

健康経営 事例集

令和5年度版



群馬県内
実践企業

7
社紹介

笑顔で働くための健康づくり



全国健康保険協会 群馬支部
協会けんぽ

はじめに

全国健康保険協会(協会けんぽ)群馬支部は、企業の皆さんと連携して職場の健康課題に取り組む「健康宣言事業」を積極的に進めています。

企業の皆さんに、職場の健康づくりに取り組むきっかけとして「生き生き健康事業所宣言」に登録していただき、協会けんぽが宣言内容の取り組みをサポート・フォローアップする事業です。

人手不足が深刻化する中で、従業員の皆さんにいかに長く活躍してもらうかが重要であり、そのために健康増進を図ることは企業としての大切な役割であると考えます。元気に働いている従業員の皆さんの将来の健康を守るため、協会けんぽと連携して「健康経営®」の取り組みを協働していただきたいと思います。

このたび「生き生き健康事業所宣言」に登録し、「健康経営®」に積極的な取り組みを行う7社のご協力のもと、健康づくりに関する「取り組み事例」をまとめました。本事例集を職場での健康づくりの参考としていただければ幸いです。

協会けんぽ群馬支部は、職場の健康づくりに取り組む企業の皆さんをしっかりとサポートしてまいります。

令和6年3月



全国健康保険協会群馬支部

支部長 岡田 芳久

※「健康経営®」は NPO 法人健康経営研究会の登録商標です



目次

ナンバー	事業所名	ページ
FILE 01	桂建設 株式会社	2
FILE 02	加藤鉄工 株式会社	4
FILE 03	協和補償コンサルタント 株式会社	6
FILE 04	コシバ電機 株式会社	8
FILE 05	三幸機械 株式会社	10
FILE 06	GKU 株式会社	12
FILE 07	医療法人 社団美心会 黒沢病院	14
健康づくり応援メニュー		16
健康経営優良法人認定制度とは		17

INDEX 健康経営キーワード別索引

ご紹介した健康経営の事例は、キーワード別でも検索できます。

キーワード	ページ	FILE No. 企業名
健診（再検査等を含む）の工夫	2	FILE 01 桂建設 株式会社
	4	FILE 02 加藤鉄工 株式会社
	6	FILE 03 協和補償コンサルタント 株式会社
	8	FILE 04 コシバ電機 株式会社
	10	FILE 05 三幸機械 株式会社
	12	FILE 06 GKU 株式会社
	14	FILE 07 医療法人 社団美心会 黒沢病院
保健指導の工夫	4	FILE 02 加藤鉄工 株式会社
	6	FILE 03 協和補償コンサルタント 株式会社
	10	FILE 05 三幸機械 株式会社
	14	FILE 07 医療法人 社団美心会 黒沢病院
食生活改善	2	FILE 01 桂建設 株式会社
	4	FILE 02 加藤鉄工 株式会社
	12	FILE 06 GKU 株式会社
	14	FILE 07 医療法人 社団美心会 黒沢病院
運動（活動量計の活用・ラジオ体操・その他スポーツ）	4	FILE 02 加藤鉄工 株式会社
	6	FILE 03 協和補償コンサルタント 株式会社
	12	FILE 06 GKU 株式会社
	14	FILE 07 医療法人 社団美心会 黒沢病院
メンタルヘルス対策	4	FILE 02 加藤鉄工 株式会社
	10	FILE 05 三幸機械 株式会社
受動喫煙対策	2	FILE 01 桂建設 株式会社
	8	FILE 04 コシバ電機 株式会社
	10	FILE 05 三幸機械 株式会社
	12	FILE 06 GKU 株式会社
セミナー・研修、情報提供	2	FILE 01 桂建設 株式会社
	6	FILE 03 協和補償コンサルタント 株式会社
	8	FILE 04 コシバ電機 株式会社
	10	FILE 05 三幸機械 株式会社
コミュニケーション（親睦会・サークル活動・あいさつ）	2	FILE 01 桂建設 株式会社
	6	FILE 03 協和補償コンサルタント 株式会社
	8	FILE 04 コシバ電機 株式会社
	10	FILE 05 三幸機械 株式会社
	12	FILE 06 GKU 株式会社

