

ふくおか
健康づくり団体・事業所宣言

健康づくり 取組事例集

 **全国健康保険協会 福岡支部**
協会けんぽ

〒812-8670

福岡市博多区上呉服町10-1 博多三井ビルディング9F

TEL: 092-283-7621 (代表)

(8:30 から 17:15 まで、土・日・祝日・年末年始を除く)

 **全国健康保険協会 福岡支部**
協会けんぽ



はじめに

健康管理を社員個人任せにせず、企業が積極的に関与する健康経営®。

しかし、「何から始めればよいか分からない。」「具体的にはどんな取組があるの?」といったお声をいただきます。

本誌では、協会けんぽの健康づくり実践アドバイザーや外部サービス等を活用し、すでに『健康経営』に取り組んでいる10社をご紹介します。

貴社の環境に応じて、健康づくりの参考にさせていただけると幸いです。

※「健康経営®」は NPO法人健康経営研究会の登録商標です。



- CONTENTS -

●「健康経営」が注目される理由…………… 3

職場での取組事例

- ① 鮎川産業株式会社 [道路貨物運送業] …………… 5
- ② 有限会社遠賀観光 [バス運輸業] …………… 7
- ③ 有限会社共栄資源管理センター小郡 [廃棄物処理業] …… 9
- ④ 新美和石油株式会社 [小売業] …………… 11
- ⑤ 正興電気建設株式会社 [設備工事業] …………… 13
- ⑥ 株式会社障がい者つくし更生会 [廃棄物処理業] …………… 15
- ⑦ 株式会社博多印刷 [印刷・同関連業] …………… 17
- ⑧ 溝江建設株式会社 [総合建設業] …………… 19
- ⑨ 株式会社ヤスナガ [金属加工業] …………… 21
- ⑩ 一般社団法人ルートプラス [教育・学習支援業] …………… 23

●健康経営の取組を福岡支部がサポート!

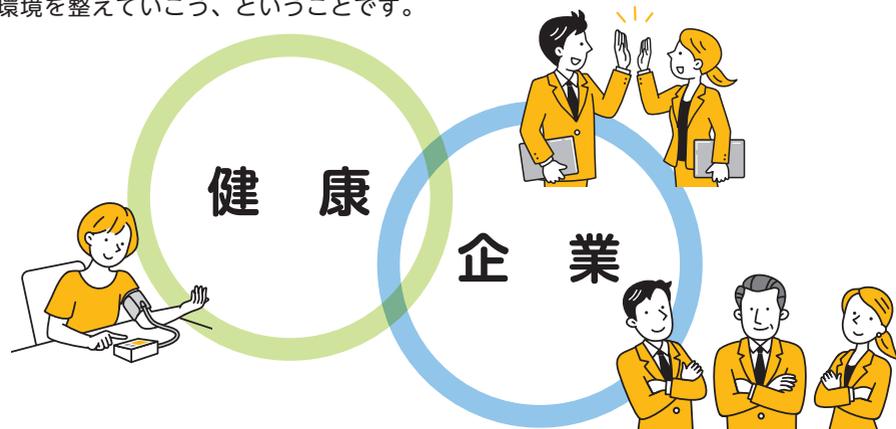
- 健診・保健指導のご案内 …………… 25
- 健康づくり実践アドバイザーのご案内 …………… 26



「健康経営」が注目される理由

「健康経営」とは？

社員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践すること、です。
つまり…
職場の健康づくりをすすめることで、社員の誰もが元気に働くことができる環境を整えていこう、ということです。

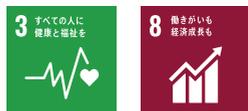


健康づくりを実践することで、社員の活力がアップし、組織の活性化をもたらします。それは、企業の業績や企業価値の向上にもつながる取組であり、SDGsの一環ともなります。



SDGsの17のゴールのうち

- 「3. すべての人に健康と福祉を」
- 「8. 働きがいも経済成長も」



この2つの目標は社員の健康増進に積極的に取り組みながら、企業も成長させていく「健康経営」の理念に直結するものです。

SDGs達成への取組は社員のモチベーションに関与し、結果として企業の業績向上に寄与します。

「健康経営」は 持続的な成長戦略の要！



社員の健康増進により、企業の組織力も高まり、業績もアップさせ、良い影響をもたらします！

鮎川産業 株式会社

DATA

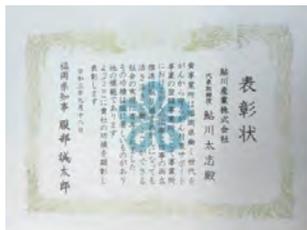
業種：道路貨物運送業従業員：48人
〒807-0813 北九州市八幡西区夕原町 4-16
<http://ayukawa-sangyo.com/>

