます。

■**受動喫煙防止**：以前から喫煙所を設置して完全分煙化を実現していましたが、現在は改正健康増進法に則り、煙の排気方法などを細かく設定しています。さらに独自ルールとして喫煙所に入れるのは原則一人とし、8：00～9：30と13：00～14：30は禁煙タイムにしています。

■**適切な働き方**：毎朝8時の始業開始と同時にラジオ体操とクラレ腰痛体操を実施しています。クラレ腰痛体操は西条営業所独自のもので徐々に成果が出てきており、現在、腰痛で医療機関を受診する従業員は2年に1人程度まで減りました。また有給休暇のほかに特別休暇を設けています。これは従業員が消化できず時効によって消滅する有給休暇の一部を傷病休暇に置き換えられる制度です。また年2回、部署間で交流できるスポーツ大会を開催しているほか、2020年からはスポーツ大会への参加や休活ウォーキング（休日を活用したウォーキング）、禁煙などでポイントが与えられる「生き生きバイタリティポイント」を導入しました。



▲健康づくり課外活動でのヨガ教室

2020年は従業員の約半数が自主的に参加し、優秀者には賞状と賞金を授与しました。

■**啓発活動**：健康づくり推進宣言と同時期に健康経営に関する組織を設置。各委員が役割分担しながら、スポーツ大会の企画やポイント事業のアイデアを出し合い、従業員に啓発しています。また「健康標語」を募集したところ、従業員数を超える256点の応募がありました。その中から「今日もヨシ！心と体に安全呼称」など優秀な作品30点を選定し、日めくり式の短冊にして、毎日朝礼で唱和しています。



▲健康づくりスポーツ大会での体力測定

## 成果や今後について 楽しみながら健康づくりができる環境を整備

健康診断の受診率は100%を達成しています。休活ウォーキングは社内のコミュニケーションを活性化し、部署によっては体力向上により業務効率が上がっています。今後は「生き生きバイタリティポイント」の内容を充実させ、楽しみながら健康づくりができる環境を整備したいと考えています。また新型コロナウイルスのワクチン接種は副反応が懸念されていますが、特別休暇取得を奨励し、会社としてスムーズなワクチン接種に貢献したいと思っております。

# 株式会社佐々木組 大洲市／建設業



〒799-3762  
 愛媛県大洲市豊茂乙310  
 TEL 0893-57-0122  
 FAX 0893-57-0031  
 従業員数：22名  
<https://www.sasakigumi3.com>



## 取り組みのきっかけ 年齢に関係なく、元気に楽しく働いてもらいたい

もともと先代社長が「社員には元気で明るく健康的に、楽しく働いて欲しい」という方針を掲げていました。2000年に65歳定年が努力義務化されたのに伴い、社員の高齢化が予想される中、「健康であることが良い仕事につながる」と考え、朝礼でラジオ体操を始めました。「健康づくり推進宣言」を行ったのは2018年です。

## 取り組みの内容 労働時間適正化、有給取得など働き方改革推進中

■**健康診断受診**：健康診断はかなり以前から実施しており、受診率100%を10年以上続けています。現在は一定条件を満たせば付加健診費用も会社負担で受けられ、家族も対象にしています。インフルエンザの予防接種も会社が費用を半額負担しており、毎年ほぼ全員が受けています。

■**受動喫煙防止**：事業所内は全面禁煙で、屋外に喫煙所を設けていますが、従業員には禁煙を推奨しています。

■**適切な働き方**：働き方改革として「労働時間の適正化」と「有給休暇取得率の向上」に取り組んでおり、具体的には「週末ノー残業」と「有給休暇の基準日+1日取得」の達成を目指しています。また業務負担の多い現場監督職については、「労働者疲労蓄積度チェックリスト」（厚生労働省）を使った自己診断を実施し、負担度が高いと判断された従業員には、メンタルヘルス相談窓口の利用を勧めています。さらに事業所内にルームウォーカー、血圧計、整水器を設置し、いつでも誰でも利用できるようにしているほか、正面玄関と社員通用口には新型コロナウイルス対策用のマスクや消毒液、体温計を常備して感染防止に努めています。