桂建設 株式会社

社員の急病と緊急搬送が、 健康管理を見直すきっかけに



社内のコミュニケーションづくりに年に1度開催されるBBQ

取組

特に力を入れている取り組み内容

- 定期健診、再検査の徹底と、生活習慣病予防の研修の実施
- 男性が多い職場で女性社員が禁煙をリードする
- 話しやすい会社環境の中で、健康を話題にしたコミュニケーションづくり

契機

導入した契機や時期

就業中の社員の急病を契機に、社内の健康管理を再検討した。協会けんぽの方針に従って、徹底した取り組みを行い、状況を改善することが出来た。生き生き健康事業所宣言にエントリーし、様々なサポートを受け、会社として自信の持てる状態になっている。

健康に配慮していたが、 思わぬ社員の急病

家住和徳代表は社員の健康管理に関心が深く、各種セミナーや情報提供などで社員の関心を高めていた。協会けんぽの「生き生き健康事業所宣言」に取り組み、さらに社内の健康管理面を見直すこととなった。

宣言にエントリーする前年、社内で社員が心臓病で倒れ、緊急搬送される事案があった。定期健診は受けていたが、再検診を受診しなかったことや生活習慣など複数の原因で発病してしまった。幸い倒れた社員の予後は良く、短期間で職務に復帰することが出来た。



令和5年度は快眠セミナーを受講

改めて健康管理体制の 再チェック

この事態は健康管理の見直しや、実態に即した取り組みなど、会社として反省するきっかけになる。社内に担当者を置き、協会けんぽの提供する情報誌やパンフレットを社内に掲示、健康セミナーの受講をはじめ、多様な取り組みを実施した。特に再検診の100%受診を強く押し進めた。健康管理の家住香衣担当は「健診結果を真摯に受け止めるよう社員を啓発しています。現場の仕事の多い男性社員は、以前喫煙率が50%を越えていました。生活習慣から見直そうと働きかけ、現在は40%以下に下がっています」と語る。

「健康診断の結果を見るのが 楽しみ」な社員が増える

現在では再検診、保健指導100%。健康セミナーの効果で、食生活の改善、ダイエットに励む社員も増えた。

家住担当は「近年健康について社員の意識が改善しています。例えば『検査の結果が楽しみ』という方が増えています。自分の努力

で生活を変えると、体重やコレステロール、血圧などの数字が目に見えて良くなっています。やったことが数字になり、やりがいを感じているのだと思います」と取り組みの効果を説明する。

生き生き健康事業所宣言の最大の成果は、社内で健康の話題が増えたこと。以前は無関心だった社員が、血糖値や生活習慣病の話をするようになった。一人の急病をきっかけに健康改善に取り組んだ成果である。



健康担当のスタッフが、定期的に出している健康情報のチラシ



健康事業所宣言や認定証を掲げる社内



総合建設業

桂建設 株式会社

〒379-2311 みどり市笠懸町阿左美763-2
TEL.0277-76-7723

創立▶1981年(昭和56年)4月

代表取締役▶家住 和徳

従業員数▶23人

<https://www.katsura-build.jp>

加藤鉄工 株式会社

社員一人ひとりの自覚から、 健康経営が始まる



全社で行われているラジオ体操。特に腰痛防止に力点を置いている

! Point! /

取組

特に力を入れている取り組み内容

- 定期健康診断受診と再検診
- 扶養家族の特定健康診断の推奨
- 運動など生活習慣改善の努力をする社員に手当

契機

導入した契機や時期

日本健康会議の「健康経営優良法人 2023」の認定を受けるなど、社員の健康づくりに取り組んできた。協会けんぽには以前からサポートを受け、腰痛体操やトイレの整備、メンタルヘルスの推進など、具体的な改善を行っている。再検診・喫煙率をクリアするための条件整備を会社の健康スタンダードと認識している。