継続した取組が結果に結びつきました

健康宣言を始めて3年。

経産省の健康経営優良法人の**ブライト 500** の認定、また健康づくりの優良事業所として県知事表彰を受けるに至り、自社ホームページで情報を発信しています。

また、東京の同業者からの質問や、地元経済誌からの取材を受けるなど、自社の広報にも繋がりました。



経産省の健康経営優良法人認定については、こちら



外部のサポートを活用したストレスチェック

社員のメンタル面でのフォローのためにストレスチェックも非常に重要です。当社が加入している**保険会社のサービス**を利用し、回答から産業医の結果確認まですべてオンラインで完結させています。ストレスチェックの結果、高ストレスの社員については、産業医からのサポートを受ける、勤務時間を見直す等早めの対応を心がけています。今は保険会社等外部のサポートも充実しているので、部分的に活用することで、取組の幅を広げるきっかけにもなっています。

経年でみる健診結果と事業所主体で保健指導を実施

健康づくりを進めるにあたり、**健診結果を社員と共有し、しっかりフォローする体制を整えることは非常に重要です。**当社では、**毎年同じ健診機関で受診し、結果を経年で確認**できるスタイルに変えました。経年比較ができるようになったため、会社としてもより細やかなフォローがしやすく、また本人の意識も変わってきました。

健診後の、特定保健指導も積極的に利用しています。当社は大型の貨物運送を取り扱っており、夜間の勤務が多く、メタボに該当してしまう社員もいます。そこで、仕事や時間を調整し、協会けんぽの保健指導を確実に受けられるよう、**事業所が主体となって環境を整えています。**なかなか自分ひとりで行動変容を起こすことは難しく、すぐに結果がでにくいものですが、**継続して取り組むことで年々メタボを卒業する社員が増えて**います。

社員の健康づくりのために“今できること”を着実に継続する

社員の健康づくりの一環として、『**血圧測定**』と『**ラジオ体操**』を継続して実施しています。血圧計を休憩所に設置し、社員は自由に測定ができます。**自身の体調管理**のために、毎週月曜日は必ず全員血圧を測り、ひとつの目安にもらっています。

また、就業前のラジオ体操が**仕事モードへの切り替えスイッチ**となっており、気持ちにメリハリがつくようになりました。



【担当者様よりひとこと】

2021年に続き、2022年も「健康経営優良法人 2022（中小規模法人部門・ブライト 500）」の認定を2年連続でいただきました。今年度の健康づくり計画につきましても、協会けんぽ様よりご案内頂いた「肝炎ウイルス検査」を社員全員に行う計画です。また、県保健医療介護部様と連携した「がんの治療と仕事の両立支援」を今年度も推進して参ります。



(佐藤様) (鮎川様)

【ご対応】 代表取締役 鮎川 太志 様
総務部 佐藤 真一 様

有限会社 遠賀観光バス

DATA

業種：運輸業 従業員：29人
〒807-0053 福岡県遠賀郡水巻町下二東 1-10-7
<http://ongakankou-bus.com/>

乗務員の高齢化に伴って健康づくりを意識するように

バスの乗務員という仕事は、多くのお客様の命を預かる責任のある仕事ですので、乗務員一人ひとりの健康管理がとても重要です。

しかし、乗務員の高齢化が進み、健康診断の結果から運動不足や高血圧等を抱える乗務員が年々増えてきました。**このような状況でもお客様に120%のサービスを提供したいという思いから職場の健康づくりに取組始めました。**

その取組の一つとして、乗務員の健康や費用対効果を鑑み、インフルエンザ予防接種の費用を全額会社負担としています。個人負担では接種が進みませんでした。会社負担とすることで全員接種するようになりました。