▲事業所内に設置しているルームウォーカー



▲受付には新型コロナウイルス対策グッズや熱中症対策の塩飴などを常備

■**食の指導**：健康診断で血圧の数値が高い従業員や、一人暮らしで自炊に慣れていない従業員には、簡単に作れる減塩レシピ紹介や減塩弁当等の配達業者を紹介し、減塩を勧めています。

■**推進体制&啓発活動**：月末の会議で熱中症など時節の注意事項を現場監督に伝え、作業員にも周知を促しています。また協会けんぽ愛媛支部から送られてくるポスターやリーフレットなどを従業員の目に触れやすい場所に掲示・設置しているほか、「健康つうしんぼ」やメールマガジン「Salud！えひめ」を活用し、従業員の健康に対する意識を高めています。

## 成果や今後について 従業員の健康が、経営面の健康につながる

健康診断は生活習慣病などの早期発見につながっており、従業員の健康意識は確実に高まっています。従業員の高齢化が進み、定年延長したベテラン従業員は仕事と治療の両立をしています。元気でいれば欠勤率も低下して納期短縮が目指せ、経営面でも健康になります。今後も引き続き健康への意識向上に向け啓発活動に取り組むほか、新型コロナウイルス対策として県外往来など感染リスクの高い行動を減らすなどし、感染防止に努めたいと思います。

# 株式会社あわしま堂 八幡浜市／和菓子製造業



〒796-0295  
愛媛県八幡浜市保内町川之石1-237-53  
TEL 0894-36-1711  
FAX 0894-36-3133  
従業員数：約1,000名  
<https://www.awashimado.co.jp>



## 取り組みのきっかけ 経営理念の“笑顔づくり”を具現化する“健康づくり”

健康診断や運動、レクリエーションなど、健康づくりにつながる活動は以前から実施していましたが、2018年に協会けんぽ愛媛支部から「健康づくり推進宣言」という制度があることをお聞きし、2019年に宣言しました。これを機に、各部署が独自に取り組んでいた健康づくりに関わる活動内容をヒアリングし、会社として体系化しました。弊社の経営理念は「美味しさづくり、笑顔づくり」ですが、“笑顔づくり”には従業員やその家族の笑顔も含まれるので、笑顔に通じる健康づくりの推進は違和感なく、ごく自然に取り組んでいます。

## 取り組みの内容 子育て・介護支援では、法律を上回る制度も！

■**健康診断受診**：全従業員を対象に、全額会社負担で実施しています。従業員数が多い4つの工場ではできるだけ参加しやすくなるよう、検診車による集団健診を、繁忙期を避けて実施。14カ所ある営業所の従業員は指定の医療機関で就業時間中に受診しますが、出勤扱いになります。

■**適切な働き方**：子育てや介護などについては関連法案に則り適切な制度を設けているほか、法律の内容を上回る弊社独自の制度もあります。例えば、つわりが酷いときは積立有給が使用でき、育児休業の初めの5日間は特別有給が付与されます。また子どもを保育所に入所させる際は、保育料の範囲内で子ども1人に付き上限月額1万円の保育料補助手当を支給しています。

■**コミュニケーションの促進**：コロナ禍のここ2年は開催を見送りましたが、例年夏場に従業員の家族や地域住民を本社に招き、「あわしま祭」を開催しています。屋台やゲーム、ステージでのダンスや太鼓などで盛り上がります。また入社3年目の従業員がレクリエーション委員会を組織し、クリスマス会やハロウィンパーティーなどを工場ごとに企画・実施しています。企画立案や他部署への協力要請、現場の運営・管理などを体験させることで、若手従業員に事業の仕組みを理解させ、成長を促す狙いもあります。



▲「あわしま祭」のゲームコーナー



▲全社員に配付しているオリジナルのお役立ちハンドブック「安心して働き続けるために」

■**啓発活動**：「子育て」「介護」「病気と仕事の両立」に関する制度をまとめたお役立ちハンドブックを作成し、従業員に配付しています。また年1回は健康に関する社内勉強会を実施しており、直近では四国がんセンターの医師を招き、乳がんについての講演をしていただきました。

