

# 社員間の健康意識を高めて 安全第一の前の健康第一で運送業務を担う

## 取り組みのきっかけ

安全第一の前に、  
やっぱり健康第一

## 取り組みの内容

- 郵便体操
- ドライバーは毎年2回の健康診断実施
- ストレスチェックを実施
- 産業医の面談
- 禁煙支援制度  
(禁煙外来受診費用を負担)

「健康経営優良法人」  
認定により

社員間の健康意識をアップ  
徐々に禁煙への気運が高まり、社内の分煙に成功。



郵便物の輸送をメインに、飲料・食品・雑貨・建築資材などの一般貨物の輸送を担っている秋山逋送株式会社。「従来より、ドライバーの健康診断は年2回実施しています。社屋を新築後に健康アプリ付の自動販売機を導入するなど、健康について会社からの発信は少なくありませんでした」と代表取締役社長の秋山さん。  
そんな会社の取り組みを全社的に浸透させたいと考え、「わかやま健康づ

## 会社発信の健康情報を全社的に周知徹底

くりチャレンジ運動」に参加し、「健康経営優良法人」の認定を受けました。  
「認定されたものの、社員間の健康に関する意識は思ったほど高くありませんでした。毎月、安全衛生委員の活動として健康情報の発信と、産業医を招いて管理職と現場リーダーが参加して健康講習会を開いています。この情報が一切、発信できていませんでした。これからは有意義な健康情報を全社的に周知徹底し社員間で実践していきたいです」。



### 秋山逋送株式会社

運輸業、郵便業

〒644-0002  
御坊市園194番地  
創業 / 1931(昭和6)年  
設立 / 1959(昭和34)年2月  
代表取締役社長 / 秋山 総一郎  
従業員数 / 73名  
<https://akiyamaforwarding.co.jp/>



運送業で社員が全員揃うことが難しいからこそ、健康情報の共有を図りたいです。来年も健康経営に取り組み認定を受けたいですが、具体的な目標は喫煙率の低下です。平均年齢50歳と高めになってきているので、健康第一で仕事に取り組んでもらえるように啓発していきます。



代表取締役社長 秋山 総一郎

# ラジオ体操+肩たたき運動で 社員の連帯感を深め業績アップへ

## 取り組みのきっかけ

労働時間を  
極力削減するため

## 取り組みの内容

- 残業の抑制
- 毎朝のラジオ体操
- 禁煙宣言に対する報奨金
- 年2回の個別面談

定期健診の100%  
受診目指し  
スケジュール管理を徹底

仕事柄、現場へ何カ月も行ったきりになるため、スケジュール管理を徹底して、全員が健康診断を受診できるようにしています。



タンク建設とメンテナンスに特化した事業展開で、地域貢献の一翼を担ってきた木本産業株式会社。技術者集団を束ねる代表取締役社長の白川さんは、常に「ワークライフバランス」を意識しながら、社員の健康維持をサポートしています。

「何より残業を少なくしています。昨年12月の残業率は0・01%でしたし、1%を超えるのも年に一度あるかないかです。朝礼ではラジオ体操にプ

## 「禁煙」を管理職登用への条件に

ラスして、列に並んで肩たたき運動もやっています。全員で力を合わせてタンクを造る会社ですので、連帯感を深める意味でも効果があると考えます。工場内には「自家製」の懸垂バーを設置して、体力増強にも役立っています」。

また、約20年前に施行した禁煙報奨金制度の効果で、今では喫煙率がグンと下がったそうです。現在は「禁煙できない人は管理職に登用していません」とも。「それくらい強い意志を持って、仕事にも励んでもらいたいですから」。



### 木本産業株式会社

プラント事業(各種タンク建設)、クレーン作業全般、防災警備事業など

〒649-0314  
有田市野187-1  
創業/1958(昭和33)年12月1日  
代表取締役社長/白川 達規  
従業員数/115名  
<https://www.kimoto-industry.co.jp/>