社長が健康づくりにとても積極的で協力的なこともあり、乗務員のやる気を引き出せています。



健康診断の受診後もしっかりフォロー

健康診断の結果で、**精密検査が必要なときは必ず受診するよう促しています。**

受診日は、特別休暇とし、再検査を受けやすい環境を作っています。

また、健康診断の経年の結果から、数値が改善していないところがあれば、結果を渡すときに「この数値は気を付けようね」等、プラス一言は欠かせません。

乗務員への積極的な声かけで少しずつ意識に変化が

乗務員へ「野菜食べた?」、「次の日に残らないように飲む量減らしてね」など**声かけをしてコミュニケーションを図り、日常会話の中で、生活習慣の確認やアドバイスをしています。**

日々の会話をきっかけに、休憩中にウォーキングを始めたり、バスを磨いて体を動かしたり、**従業員の行動に変化**が見られました。

また、分煙の徹底のため、屋外に喫煙所を設けています。社長と運輸部長が禁煙に成功したことがきっかけで、自主的に禁煙にチャレンジする者も増えてきました。

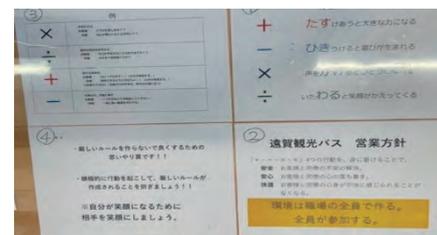


日頃のコミュニケーションで相談しやすい環境づくり

普段から SNS を活用したり、管理者から積極的に話しかけたりと乗務員が相談しやすい環境づくりを心がけています。

そのため、乗務員の表情やミスなどの変化に気づいたときには、声をかけると、悩みを打ち明けてくれますし、相談事には、柔軟に対応しています。

日頃から積極的な声かけを心がけることで、メンタルヘルスもフォローしています。



【担当者様よりひとこと】

職場の健康づくりについて、社内における大小さまざまな事柄を乗務員も含めた定例会議での議案とし、先送りしないことを念頭に、問題点をその都度改善できるよう社内全体で取り組んでいます。

【ご対応】 営業部 部長 岩尾 健 様



有限会社 共栄資源管理センター小郡

DATA

業種：廃棄物処理業 従業員：40人
 〒838-0121 小郡市上岩田 766
<https://www.kyoeisigen.co.jp/>

「健康経営」は人材投資 ～会社の成長のために～

「健康経営」は人材投資です。

社員とその家族が安心して働くことができる環境を作ることが、ひいてはお客様や地域社会への貢献につながるということを社員にも日ごろから伝えています。

当社の理念は「みんなの生活を快適にします」というものです。ここでいう「みんな」とは、1番目に社員とその家族、2番目にお客様、3番目がお取引先、4番目が地域社会という考え方です。

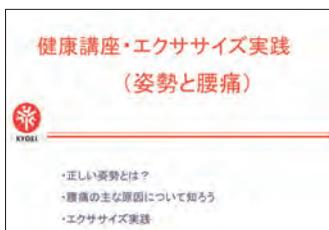
会社説明会等でも当社の理念や、社員の健康づくりに会社が率先して取り組んでいることを伝えています。これが社員の定着や採用活動に活かされています。

健康講座の開催 ～健康で長く働いてもらうために～

当社は仕事柄、重量物を扱うため、どうしても腰痛を発症しやすくなります。そこで、腰痛防止のために、講話と実技で1時間ほどの健康講座を開催しました。

実施後のアンケートでは「腰痛防止の体操を勤務時間中に実施してくれる企業はなかなかありません！」と感謝の声も聞かれました。

長く働いてもらうために、常日頃から体のケアが重要であると考え、今後もストレッチなど実技を含めた講習会等を続けていきたいです。



健康に関する情報を一元化 健康管理システムアプリを導入

当社では様々な健康情報を一元化し、業務の効率化を図り、産業医との情報共有・連携を強化するために健康管理のアプリを導入しました。費用はかかりますが、健診情報、ストレスチェックなど社員一人ひとりの情報がひとつの画面に集約されるため、紙やエクセル管理の煩雑さがなくなりました。

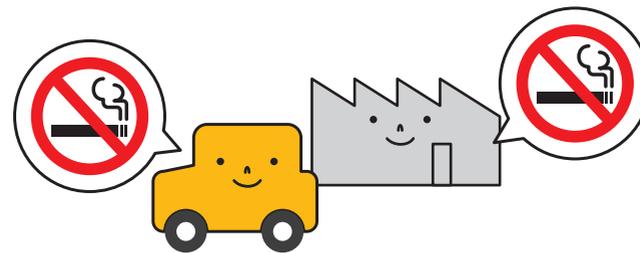
産業医もアプリを活用することで、月1回の社員面談の対象者選定や健康管理のフォローも効率的に行えるようになりました。