## 成果や今後について 従業員の声を集め、コロナ禍の健康づくりを推進

健診受診率は以前から100%を達成しており、有給休暇の取得率は最近上がり始め、労働時間は減少傾向にあります。新型コロナが落ち着けばイベントなどを随時再開し、社内でのコミュニケーション促進に取り組みたいと思います。また今後、新型コロナ対策として在宅ワークを増やしていく予定ですが、“在宅ワークならではの健康問題”の発生も予想されますので、在宅従業員の声を聞きながら随時対策を講じていく予定です。

# 四国総合流通株式会社 松山市／運送業



〒791-8044  
愛媛県松山市西垣生町802-13  
TEL 089-973-0801  
FAX 089-973-3824  
従業員数：24名  
<https://www.s-sogoryutsu.com>



## 取り組みのきっかけ ドライバーならではの健康上の課題が顕在化

日によって勤務時間が変わるトラックドライバーは生活リズムが不規則で、食事は外食やコンビニ弁当が多く、生活習慣病のリスクは比較的高いと言えます。また弊社でも高齢化が進み、従業員の健康に自然と注意を払うようになる中、協会けんぽ愛媛支部のアドバイスもあって2017年に「健康づくり推進宣言」を行いました。

## 取り組みの内容 毎朝のラジオ体操でコミュニケーションが活性化

■**健康診断受診**：健康診断はオプション検査も含め全額会社負担で、受診率は100%。要検査が出た従業員には再受診を促し、近年は再受診率も100%です。また「運輸ヘルスケアナビシステム」（全日本トラック協会）を活用しており、健診結果を入力することで個人の健康状態の情報が蓄積できるほか、会社全体の状況が把握でき、健康づくりに役立っています。インフルエンザの予防接種は、費用の一部を会社が負担しています。

■**受動喫煙防止**：事務所内は完全禁煙で、敷地内に喫煙所を1カ所設置しています。従業員には禁煙を促しており、最近1人が禁煙に成功し、1人が禁煙外来に通うようになりました。

■**適切な働き方**：ドライバーは勤務時間がバラバラということもあり、“従業員が毎日集まる”という習慣はありませんでしたが、健康宣言をきっかけに体を手軽に動かせるラジオ体操の利便性に気付き、毎朝、集まれる人たちがラジオ体操を始めました。すると予想以上にリフレッシュできる上、体操をしながら世間話をする中で社内のコミュニケーションが活性化しました。また安全運転などを指導する「社内講習」を実施していますが、その際心身のリフレッシュを目的に、整体師に来ていただき、まとめて施術してもらうこともあります。また休憩室にはシャワールームを設置し、衛生面にも配慮しています。



▲祭りの話など世間話で盛り上がるラジオ体操

■**新型コロナ対策**：愛媛県トラック協会の職域接種に参加していますが、副反応が懸念される2回目の接種については、従業員の判断で有給休暇が取れるほか、勤務する際も運転時間が短くなるよう、目的地を調整しました。

■**啓発活動**：協会けんぽ愛媛支部や保険会社から送られてきたポスターを掲示しているほか、「社内講習」のときに健康に関する情報を提供しています。



▲血圧を測定中の従業員

## 成果や今後について 血圧測定が習慣化するなど、従業員の変化を実感

健康宣言後、従業員の健康意識が確実に向上しました。事務所の出入り口に血圧計を設置していますが、設置当初は測定を促すために測定回数に応じて商品券を進呈していました。ところが半年も経つと測定が習慣化し、従業員同士の会話にも健康の話題が自然に出るようになりました。今後は協会けんぽ愛媛支部のアドバイスを聞きながら、従業員にとって有用な健康情報を啓発していくことで、一人ひとりの健康維持に貢献したいと思います。





〒790-0056  
愛媛県松山市土居町31-1  
TEL 089-933-5222  
FAX 089-932-8044  
従業員数：約50名  
<http://www.jaehimecc.co.jp>