2021  
健康経営優良法人  
Health and productivity

業務上、無事故が第一ですし、そのためのサポートが最も重要になってきます。技術者が多い業種ですから、60歳定年を設けてはいますが、本人が嫌と言わないかぎり働いていただけるようにしています。後継者にはノウハウだけでなく、健康に対する意識も継承して欲しいですね。



代表取締役社長 白川 達規

# 社員の健康は重要な経営資源 心身ともに健康に働けるように

## 取り組みのきっかけ

65歳まで三交代制勤務を  
続けられるよう  
健康でいてほしいから

## 取り組みの内容

- 健康診断  
年2回実施(受診率100%)
- 協会けんぽ和歌山主催の「わかやま健康づくりチャレンジ運動」に参加
- 運動機会の提供  
本社に卓球台やバレーゴルフ施設を、福井工場ではバスケットコートを設置
- 禁煙チャレンジキャンペーン  
禁煙治療費を全額補助
- 心の健康  
社内活性化活動でコミュニケーション活性化、産業カウンセラーによるサポート有り

## 健康経営優良法人2021 ブライツ500に認定!

社員の健康状態が心身ともに良くなったことで、欠勤率が下がって長期休業者がほとんど発生していません。



2013年施行の改正高年齢者雇用安定法により、社員が希望する場合65歳まで雇用することが企業に義務付けられるようになりました。「改正高年齢者雇用安定法が見直されたことで、以前から三交代勤務が基本となっていた製造部門の社員に、65歳まで三交代制勤務を続けられるよう健康でいてほしいと考えたからです」と、健康経営に取り組むきっかけを語ってくれた総務部長の大谷さん。

健康診断等の「健康管

## 健康理念を明確にし健康経営を推進

「理」から一歩進め、健康に対する経営理念を明確にし推進していきます。その一環として社員が健康で、持てる能力や個性を遺憾なく発揮することにより、キラリと光る明るく元気な活力溢れる会社を目指して「健康づくりチャレンジ運動」に挑戦。大谷さんは「全社員で楽しみながら取り組みことで、仕事に対する姿勢も良くなり、労働生産性の向上に繋がっています」と話してくれました。



## 小西化学工業株式会社

多岐に使用される機能性化学品の開発・製造・販売及び受託製造

〒641-0007  
和歌山市小雑賀3丁目4番77号  
創立 / 1962(昭和37)年9月  
代表取締役社長 / 小西 弘矩  
従業員数 / 128名  
<https://konishi-chem.co.jp/>



2021  
健康経営優良法人  
Health and productivity  
ブライツ500

社員のこころの資本(心理的資本)とポジティブ組織行動を意識し「内なるHERO」と名付け活動中です。社員の意識の中に心理的安全性が備わり、新しいことに挑戦するエネルギーに満ち溢れた状態を目指しています。それが従業員のメンタルヘルスはもちろん健康経営全体に繋がっています。



代表取締役社長 小西 弘矩

# 全社員の体調管理で Inbody&スマートパルス測定導入

## 取り組みのきっかけ

社員が健康でなければ  
お客様を  
お守りできないため

## 取り組みの内容

- Inbody&  
スマートパルス測定
- ヨガ、ストレッチなどの  
運動イベント
- メンタルセミナー
- 健康経営の認定

若い人の採用が増え  
健診結果も向上

2019年時点で47歳だった平均年齢が  
42歳まで下がり、それに伴って定期健診  
の結果も向上した。



株式会社小松は、損害  
保険代理業ならびに生命  
保険の募集に関する業務  
を行っています。同業他社  
での経験者が多く年齢の  
高い社員が多かったので  
すが、健康経営を取り入  
れてから若い社員が増え  
て平均年齢が下がしまし  
た。