喫煙記録の作成 ～振り返りを禁煙への第一歩に～

当社は「社内完全禁煙」を徹底しています。

現場も車内も禁煙ですので、1日の喫煙本数がかなり減りますし、喫煙者数の減少にもつながっています。また、四半期に一度、社員に対し1日の喫煙本数等に関する実態調査を行い、産業医と一緒に確認しています。定期的に自己チェックをすることで、体調管理や禁煙のきっかけになればと思っています。



【担当者様よりひとこと】

健康経営の実践が、社員の満足度の向上につながり、そして生産性の向上、事業の拡大につながってきていると実感しています。6年連続で健康経営優良法人に認定され、昨年は「ブライツ 500」にも選出され、嬉しく思います。



【ご対応】 代表取締役社長 野崎 千尋 様

新美和石油 株式会社

DATA

業種：小売業 従業員：17人
〒810-0075 福岡県福岡市中央区港3丁目7番10号

一つ一つの積み重ねが健康づくり優良事業所ゴールド認定に

認定制度があることを健康づくり実践アドバイザー（協会けんぽの保健師等）から紹介され、2016年頃から取り組んでいます。

当初、従業員の健康に対する意識が低かったので、以下の取組で少しずつ健康づくりを構築しました。

- ・健康に関する情報やチラシの回覧
- ・屋外に喫煙所を設けて分煙
- ・ストレスチェックの導入



一つ一つの積み重ねが今回の健康づくり優良事業所ゴールド認定や健康経営優良法人認定という結果につながったと思います。

健康診断は2次検診まで受けて当たり前という意識を

健康診断は、受診率100%を維持しています。従業員の健康診断の日程は会社でスケジュールを組み、受診日は勤務時間とみなし、受診したかどうか必ず確認をしています。

2次検診や要精密検査、特定保健指導等の対象者には声掛けし、**そこまで受けて当たり前という意識を従業員全員が持つ**ように努めてきました。その結果、特定保健指導実施率も100%になりました。

●従業員の意識が家族の健診受診へ

「家族にも健診を受けさせてね」と会社から従業員に案内をしています。

従業員に“健診は受けて当たり前”という意識があるので、本人と同じタイミングで予約を取っている家族もいます。

健康診断や特定保健指導が従業員の健康づくりのきっかけに

特定保健指導を受けて、生活習慣や食生活が変わった！という者がいます。

- ・トマトジュースを取り入れる
- ・お菓子などの間食をやめる
- ・ウエイトトレーニングで運動するなど、変化がありました。



●健康づくりに努める者が一人でもいると、周りにいい影響を与えてくれます。

お弁当のカロリーを気にして、ヘルシー弁当を買いに行く者や、1日5,000歩以上歩くことを目標にする者など、自身の健康を気遣う従業員が増えました！



💡 特定保健指導については、こちら



困ったときは健康づくり実践アドバイザーへ相談

困ったことがあると健康づくり実践アドバイザーに相談できたことが心強かったです。こういう取組をしたい、と話す**「いいことだからやってみましょう！」**と後押ししてくださり、アドバイスをもとに勉強しながらやってきました。

上層部が楽しみながら職場の健康づくりに取り組んでいることが従業員にも伝わっているのかもしれない。

💡 健康づくり実践アドバイザーについては P.26 へ

【担当者様よりひとこと】

コロナ禍での制限等を鑑みながら十分に予防対策を取り、従業員全員の健康づくりのために社内でのボーリング大会やウォーキングコンペなど積極的に取り組んでいきたいと思っています。

【ご対応】 代表取締役社長 関 正勝 様
常務取締役 上村 英世 様



正興電気建設 株式会社

DATA

業種：設備工事業 従業員：38人
 〒815-0042 福岡市南区若久 5-24-25
<http://www.seiko-ec.co.jp/>

『特定保健指導』も従業員同士のコミュニケーションのきっかけに

「健診受診 100%」を宣言し、現場の協力のもと勤務時間内に受診できる環境づくりに努めています。

健診当日に保健指導まで実施している健診機関があると聞き、従業員には「特定保健指導まで受けてきてね。」と声をかけています。

保健指導を受けている従業員から「〇〇を積極的に取ったらいいですよ」と言われて、メニュー選びには気を付けるようになった。」等、保健指導をきっかけに自分の生活習慣を見直すようになったと話を聞くことがあります。