## 取り組みのきっかけ 従業員の不健康は、企業の経営リスク

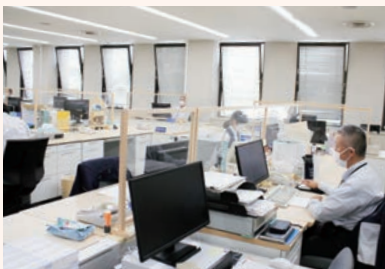
中途採用の実施などにより、2018年4月時点の役職員の平均年齢は49歳、55歳以上が4割を占めるなど高齢化が進んでいました。結果、健康を害する従業員が複数出てきたことでほかの従業員の負担が増加し、業務への支障が生じる可能性が高まりました。一方で、当センターは県下JAグループの情報処理を担っており、1日たりとも業務を停止することができません。そこで従業員の健康管理は企業の安全配慮義務であるだけでなく、従業員が健康を損なうことは企業の経営リスクと捉え、健康経営への取り組みを始めました。

## 取り組みの内容 システム維持のため、新型コロナ対策を徹底

■**健康診断受診**：健康診断、眼科検診、人間ドックの一部は全額会社負担で実施しています。要再検査者に対しては人事担当者が面接をして再検査を促すほか、協会けんぽ愛媛支部と連携した生活習慣病予防に関する社内研修や健康相談を通じ、健康回復&増進に向けた意識付けを行っています。またNPO法人こころ塾と連携し、ストレスチェックを実施し、職場環境の改善に取り組んでいます。さらに歩数計を使い、日々の歩数を「四国八十八ヶ所巡礼」や「東海道五十三次」などの移動距離に置き換えてウォーキングを促すなど、ゲーム感覚で健康づくりに取り組んでいます。

■**適切な働き方**：「勤務時間短縮」については、残業申請者の名札を掲示板に貼り付け「見える化」することで意識改革を促進。現在は入退館システムにより従業員の出勤時間を日々チェックすることで、勤務時間短縮を図っています。また保健室（仮眠室）やマッサージ器の設置、トイレの洋式化、ノーネクタイの実施など、働きやすい環境づくりに取り組んでいます。

■**新型コロナ対策**：情報処理システムを24時間・365日稼働させるために、新型コロナ対策を徹底しています。罹患時の対応フロー、感染者接触時の対応フロー、感染者発生時の業務継続対応一覧などを作成していますが、県の対策内容に応じて随時見直し、常に最新情報に更新しています。建物内は、事務室を1階と2階に完全分離することで、感染者が発生した場合でも業務が継続できる体制を構築。また、すべての事務机をアクリル板で仕切り、各所に消毒液や空気清浄機を設置し、1日3回、建物内を除菌清掃しています。



▲事務所内は事務机がアクリル板で仕切られている



▲歩数計を使った「四国八十八ヶ所巡礼」のイメージ図

## 成果や今後について 健康経営の浸透により、採用活動に好影響

新型コロナ対策の徹底により、感染者、濃厚接触者ともにゼロを継続しています。従業員の健康への意識レベルが向上した結果、健康診断などで要検査が出る人数が減少しました。有給休暇取得（最低5日）は100%を達成し、休日出勤や残業時間は減りました。健康経営のトータル的な成果として、採用活動に好影響をもたらしています。今後は引き続き新型コロナ対策を徹底するほか、若手社員からの改善要望を積極的に取り入れ、社会保険労務士との連携体制を確立することで、より一層、健康経営に取り組んでいきたいと考えています。

# 仙味エキス株式会社 大洲市／食品製造業



〒795-0021  
愛媛県大洲市平野町野田779-2  
TEL 0893-24-6878  
FAX 0893-23-2092  
従業員数：162名  
<https://www.senmiekisu.co.jp>



## 取り組みのきっかけ 法改正に伴い、従業員の健康に関わる環境を整備

近年、社員の平均年齢が上昇し、定年を迎える社員が増えていく中、2020年3月の法改正で、2021年4月から70歳定年制が企業の努力義務になりました。そこで従業員に健康な身体で長く勤めてもらえる職場環境を整備するために「健康づくり推進宣言」を行い、健康経営に取り組み始めました。協会けんぽ愛媛支部のほか、取引関係にある保険会社からも「企業イメージのアップにつながる」と宣言を後押しされました。