主な取り組みとして  
は、定期健診と並行して  
Inbody測定とスマー  
トパルス測定を導入して、  
より細かな検査を行って  
います。

## 心身両面の健康を把握

「検査を行うことで、社員の  
健康状態やストレス状態の把  
握ができています。また歩数  
競争も実施し、成績上位者に  
は賞品を提供したり、オンラ  
インでヨガやストレッチ教室な  
どの運動イベントも行っていま  
す。自分から『健康になろう』  
と考えるきっかけづくりにし  
たいですね」と担当の笠松さ  
ん。

他にも社員だけでなく、地  
域のお客様向けの健康セミ  
ナーを実施して健康経営の推  
進も行っています。



### 株式会社小松

総合保険代理業

〒644-0044  
日高郡美浜町和田985-2  
創業／1979(昭和54)年4月11日  
代表取締役／小松 一也  
従業員数／22名  
<https://www.kmt-co.com/>



会社全体の若返りに向け  
て新卒採用に力を入れる  
ため、東京海上日動火災  
保険株式会社の健康経  
営セミナーを受講して健康  
経営優良法人の認定を受  
けました。すると、以前は経  
験者ばかりだったのが、若  
い方の応募が増えました。  
今後も、この良い流れを続  
けていきたいと思います。



代表取締役 小松 一也

# 健康経営を実践し 「サイバーリンクスで働く」価値を高めたい

## 取り組みのきっかけ

心身ともに健やかに働いてもらえる環境を整え「従業員に選ばれる会社」「採用で選ばれる会社」に

## 取り組みの内容

- 健康診断の分散実施
- 「柔軟な働き方」「柔軟な休み方」ができる制度の整備
- ストレスチェックを全員に実施
- 新入社員向けのメンタルヘルス研修を実施
- 集団感染予防対策実施  
(在宅勤務手当、ワクチン休暇の付与など)

## 従業員の健康意識が向上

テレワークの定着により介護との両立や遠隔地へ転居した従業員が継続して勤務できるように。健康意識が高まりストレスチェックの回答率が上昇。



「従業員一人ひとりが心身ともに健康で生き活きと働ける環境を構築することは、当社が魅力あるサービスを生み出し持続的に成長しつづけるために非常に重要であると考えています」と、話してくれた総合管理部の鳥居さん。クラウド事業を担うIT関連企業であるサイバーリンクスでは、事業活動として安定的にサービスを提供し続けることは最も重要なことです。そのサービスを支える従業員のニーズをとらえ、常に働

## 健康課題の解決につながる健康経営

きやすい環境の提供のためにできることを模索し、全員の能力をいかんなく発揮できる会社であることは必要不可欠なこと。「柔軟な働き方」「柔軟な休み方」ができる制度を進めるにあたって推奨したテレワークの結果、「自宅での勤務が続くことによる慢性的な疲労など新たなストレスを感じている」という声もあります。今後も新たな課題の解決策を事業部・管理部門で発信していきたくていきました。



Web社内報で健康関連の情報を発信

## 株式会社サイバーリンクス

### 情報通信業

〒641-0012  
和歌山市紀三井寺849番地の3  
設立 / 1964(昭和39)年5月28日  
代表取締役社長 / 村上 恒夫  
従業員数 / 747名(連結)  
543名(単体)  
<https://www.cyber-l.co.jp/>



2021  
健康経営優良法人  
Health and productivity



従業員が健康情報にアクセスできるコンテンツを増やすことが目標です。Webセミナーの開催や各種相談窓口の充実を図り、疑問や不安を解消し実践につなげられる仕組みを提供していきます。ニーズや考えを反映しながら、従業員にとって良い施策を打ち出していきたいです。