また、保健師等のアドバイスが社員同士のコミュニケーションのきっかけにもなっています。



健診当日に保健指導を実施している健診機関はこちらで検索



年に1度の『全社大会』

現場が遠かったり、工期が長かったりすると、半年くらい顔を見ない従業員もいます。決算報告等を行う場でもありますが、年に1度全社大会を行い、全従業員が集まる機会を設けています。

「会社に対する要望」をグループディスカッションで話し合い、会社に意見を提出したり、健康づくりに関するセミナーを聴講したり、従業員同士の交流を図りながら健康に関する意識づけも行っています。

健康づくり実践アドバイザーに『熱中症』について、講話してもらう予定です。

リクルート効果も実感

就職担当の先生や保護者に「社員の健康管理や職場環境に配慮し、社員を大切にしている会社」としてアピールしたい、と考え健康経営優良法人認定取得に挑戦しました。

学校訪問時に、認定証のロゴマークを見て「従業員の健康に配慮されている会社ですね。」と先生から声をかけてもらうこともあります。

出張が多く、県外出身者も多いため、寄宿舎を備え栄養バランスを考えた手作りの食事を提供しています。このような福利厚生面も好評を得ているようです。

健康経営優良法人に認定されることで「社員の健康づくりに積極的に取り組み、福利厚生面も充実している会社」として対外的に広くPRできるようになり、効果も感じられるようになってきました。



【担当者様よりひとこと】

健康づくり実践アドバイザーから「御社の取組内容であれば認定取得も目指せますよ」とアドバイスをもらったことがきっかけで、健康経営優良法人認定を目指しました。

【ご対応】 総務部長 内田 勝也 様
 総務部 主任 木村 優子 様



株式会社 障がい者つくし更生会

DATA 業種：廃棄物処理業 従業員：37人
 〒816-0955 大野城市上大利 5-15-28
<http://www.csf.ne.jp/~tukusi-2/>

社内健康冊子「爽健タイムズ」の発行

平成10年より社内健康冊子「爽健タイムズ」の発行を開始。
 健康づくりに役立つ食事情報や、社員の健康づくりに対する思いなどを綴った、健康プロフィールの掲載等、創意工夫を重ねながら、健康づくりに関する情報を社員に発信し、また共有を図ってきました。



毎朝の「ラジオ体操・あいうべ体操」+「健康チェック」

運動は、なかなか個人で習慣化させることが難しい分野でもあります。
 そこで、毎朝の朝礼の際に、「ラジオ体操」と舌の筋肉を鍛える「あいうべ体操」を社員全員で実施しています。
 「あいうべ体操」は、舌の筋肉を鍛えて口呼吸から鼻呼吸に改善することで、免疫力UPなど様々な効果が期待される体操で、食事や睡眠の重要性とともに社内内でかなり浸透してきています。



また、体操の後の毎朝の「健康チェック」もかせません。一人ずつ社員の話聞き、その日の体調に合わせて仕事の内容を調整しています。

「私の健康づくり宣言」～社員一人ひとりの健康づくり意識の向上～

社員の健康づくりを牽引するために、安全衛生委員会の中に健康衛生推進部会を立ち上げ、様々な活動を実施しています。

なかでも、「私の健康づくり宣言」は社員一人ひとりの「健康に向き合う」意識の向上、そして健康増進に繋がっています。毎年社員がひとりずつ、健康づくり宣言を定め、年度終わりに取組結果のアンケートを実施。健康衛生推進部会のフィードバックによる振り返りを各自行った上で次年度の宣言に活かす、というサイクルを5年間続けています。

宣言書を各作業場に掲示し、常に目に入るようにするだけでなく、健康衛生推進部会による積極的な声かけも実施し、健康づくりの取組を習慣化できるよう、社員みんな楽しんでながら挑戦しています。