健診から再検診、生活習慣の改善までの流れをつくる

加藤鉄工は鉄の加工に高い技術をもち、高速道路の料金徴収ボックスなどの製作に実績を積んできた。その「ものづくり集団」を支えるのは、経験とスキルを持った社員。経営の基本に社員の健康管理を置いている。

ベテラン社員が多いため、健診後の再検診とその後のサポートを重視している。特定保健指導の受診はもちろん、要因となりがちな生活習慣や食生活の見直しなどを促している。



健康セミナー



地域のマラソン大会に多くの社員が参加

本人の理解が重要なので、診断結果の数値については、分かりやすいように説明や資料などで補強している。

「G-WALK+」で運動習慣を

健康管理担当の総務部加藤彩知子顧問は「病気になるらないためには、生活習慣の見直し、さらに本人の意識が重要ですね。以前、血糖値の高い社員が、再検診で『このままだと死の危険もある』と医師に言われ、慌てて治療を始めたというケースもあります。こういった例もあるので、普段から食

生活を見直す、運動をするなどの習慣を身につけるように指導しています」と対応を説明する。

例えば群馬県が提供しているスマホアプリの「G-WALK+」を推奨し、法人としてランキングを競っている。日々の運

動量が数値になり、また、会社全体の仲間意識も加わるので、大きな成果がある。それもあって運動に関心が高まり、地域のマラソン大会に出場、優秀者には会社から金一封を出すなど、社を挙げてのイベントになっている。

メンタルヘルスのため、「習字教室」を開催



メンタルヘルスのため、社内で「習字教室」を開催している

精度の高い作業のため、メンタルヘルスにも重点を置く。社長の主導で先生を招き、定期的に社内習字教室を開いている。初めての社員が多いが、やってみると楽しさを感じ、また、事務用の字が上手になるなど、よい副作用も生んでいる。

加藤顧問は「社長は健康意識が高く、社員に長く元気で働いてくれるように、様々な施策を取り入れています。将来は社内に運動マシンを入れてみようと計画しています」と語る。



金属製品の加工

加藤鉄工 株式会社

〒376-0013 桐生市広沢町1-2835
TEL.0277-52-1302

創立▶1966年(昭和41年)10月13日

代表取締役社長▶加藤 貢

従業員数▶107人(令和3年5月31日現在)

<https://www.katotekko.co.jp>

協和補償コンサルタント 株式会社

「G-WALK+」で 社員の運動意欲を高める



女性社員で構成された「まりも会」。会議は就業時間内に行われている

Point! /

取組

特に力を入れている取り組み内容

- 定期健康診断と二次検査受診勧奨
- 治療と仕事の両立支援
- 運動習慣を根付かせるため、「G-WALK+」なども利用し、社員の啓発を図る

契機

導入した契機や時期

資格などが必要な専門職が多く、業界全体の人材不足もあり、健全で働きやすい職場環境をつくり、長く仕事をして欲しいという願いがある。日本健康会議の健康経営認定をはじめ、各種の取り組みを行い、協会けんぽによるサポートで、より総合的なチェック体制を確立している。

専門性の高い大規模プロジェクトにも参加

協和補償コンサルタントは、公共事業の用地取得に関する補償業務を中心に、建設コンサルタント、測量など関連業務を展開している。

それぞれ資格や独自のノウハウを必要とする専門業務のため、人材の確保が課題となっている。そのため、社員が健康で生き活きと働ける職場環境の改善に努めている。

定期健康診断の受診をはじめ、特定保健指導、女性がん検診100%会社負担、人間ドック対象年齢の拡大、各種セミナーの受講など、法人として可能な対策を

実施。課題を克服しながら、全体のレベルアップを図っている。

食事や運動習慣の改善へ こまめな情報提供

同社では測量や調査などで現場に出る業務も多い。外食の機会も増え、偏った食生活になってしまっている社員もいる。

健康経営担当の総務部島田貴世子が担当は「社員の平均年齢が50歳で高血圧や脂質異常症などの問題がある社員もいます。まずは、病気になるための身体づくりが重要と考え、こまめな情報提供で徐々に喫煙率の低下や食事、運動習慣の改善が進みました。基本は自身の健康状態を把握し、理解すること、そして疾病を