総合管理部部长 鳥居 孝行

# 福祉の最前線で働き続けるために「健康」は必要不可欠な要素

## 取り組みのきっかけ

企業イメージをアップさせ採用につなげたい

## 取り組みの内容

- インフルエンザ予防接種費用の一部負担
- 産業医による受診後フォロー
- Inbody測定会開催

### 専門員指導のもと 体質改善を励行

体脂肪率が減ったり、下肢の筋力がアップして腰痛の軽減につながった。



「気をつけています」とのこと、事業所内は緊張感が漂っているのだそう。そんな状況でも職員たちが明るく元気に働く姿を見れば

社会福祉法人しあわせは、介護保険サービスの提供とともに、地域福祉活動にも積極的に取り組んでいる社会福祉事業所である。

す。本部の中本さんは「事業所内は新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、感染対策の徹底を心がけ、いつも以上に健康管理に

## 健康だからこそ行えるより良い介護

利用者さんもご家族も安心して。そこで、職員の健康意識を高めることと、これから福祉の現場で働きたい人が職場を選ぶ指針になればと考え「健康経営」に取り組むことに。「体組成計を使って筋量、体脂肪率などを測定できるInbody測定会を開催し、結果をもとに専門家から指導を受けましたが、身体の状態が見える化でき、結果と向き合えると好評でした。職員の健康へのモチベーションアップのためにも継続していきたいですね」。



### 社会福祉法人しあわせ

介護保険サービス(通所介護、訪問介護、居宅介護支援、小規模多機能型居宅介護、グループホーム、地域密着型通所介護)  
障害福祉サービス(居宅介護、重度訪問介護)

〒640-8392  
和歌山市中之島500-10  
設立/1996(平成8)年11月21日  
理事長/中本 昌子  
従業員数/75名  
<https://shiawase-kaigo.or.jp/>



当面の目標として喫煙者を減らしたいです。専門家を招いての禁煙セミナーや禁煙外来受診費用サポートなどを実施して事業所をあげて取り組んでいくつもりです。また、好評だったInbody測定会を次回も実施し、職員が自発的に健康経営に取り組んでくれることが目標です。



理事長 中本 昌子



# 長く健康に働いてもらうために予防を重視して 健康づくりのハードルを下げる

## 取り組みのきっかけ

化学品を取り扱うため  
健康への意識づけの推進

## 取り組みの内容

Inbody測定などを  
実施して、社員に  
“気づく機会”をつくる

健康を意識づける  
手段としてInbodyや  
血管年齢測定器を利用

健診後の再検査を受けないことがあるので、日頃からの健康を意識づける手段としてInbodyや血管年齢測定器を利用しています。



耐熱性の高いポリイミド樹脂など、生活に欠かせない製品の原料として使われる「芳香族ジアミン」をメインに、化学品を製造するセイカグループ（和歌山セイカホールディングス株式会社、セイカ株

式会社、和歌山精化工業株式会社）。化学品を取り扱う業務とあって、社員の健康管理はより重要になってきます。グループ総務部の坂本さんは「長く健康に働いてもらうために、ハードルを

## 社員とのwin-winの関係を築きたい

下げることには努めています」とおっしゃいます。「健康診断を受診すればいいと考える人や、『悪い結果では』と不安を感じたりする人も。そのため、このほど導入したInbodyや血管年齢測定で『こんな数値なんだ』などと、自らの健康状態を知ってもらうことから始めています。予防に対する意識を高めることで、健康づくりのサポートができれば」。被雇用者と雇用主とがwin-winの関係へ、予防に力を入れる取り組みが続きます。



## セイカグループ

化学品の研究・開発及び製造・販売業

〒640-8232  
和歌山市南汀丁8番地  
創業 / 1955(昭和30)年5月27日  
代表取締役社長 / 竹田 純久  
従業員数 / 262名(セイカグループ全体)  
<https://waseika.com/>



化学物質を扱う会社ですので、たとえば、それまで使用できていた化学品が法令で使えなくなると、適応しなければなりませんし、社内規定も改正する必要があります。また、定年後再雇用を希望する社員が増え、平均年齢が上がっているため、社員の健康状態はきちんと把握しています。



代表取締役社長 竹田 純久