## 取り組みの内容 食生活セミナーやカロリー表示で健康を支援

■**健康診断受診**：受診費用は全額会社負担で、受診率は100%を達成しています。全従業員が就業時間内に受診できるよう、地元医療機関に検診車による巡回健診をお願いしています。出張などで受診できなかった従業員は、後日、同じ医療機関で受診してもらいますが、受診日は出勤扱いにしています。

■**適切な働き方**：毎朝、各建屋に分かれてラジオ体操をしており、月2回の全体朝礼では全従業員で実施しています。社内にバドミントンなどの運動系サークルがあり、体育館の使用料を会社が負担しているほか、ケガに備えて保険にも加入しています。現在は自粛していますが、以前は新入社員歓迎会を兼ねた親睦会や忘新年会、ボウリング大会、社員旅行などで従業員同士のコミュニケーションを図っていました。今後、状況が落ち着いたら随時再開していく予定です。

■**新型コロナ対策**：交代勤務体制はコロナウイルス感染拡大初期に実施しました。現在は愛媛県の指針に基づき、感染対策期・感染警戒期において従業員同士の接触を減らすために他部署への入室を制限、オンラインによる会議を行うようにしています。

■**食の指導**：管理栄養士の資格を持った役員が毎年「食生活セミナー」を開催しています。テーマはその年の健康診断の結果を踏まえて決めており、2021年はコレステロールをテーマにしました。また自動販売機の商品にカロリー表示を行い、糖分の取り過ぎを予防しています。結果、従業員の要望で水やお茶のラインナップを増やすことにしました。



▲従業員以外も参加できるバドミントンサークル



▲朝礼でのラジオ体操

■**啓発活動**：健診などでメタボのリスクが高いと判断された従業員は、協会けんぽ愛媛支部の健康相談を受けています。通常は40歳以上が対象ですが、愛媛支部と相談し、35歳以上の該当者にも文書でアドバイスを送ることになりました。40歳までに健康状態が改善されることを期待しています。

## 成果や今後について グループ会社全体で優良事業所認定を目指す

健診受診率は100%を達成しており、受診後の再診・精密検査により生活習慣病などの早期発見につながっています。今後は現状を維持しつつ、メンター制度を導入して新入社員の心のケアにも積極的に取り組みます。またグループ会社4社で「健康づくり推進宣言」を行い、4社とも優良事業所認定を目指します。

# 尾藤建設株式会社 四国中央市／建設業



〒799-0101  
愛媛県四国中央市川之江町2250  
TEL 0896-58-2426  
FAX 0896-57-1563 (総務)  
従業員数：約30名  
<https://bitoh.co.jp>



## 取り組みのきっかけ 人材確保のため、魅力的な会社づくりに取り組む

近年、少子化の影響などから採用活動が課題となり、人材を募集するには「魅力的な会社づくり」が不可欠になってきました。また従業員の流出は会社にとってマイナスになるため、健康で長く働ける職場づくりを目指し、「健康づくり推進宣言」を行いました。2021年1月には「SDGs宣言」を行い、その取り組みの一つに「健康経営の実現」を設け、従業員の健康増進や健康経営優良法人の認定（日本健康会議）継続などを目指しています。

## 取り組みの内容 電子マネーと交換できる健康プログラムを導入

■**健康診断受診**：健診費用は全額会社負担で、就業時間内に指定の医療機関で受診してもらい、出勤認定しています。要検査などの判定が出た従業員には再検査を促すほか、協会けんぽ愛媛支部の保健指導を受けてもらいます。また協力会社の従業員にも受診を奨励しており、協力会社に対し健康診断補助金を支給。インフルエンザの予防接種は半額会社負担で、接種率が上がるよう産業医を招き社内での職域接種を実施しています。

■**適切な働き方**：現在、働き方改革の一環として年間休日を10日増やすべく、ITを活用しながら業務の効率化を図っています。また熱中症対策として現場作業員全員に空調服と遮熱ヘルメットを配付しているほか、大きな現場には日陰を作るためのテントや飲み物を入れる冷蔵庫を設置。朝礼では長年、従業員全員参加でラジオ体操を続けており、2005年には主管する日本郵政様から表彰されました。