【担当者様よりひとこと】

長年の先輩方の努力の積み重ねでここまで続けることができました。
 今後もより一層、社員一丸となって健康づくりに取り組みます。

【ご対応】 代表取締役 山北 秀男 様
 総務課 課長補佐・健康委員 井上 恵美 様
 健康衛生推進部会 部会長 大谷 浩二 様



株式会社 博多印刷

DATA

業種：印刷・同関連業従業員：32人
〒812-0028 福岡県福岡市博多区須崎町 8-5
<https://www.hakata-p.co.jp/>

健診受診率は100%を維持 その後のフォローや運動も積極的に

健康診断は毎年受診率100%を維持しています。

社員の健診受診日は、約一週間のスケジュールを提示し、自分で仕事を調整して、決めてもらいます。

保健指導の対象者に、積極的に声掛けをすることで、自分でスケジュールを調整し、保健指導の時間が確保できています。

また、コロナ禍をきっかけに、**運動を日常に取り入れる者が増えました！**

- ・電車通勤から自転車通勤に切り替え
- ・お昼休みに会社周辺をウォーキングなど、運動を続けているようです。

その効果か、**保健指導の対象者も年々減少してきました。**



リモートワークの導入で柔軟な働き方へ

コロナ禍をきっかけにリモートワークを導入しましたが、「柔軟な働き方を後押ししたい」という社長の思いから、現在も続けています。

家庭の事情を考慮し、出勤とリモートワークを組み合わせることができるようにしているので、精神的な負担も和らいでいるようです。

また、完全リモートではないので、コミュニケーション不足といった課題も見られず、**社員にとつての働きやすさが働く意欲にもつながっているのではないのでしょうか。**



仕事の合間のリフレッシュで社員のやる気を後押し！

新しくオフィスに置く**社内販売**を導入しました。

健康食品や栄養ドリンク、お菓子などが入っている冷蔵庫や棚を事務室の中に設置し、社員はそこから好きなものを購入できる仕組みになっています。

この社内販売が良いリフレッシュになっているようで、仕事へのやる気につながっています。

また、商品の中には健康食品も入っているので、栄養面のフォローもでき、社員からは「もっと早く導入すればよかったね」との声があるくらい好評です！



健康づくりへの取組が社員の健康志向の向上へ

健康食品等の社内販売の設置や血圧測定器など**健康づくりをフォローする取組の導入が、社員の健康を意識するきっかけづくり**になっていると実感しています。

これからも、“ほかの会社はどんな取組をしているのか？”など、職場の健康づくりにアンテナを張って、社員の健康志向の向上につなげたいです。



 **スポーツジムの割引等、宣言後の特典については、こちら**



【担当者様よりひとこと】

従業員みんなが健康で楽しく仕事ができるように健康面・精神面でフォローできるよう努めたいと思います。また従業員全員の笑顔をこれからも維持できるよう頑張ります。



【ご対応】 取締役 総務部 部長 寺井 啓子 様

溝江建設 株式会社

DATA

業種：総合建設業 従業員：101人
〒810-0042 福岡市中央区赤坂 1-9-20
<https://mizoekensetsu.co.jp/>

『健診は毎年当然受けるもの』～健診に対する社員の意識が変化～

以前は、健診に消極的な社員も少なからずいましたが、「今年の健診は、ここの病院でこの時期にどうですか？」など、現場の社員に配慮しながら地道に声かけを続けたことで「健診は毎年受ける」という意識が広がり、今では受診率 100%です。

家族の健診についても、社内掲示板で案内したり、対象の社員には個別に「ご家族にも健診受けるように声かけしてくださいね。」と伝えたりしています。



健診『受けるだけ』ではなく しっかり特定保健指導まで

健診受診後、特定保健指導の対象になった社員は、総務で日程調整を行い、保健師等による面談を受けてもらっています。

コロナ禍前は作業現場で、今は Web で面談を受けています。どちらの方法でも、対象者本人は移動する時間がかからないので助かっています。

普段から健診結果や健康に関する話題でコミュニケーションを取っていることもあり、特定保健指導の面談にも抵抗がないようです。

身近な総務担当者から言われるより、保健師等専門の方から、アドバイスしてもらった方が対象者本人もしっかり受け止めてくれると思うので、今後も健診後のアフターフォローはしっかりと実施したいと思っています。



現場ごとに健診機関をリサーチ！！

総務担当者が全社員分の健診の予約を行っており、この時『作業現場近くの健診機関を案内する』という工夫をしています。

予約する健診機関の数も多くなり、管理に手間がかかる面もありますが、現場で働く社員それぞれに配慮することで“健診に時間がかかる・面倒”といったマイナスイメージは払拭できたと思っています。