早期発見するための二次検査の実施が重要です。協会けんぽからの情報やサポートを積極的に活用し、啓発に努めています」と語る。

女性社員のグループから、健康提案の発信

男性の多い職場だが、女性社員9人による「まりも会」を作り、女性の視点から健康や社内コミュニケーション



ストレッチ体操講習会

シオンなどの提案を行っている。労働環境の改善をはじめ、女性の健康問題に関する研修会やLGBTに関する勉強会など独自企画を提案。また、「職場のストレッチ体操」の積極的参加などで会社内の健康づくりをリードしている。

群馬県が提供する「G・WALK+」に法人として参加。その中で独自に社内ウォーキングイベントを開催するなど社員の熱意を高めている。島田担当は「協会けんぽの分かりやすいサポートや情報提供、また女性の積極的参加などで、社員の健康レベルは目に見えて改善しています。取り組みを続け、より働きやすい職場づくりにつなげていきたいと思っています」と今後の抱負を語ってくれた。



2023年に開かれた他社を招いての女性研修会



2024年に開かれた全社研修会



用地調査／測量／補償・建設コンサルタント

協和補償コンサルタント 株式会社

〒370-0802 高崎市並榎町115
TEL.027-322-4911

創立▶1979年(昭和54年)11月21日

代表取締役社長▶平山 貴祥

従業員数▶50人(2023年4月現在)

<https://www.kyowa-cc.co.jp>

コシバ電機 株式会社

セミナーで意識啓発を行い、 アンケートで自分を客観評価する



屋外で行われた健康経営セミナー

Point! /

取組

特に力を入れている取り組み内容

- 定期健康診断、再検診、生活習慣病予防健診の実施
- 各種セミナーで健康情報の提供
- 熱中症対策で空調作業服やドリンクを用意

契機

導入した契機や時期

従業員の年齢が上がり、長く健康で働いてもらうために健康経営優良法人認定を目指し、社内の制度改革を実施。先代社長の遺志を受け継ぎ、代表自身が先頭に立って生活習慣病対策などに取り組んでいる。

経営トップがまず健康である ことが、会社の元気を支える

コシバ電機は電気・通信を中心に、社会のインフラを支える設備工事を行っている。技術の蓄積が重要なためベテラン社員が多く、現在の平均年齢は約49歳。貴重な技術者が長く働いていけるように健康管理に配慮した経営を行っている。

従来から生命保険会社の協力を得て健康経営優良法人認定などにエントリーしていたが、協会けんぽの総合的なサポートを受け、社内での管理体制を再検討した。それ

には小柴淳代表の意思が強く働いている。代表の先代、先々代がいずれも40代、60代と在職中に亡くなり、健康であることが義務だと感じていたからである。

アンケートで本人の自覚を うながす

社員は男性が多く、定期健康診断後の再検診受診率が不十分だった。また、現場作業が多いため、息抜きの喫煙が普通だった。健康経営を目指すため、定例会議で健康情報を提供、また定期的なアンケートで各人の健康意識をチェックしている。