■**コミュニケーションの促進**：年3回実施している「チームミーティング」の懇親会の費用や、夏恒例のバーベキューの費用は全額会社が負担し、社内のコミュニケーションを促進しています。2019年からは独自の健康プログラム「Karada live」を導入。1日1万歩を目標にウォーキングを推奨し、専用アプリで従業員全員の歩数を管理し、歩数に応じてポイントを付与しています。ポイントは禁煙、休肝日、ノー残業でも獲得でき、毎月ポイントを集計し、スーパーやコンビニなどで使える電子マネーに交換しています。



▲長年続くラジオ体操



▲健康プログラムの表示画面

■**啓発活動**：事務所内の休憩所に健康に関するポスターを掲示しているほか、朝礼で熱中症などの健康上の注意事項や台風などの災害情報を周知。また協力会社の従業員も参加して年1回実施している安全大会では、現場での安全対策情報に加え、健康づくりや働き方改革に関する情報も伝えています。

## 成果や今後について こころの健康づくりにも積極的にチャレンジ！

「健康づくり推進宣言」を機に福利厚生など社内制度の改善を進めた結果、2021年は中途も含め3人の正社員が採用でき、60歳を超える従業員も3人になり、人材面では効果が表れ始めています。健診受診率は以前から100%を達成しており、今後は要検査・要治療と診断された従業員の再検査率100%を目指すと同時に、新たな試みとしてメンタルヘルスチェックを導入し、こころの健康づくりにも取り組んでいく予定です。

# 宇和島商工会議所 宇和島市／地域総合経済団体



〒798-0060  
愛媛県宇和島市丸之内1丁目3-24  
TEL 0895-22-5555  
FAX 0895-24-6655  
従業員数：11名  
<http://www.uwajima-cci.or.jp>



## 取り組みのきっかけ 事業計画に“健康経営”を掲げ、取り組みを開始

日本商工会議所が健康経営を推進していることもあり、2020年度の事業計画に「働き方改革及び健康経営の推進」を掲げたことがきっかけです。従業員の健康維持はもちろん、宇和島商工会議所のイメージアップにつながると考え「健康づくり推進宣言」を行い、具体的な取り組みを開始しました。手始めに保険会社の協力の下、従業員のストレスチェックを実施し、ストレスを数値化したのですが、予想以上に数値が良く、安心しました。

## 取り組みの内容 ウォーキングアプリの活用で職場が活性化

■**健康診断受診**：受診率は毎年100%をキープしています。会議所が一部費用を負担することで、筋肉量検査やピロリ菌検査などのオプション診断に繋がっています。受診予約は担当者がまとめて行っているほか、35歳未満の従業員には簡易な若年層健診を受けてもらうなど、受診しやすい環境づくりに取り組んでいます。また2020年度からは地域産業保健センター経由で、全従業員の健診結果について医師の意見聴取を実施しています。

■**適切な働き方**：有給休暇については、4月～12月までに少なくとも5日間取得することを目標に掲げ、ミーティングなどで取得を促しています。育児・介護休暇は以前から制度自体はありましたが、2020年度から就業規則に明記されたことで有休扱いになりました。現状、取得した従業員はまだいませんが、平均年齢が38.2歳と若く、管理職世代はこれから親の介護が控えているため、積極的に休暇が取れるよう環境づくりと啓発に取り組んでいます。

■**コミュニケーションの促進**：毎週水曜日の始業前に、従業員が自主的に会議所前や商店街、周辺道路を清掃することで、地域とのつながりを大切にしています。また昨年は協会けんぽ愛媛支部の「えひめウォーキング大作戦」に4チームが参加しました。歩ききっかけになったほか、ウォーキングの話題で盛り上がることで、職場のコミュニケーションが活発になりました。

■**啓発活動**：週初め、月初めのミーティング時に口頭で健康づくりに関する情報提供を行っているほか、県や協会けんぽ愛媛支部、保険会社などから送られてくるチラシなどを回覧しています。