いろいろなツールが“会話のきっかけ”に

無料で利用ができる『健康づくり実践アドバイザー』のサービスを活用し、社員の健康づくりをサポートしてもらっています。また、社内掲示板に、社員の健康状態を数値化し同業種の平均等と比較した『事業所カルテ』や福岡支部配信のメールマガジンを掲載し、情報共有を図っています。

事業所カルテを見て「この運動に関する数字が悪いのは、自分が影響しているかも…」等、気にする社員がいたり、メールマガジンに載っている『健康レシピ』を見て、「自分で作ってみた！」と話題にする社員もいました。



40キロウォーキングイベント完歩後の集合写真

無料で提供されるツールが、社員同士の会話のきっかけになっています。

💡 メールマガジンの登録は、こちら 

【担当者様よりひとこと】

当社は福岡の街づくりを行う総合建設業者です。建設現場では高所作業や大型の重機も多く、危険が伴います。安心安全な建物を無事故で仕上げるためにも、従業員の健康づくりにこれからも取り組んで参ります。

【ご対応】 係長 辻 幸会 様
総務部 西岡 拓也 様



株式会社 ヤスナガ

DATA

業種：金属加工業 従業員：50人
〒832-0811 柳川市三橋町中山310
<http://www.t-yasunaga.co.jp/>

“労災防止”をきっかけにはじめた健康経営

製造業なので、工場での作業が中心となり“**労災防止**”のために取り組んでいることが、**結果として社員の『健康づくり』**につながっています。

職場環境の整備もそのひとつで、夏場の熱中症対策として、製造現場にはクーラーを完備し、その他基本の整理整頓はしっかり行うなど、社員にとって働きやすい環境づくりを強く意識しています。



健康経営では、2020年より3年連続で健康経営優良法人に認定され、2021年にはブライト500に選出されました。

リスクについて知る、機会提供を

産業医の先生から健康づくりに関する講話をしてもらっています。講話内容は、メンタルヘルス、新型コロナウイルス感染症対策をはじめとする感染症、タバコのリスクについて等々です。

「喫煙することで、肺がんのリスクはこれだけ上がる」という“**リスクを知る**”機会を大切にしています。

「タバコをやめよう」「運動しなければ・・・」と**従業員が自発的に行動できるように**、研修の機会を設けて意識づけしています。



PDCAで残業時間削減！

・Plan(計画)

どうしたら残業時間を減らすことができるかみんなで考える

・Do(実行)

1人ずつの作業時間を可視化し、外部委託を活用

・Check(評価)

可視化した資料をもとに、業務時間や作業量に偏りが無いか確認

・Action(改善)

偏りがある場合は、作業量を見直し、残業時間削減へ

業務の効率化により残業時間削減となり、従業員の健康増進やモチベーションの向上にも繋がりますし、これにより軽減された諸経費はしっかりと従業員に還元しますので、従業員にとっては良いことばかりです。



自動販売機に“ひと工夫”