健康管理責任者の小柴美穂子担当は「一人ひとりの現状を理解し、何が問題かを具体的に指摘しました。その結果、喫煙率は徐々に下がり、生活習慣病も減っています」と話す。

アンケートで社員の関心が高かった飲酒、睡眠などのテーマについて、専門家の講演映像やスライドを使用したセミナーを行って成果を上げている。

健康に働けるように、 現場対策に重点

電気・通信工事は、建築中の建物での作業も多く、暑さ、寒さ対策に取り組んだ。冬期は防寒着やカイロなど、夏期は空調作業服を支給。また十分な水分補給のため、健康ドリンクなどを用意し、自由に利用できるようにしている。

小柴淳代表は「健康経営は、社員全体の意識付けが大事ですね。これが生活習慣病の原因だ、と分かっているにもかかわらず改善に取り組めない。そのギャップを、数字を使った具体的な指導や、丁寧なフォローにより埋めることが出来ました。現状に満足すること無く、今後も取り組みを続けていきたいと思っています」と語ってくれた。



本社前に植えられたレモンの木。収穫したレモンを使ったお弁当やお茶で食事会を楽しんでいる



小柴淳代表取締役と健康管理責任者の小柴美穂子担当



電気・通信工事

コシバ電機 株式会社

〒370-2342 富岡市別保169-1
TEL.0274-62-2111

創立▶1947年(昭和22年)6月1日
代表取締役▶小柴 淳
従業員数▶15人(令和6年3月1日現在)

<http://koshiba-denki.com>

三幸機械 株式会社

優秀な人材確保のために、 健康で働きやすい職場環境を整備



良質な職場環境を整えることで、優れた人材を確保している

取組

特に力を入れている取り組み内容

- 社内レクリエーション(ボウリングや釣り)の実施によるコミュニケーション活性化
- 特定保健指導、対象者への受診推奨
- 年1回の定期健診結果の優良者に毎月の手当を支給

契機

導入した契機や時期

専門的な技術が不可欠なため、スキルのある人材育成や、長く働いてもらうため、従業員の健康を重視。システマチックな健康管理には、協会けんぽが提供する健診や情報提供が、最適と判断した。今回「取組」が評価され、今後の励みとなっている。

ロケット開発を支える 高度な技術

三幸機械は大型部品の精密加工を得意とし、H3やイプシロンなど、日本のロケットに部品を提供している。航空宇宙産業に象徴される高度な加工技術を支えるのは、経験を積んだ人材だ。

一人のエンジニアを育てるのは時間がかかる。社員が健康で長く働くことは、仕事のレベル向上に直接つながる。

同社では、定年後の再雇用希望者がほぼ100%。働きがいのある職場であると同時に、しっかりとした健康管理が従業員の働く意欲を支えている。



定期的に開催されるセミナー

セミナーで意識啓発し、 生活習慣病を減らす

協会けんぽの生活習慣病予防健康診査はもちろん、特定保健指導の受診率も100%。また定期的に健康に関するセミナーを実施し、身近なテーマで従業員の健康意識を高めている。

黒澤亘総務部長は「受動喫煙防止法を契機に工場内を禁煙にしました。以前は喫煙者も多かったのですが、徐々に減っています。今の課題として、若い社員の健康に対する意識が低いことを心配しています。若いうちの不摂生は数値に現れず、実感が湧かないので、



釣りやボウリング・バーベキューなど家族で楽しめるイベントを毎年開催

意識付けが大事だと思っ「ています」と語る。

社員の健康を「家族」の ように感じ取れる経営

石井健介社長は同社の経営理念を「大家族主義」と語る。「社員一人ひとりを『家族の一員』だと思えば、健康への気遣いは当然で、結果的に生き生き働ける職場になります。また、本人の健康だけでなく、家族に要介護の人がいたり、子どもが多い場合、その世話を考えて勤務をシフトしたりします。数字だけで無く、社員の気持ちに寄り添ったこまめな対応が大事ですね」

同社ではフィジカル面はもちろん、近年eスポーツ部の設立へ向けて準備中。メンタル面でも健康に配慮している。精密な作業でストレスをためないよう、eスポーツは高い効果があるという。