▲宇和島商工会議所が作成した「集団健康診断」の案内チラシ



▲地域貢献の一環として実施している清掃ボランティア活動

## 成果や今後について 会員事業所の健康経営も視野に情報を発信

当所の会員事業所数は1,900弱に上り、業務上、様々な企業の情報が届きますが健康経営に関するものも多く、当所でも実践できることは積極的に取り入れていきたいと思えます。一方で、健康経営に関する施策や制度を会員事業所に伝えることも重要な業務の一つで、2021年度は費用補助がある「集団健康診断」の啓発を行いました。今後は、当所の従業員が健康で長く勤められる職場づくりを推し進めるとともに、会員事業所の従業員の健康維持にも寄与できるよう、情報やノウハウを蓄積し、広く発信していききたいと思えます。

# ケーアイ株式会社 西条市／医療機器製造・販売



〒793-0027  
愛媛県西条市朔日市833-3  
TEL 0897-47-6085  
FAX 0897-47-6086  
従業員数：92名  
<http://ke-i.co.jp>



## 取り組みのきっかけ 職人技の維持&継承が、経営リスクを回避

弊社は各種医療機器を製造・販売していますが、機械化が難しい小ロット・多品種の特注品が多く、従業員の“職人技”や“マンパワー”に頼る部分が少なからずあります。従業員の平均年齢は約43歳で、この地域、この規模の会社としては平均的だと思いますが、技術力の高い従業員ほど年齢が高く、65歳以上も3人います。もしも病気などで欠勤が続けば、売上や品質に影響を及ぼしかねません。そこで協会けんぽ愛媛支部の勧めもあり、全ての従業員が心身ともに健康な状態で長く勤められるよう、健康経営に取り組むことにしました。

## 取り組みの内容 有給休暇の取得が、患者の命を守る

■**健康診断受診**：全従業員を対象に、全額会社負担で実施しており、受診率100%を継続中です。生産ラインに影響が出ないように、受診は数日に分けて実施しています。まず総務担当者が全従業員の受診希望日を把握し、9つある生産部門から均等に受診者を決定。受診の1カ月前には担当者が医療機関に予約を入れ、スケジュールを確定させています。再検査が出た従業員には、担当者がその必要性を伝え、早期の再検査を促しています。

■**適切な働き方**：毎朝7時55分から音楽を流し、ラジオ体操を実施しています。有給休暇の取得率はずっと高く、年間平均取得日数は10日前後になります。弊社が取り扱っている医療機器の中には、手術室で使用するものも多く、品質の不備は患者さんの命に直結します。従業員の体調不良やその家族の問題などに起因する不良品の発生を防ぐために、体調やメンタルに少しでも不安を感じたら有給休暇を取るよう促しています。

■**新型コロナ対策**：新型コロナウイルスが流行する前から、冬場にはインフルエンザ対策として全従業員にマスクを配付し、感染を予防していました。現在は年間を通じ毎日1枚、マスクを配付しています。またワクチン接種を奨励するために、接種当日と翌日にワクチン休暇を設けています。愛媛県の「感染対策期」には昼休憩を取る

グループを2つに分け、黙食を実践しています。

■**啓発活動**：協会けんぽ愛媛支部や愛媛県、保険会社などから送られてきたチラシなどを従業員に回覧し、健康増進・維持の意識付けを図っています。食生活改善や禁煙指導など、すぐに役立つ情報が多く、助かっています。



▲玄関に設置している消毒ジェル



▲日ごろから防護服を着て作業する従業員

## 成果や今後について 医療に関わる企業として、健康経営に取り組む

インフルエンザ対策としてマスクを配付し出してから、従業員の健康に対する意識が高まり、病欠が減りました。また採用活動では健康経営に取り組んでいることや、有給休暇が取りやすく、比較的残業が少ないこと、冷暖房完備の衛生的な環境で働けることなどをアピールしており、人材確保に繋がっています。今後は医療機器を取り扱う企業として、従業員が健康を維持し、日々安定した状態で仕事に取り組めるよう、更なる環境整備を推進していきます。それにより、地域全体の医療や健康増進に貢献できれば幸いです。