業務改善の一環で、従業員からの提案により**カロリーや成分を表示**するように変更しました。

また、販売機の中身も栄養補助食品や経口補水液等に一部切り替えました。自分が選ぶ飲み物に数値が表示されていると、いやでも目に入るの、気にする者も出てきています。

“こういうことをやってみてはどうだろう？”という従業員の提案は大切に**『全員参加型の健康づくり』**に取り組んでいます。



【担当者様よりひとこと】

“新しい当たり前をつくる”を基本として、今後もいろいろな取り組みをしっかりと行っていきたくと思っています。

【ご対応】 代表取締役 安永 修 様
経営企画部 部長 草場 博之 様



一般社団法人 ルートプラス

DATA

業種：教育・学習支援業 従業員：28人
〒811-3209 福岡県福津市日蔭野 4丁目 8-14
<https://rooutplus-group.com>

「健康経営」で長く働き続けられる環境づくり

従業員が、**長く働き続けられる会社であるために『健康維持』と『従業員とのコミュニケーション』が大事**だと思います。

会社が健診費用を全額負担し、健康診断を受けてもらうことで、病気の早期発見に繋がっています。

また、月に1回代表と従業員全員が1対1で面談をし、仕事やプライベートのことなどを話せる機会を設け、風通しのいい環境づくりに努めています。



スポーツレクリエーションで心も体も健康に

仕事の中で、子どもたちに運動指導をしていると私たちも運動していると思われがちですが、実はあまり運動できてないことも多いのが現状です。

そこで**週3回、従業員と会員のご家族の方と一緒にスポーツを通してレクリエーションを行っています！**

運動することで心身をリフレッシュでき、レクリエーションにすることで従業員同士のコミュニケーションも図れています。

健康宣言は「手が届く目標」を設定 優良事業所ゴールド認定が従業員の“安心感”に

私を含め従業員の多くは、目標達成がモチベーションUPに繋がっているため、まずは手の届く目標を設定しました。

「健診受診率100%」と「喫煙率0%」は、従業員の健康維持のためにも続けていきたいです。

『健康づくり優良事業所ゴールド』認定を受けたことで、**従業員を大切に**する会社として対外的にもアピールでき、社員の安心感に繋がっています。



健康づくり優良事業所認定について、こちら

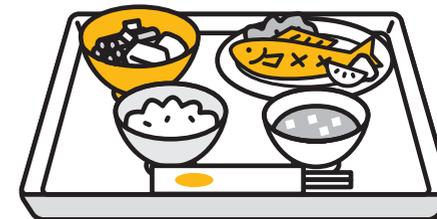


毎日1回栄養バランスの整った手作り料理を提供

体を使う仕事なので、従業員にしっかり食事をとってほしいという思いから、二人の息子を育てあげた代表の母に料理を作ってもらい、食堂のようなイメージで食事を提供しています。

メニューは**栄養バランスを考えて、季節のものを取り入れるように、工夫**しています。

食事をしながら仕事のことや日頃の悩みを話すことができるので、従業員同士のコミュニケーションやストレス解消の場にもなっています。



【担当者様よりひとこと】

スポーツの仕事は、「年をとると続けられない」と言われています。

ルートプラスでは、健康に年を重ね続けられれば《求められる限り応えることのできる人材》として、社会貢献できると思い、健康を意識し続けるために健康宣言をしました。今後も元気いっぱい笑顔と感動の源であり続けられるように頑張っています。

【ご対応】 代表理事 伊藤 一哉 様(右)
細野 拓也 様(左)



健康経営の取組を 福岡支部がサポート！

1. 社員の健康診断

○生活習慣病予防健診 対象：35～74歳の被保険者様

- ☑ お得な健診費用（約60%オフ）
- ☑ 労働安全衛生法に定められている定期健康診断に代用できる！

定期健診

労働安全衛生法に基づき、
受診が義務付けられている
項目

診察、身体測定、血圧測定、
尿検査、血液検査、胸部レントゲン、心電図



がん検診

大腸・胃・乳房・子宮頸部
の4つの検査項目

※一部年齢条件あり

- ☑ 健診結果から生活習慣病の発症リスクが高いと判断された方は無料で特定保健指導を受けることができる

2. 特定保健指導の活用

保健師・管理栄養士から、食事の取り方等具体的なアドバイスを無料で聞くことができ、マンツーマンでサポートします！

選べる利用方法

健診当日に
健診機関で面談



事業所内での面談



スマホ・タブレット端末
によるリモート面談



＼社員が元気なあの会社はもう利用している!?!／

3. 健康づくり実践アドバイザー

『何から始めよう?』『社員の健康づくりに取り組みたい!』というお悩みや熱意を保健師・管理栄養士等の健康づくりのプロがサポートします！



※健診結果をもとに作成
※ご提供・表示内容は被保険者数等一定の条件あり

自社の健康状態を見える化

健康課題発見・再認識

社員の皆さんが主体的に取り組み、
定着できるようアドバイス

健(検)診受診率UPには…?

- ◆社員自身・ご家族の皆さんに特定健診（がん検診）受診を促す方法を伝授
- ◆健診を“受診しただけ”ではなく、受診後のフォローまで

担当が自分だけ…「健康づくり、誰かに相談したい!」の相談役

- ◆禁煙をもっと進めたいけど、何から取り組もう
メンタルヘルス対策、セミナーってどこで受けられるの? …等々

健康づくり実践アドバイザーがお話を聞き、
相談役になります！



↓↓ 無料でご利用できますが、お申込み必須 ↓↓

健康づくり実践アドバイザー 福岡

検索