金属加工・機械部品製造

三幸機械 株式会社

〒370-0026 高崎市下滝町433-22

TEL.027-347-2229(代表)

創立▶1974年(昭和49年)5月

代表取締役社長▶石井 健介

従業員数▶90人

<https://sankokikai.co.jp>

GKU 株式会社（旧 群馬小型運送 株式会社）

ベテラン社員の生活習慣病予防のため、じっくりていねいに対処



GKUまつりを開催し社内の親睦を深めている

取組

特に力を入れている取り組み内容

- 定期健康診断の100%受診と、再検診が必要な社員の受診
- 喫煙者が多かったが、地道な取り組みによって、車内禁煙から日常禁煙まで広がっている
- 血圧データを月次でグラフ化し、社員の自覚を促している

契機

導入した契機や時期

社員の高齢化が進み「病気になる前に対策する」を原則に、生活習慣病予防に力を注いでいる。そのため、健診後の再検診やセミナー、相談など健康経営優良法人を目標に社内体制を整えてきた。協会けんぽのサポートのもと、一層の健康経営を目指したい。

人材不足の環境下、ベテラン社員が長く健康に働けるように

物流業界に共通する問題として、ドライバー不足、高齢化が進んでいる。GKUでは、技量の高いベテラン社員の健康を高め、定年まではもちろん、再雇用の後も続けられるように社内環境を整えている。

再検査対象社員の比率が高く、課題となっている。従来は結果を見ても放っておく社員が目立ったが、セミナーなど積極的な情報提供で、かなりの改善が図られている。

冷蔵庫に「100円惣菜」食生活から変えていく

社員の約8割がドライバーで勤務形態が多様なため、連日外食やコンビニ弁当といった偏った食生活になりがち。そこで、社内の冷蔵庫に1品100円で買える惣菜を用意した。管理栄養士が指導したバランスの取れた主菜、副菜、サラダなどがパックされ、温めるだけで食べられる。健康に気を使うドライバーやスタッフなどに重宝がられている。

健康管理担当の管理本部川手愛子本部長は「100円のお惣菜のほ



運転前の血圧測定



トラック内は完全禁煙



かにも、いつもより早く歩く、野菜をたくさん食べる



「100円お惣菜」のに入った冷蔵庫

といった健康につながる行動をする、自動販売機の飲料などに交換できる健康促進アプリを全従業員の端末に導入しています。どちらも女性スタッフのアイデアで、健康経営に役立っています」と話す。

女性のアイデアと力を活用元気でスキルの高い社員を増やしたい

同社は令和6年3月に社名を群馬小型運送から「GKU」に変更。川手本部長は「女性ドライバーはまだ2名ですが、今後増やしていきたいですね。女性が多い内勤スタッフは、細かい配慮で業務のリニューアルに貢献しています。健康経営には社員の自覚が大切です。例えば、毎日の始業点検時の血圧などもデータ化し、自分の体調を一目で分かるようにしています。少しずつですが、効果が上がってきています」。

「従業員が満足して働ける職場」が目標というGKUは、次のステップを目指して取り組みを続けている。



総合物流業務

GKU 株式会社 (旧 群馬小型運送 株式会社)

〒370-0033 高崎市中大類町118-3
TEL.027-350-7020(代表)

創立▶1953年(昭和28年)

代表取締役社長▶川手 和義

従業員数▶104人(2022年4月1日現在)

<https://www.gku.group>

職員の健康無くして、 患者さんを助けることは出来ない



メディカルフィットネスジムを職員に開放し、職員の健康増進を推進している

Point! /

取組

特に力を入れている取り組み内容

- 総合的な取り組みにより、「ホワイト500」に認定
- 独立した健康管理室を設け、専任職員配置
- 職員が健康になると働ける時間・期間が延伸し、労働力不足対策になる

契機

導入した契機や時期

医療法人社団美心会は、医療を中心に保健、福祉、介護の総合サービスを提供し、協会けんぽと連携して地域の人達の健康増進に貢献している。そのため、自らの健康管理に尽力し、「健康経営優良法人ホワイト500」に選ばれた。この実績を踏まえ、今後もさまざまな人たちの幸せづくりに務めていきたい。

法人の健康経営評価で、全国トップに

美心会黒沢病院は、総合医療サービスを提供する立場から、従業員の健康管理に十全な配慮をし、先進的な取り組みを行っている。

黒澤功理事長は「医療を提供する側が病気で、患者さんを元気に出来ません。職員が健康だからこそ、良い医療を提供できます」と語る。

経済産業省が顕彰している健康経営優良法人の大規模法人部門「ホワイト500」に2018年から認定。その際の評価の内訳によると、全国の法人の中でも総合評価で常に上位に位置し、

■ 評価の内訳（健康経営度評価結果）

側面	重み	貴社	回答法人全体トップ	業種トップ	業種平均
総合評価	-	66.9	66.9	66.9	49.6
経営理念・方針	3	66.9	69.6	66.9	50.1
組織体制	2	67.4	68.8	67.4	50.1
制度・施策実行	2	68.6	70.3	68.6	48.1
評価・改善	3	65.4	66.9	66.9	50.0

※各側面の数値は、回答法人全体の平均に基づく偏差値です。各側面の数値に重みを掛けた値を合算して、得点・順位を算出しています。
※トップの数値は項目毎の最高値です。

2024年は全国1位となっている。

「最初から順風満帆だったわけではありません。以前50代の職員が脳卒中で亡くなりました。もちろん健診は受けていましたが、二次検査は受けていなかった。医者の不養生は本人にも、患者さんにもマイナスです。以後、職員の健康管理をより徹底して行うようになりました」と黒澤理事長は説明する。

専門の健康管理室を設置、脳MRIから朝食サービスまで提供

一般的には兼務が多い健康管理を担当を、専門の「健康管理室」とし、専従の職員を配置。健診からメンタルヘルスまで、幅広く対応している。40歳以上の職員の脳MRI、胸部CT、20歳代対象の婦



2023年8月30日上毛新聞掲載記事

人科検診の無償化をはじめ、朝食を食べない職員に対し、おにぎりなどで卵などを提供したり、運動施設メデイカルフィットネスを開放するなど、あらゆる角度からサポートしている。

健康になることで、労働力不足の対策になる

健康管理室のカウンセラーである高野雅子室長は「元気な人生の時間が増えれば、それだけ働ける時間が長くなります。日本の労働力不足の対策にもなりますね。当会としては、病気になるような予防に力を入れています。生活習慣の改善や運動の指導もそのためです。従業員の健康改善増進のため、努力した職員にはインセンティブを付与しています」と語る。

近年、運動習慣を付けるため、ウェアラブルウォッチを貸し出し、法人内で運動量を共有している。理事長自ら1日1万歩の目標を立て「朝にニュースを見ながら」歩いている。黒澤理事長の信念は「職員の健康増進と業績の伸張は密接に関連している」というもの。美心会黒沢病院は、常に新しい取り組みに挑戦している。



黒沢病院／ヘルスパーククリニック／保健・医療・福祉・介護

医療法人 社団美心会 黒沢病院

〒370-1203 高崎市矢中町187

TEL.027-352-1166

開 院 ▶ 1977年（昭和52年）12月 [黒沢病院]

設 立 ▶ 1996年（平成8年）11月

理 事 長 ▶ 黒澤 功

従 業 員 数 ▶ 832人（令和6年1月1日現在）

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

健康づくり応援メニュー



従業員の
生活習慣病予防に！



職場の
健康意識向上に！

社内研修にぜひお役立てください！

健康セミナーの講師を貴社へ **無料** 派遣します

↓ 選べる8つのコース ※各セミナーの所要時間60分



1 栄養・食習慣編

管理栄養士による座学中心のセミナーです。健康づくりのための食事のとり方、栄養バランスを一緒に見直しませんか？



2 運動習慣編

(A・B・Cから選択)

- ① 肩こり・腰痛予防
- ② お腹の引き締め運動
- ③ ラジオ体操再発見

内容に合わせて健康運動指導士又はラジオ体操連盟公認指導士による実技中心のセミナーです。

3 睡眠編

健康づくりのための睡眠とは!? 快適な眠りのための工夫を一緒に考えましょう。



4 アルコール編

上手なお酒の飲み方をご紹介します！



5 たばこ編

たばこの害、禁煙後の健康効果、受動喫煙対策など一緒に考えましょう。



6 メンタルヘルス編

群馬産業保健総合支援センターの専門講師による座学中心のセミナーです。ストレスチェック制度についての解説やストレス解消のための工夫をご提案します！



7 両立支援

事業主や管理職の方を対象としたセミナーです。治療と仕事の両立支援について一緒に考えます。



8 歯と口腔の健康づくり編 **NEW!!**

(A・B・Cから選択)

- ① 歯磨き（セルフケア）のポイント
- ② 歯周病と全身疾患との関わり
- ③ ご存じですか？オーラルフレイル



歯科衛生士によるセミナーです。お口から始まる健康づくりを一緒に考えます！

※セミナーの詳細は申し込み後、担当講師と調整してからの決定になります。申し込みからセミナー開催までは、2カ月程度要しますので、お早めにお申し込みくださいますようお願いいたします。

健康セミナーの内容や申し込み等のお問い合わせについては、お気軽に右記へご連絡ください

お問い合わせ先

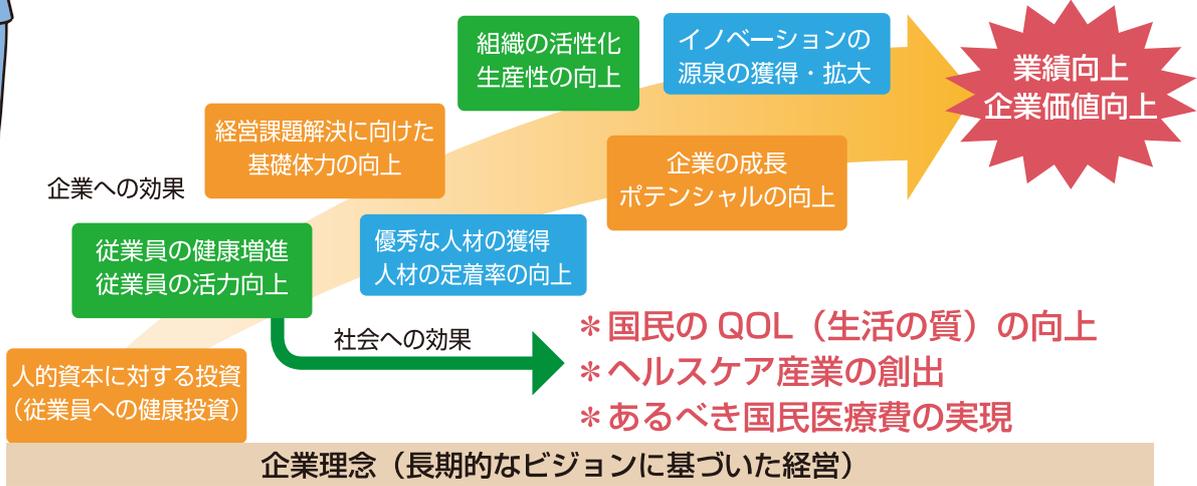
全国健康保険協会（協会けんぽ）群馬支部 保健グループ

TEL：027-219-2100（代表）

健康経営優良法人認定制度とは



従業員の健康づくりに積極的に取り組む企業を顕彰する経済産業省の制度です。健康経営優良法人の認定を受けると、従業員の健康に気配りをしている企業として採用や事業活動にプラスの影響が生じます。



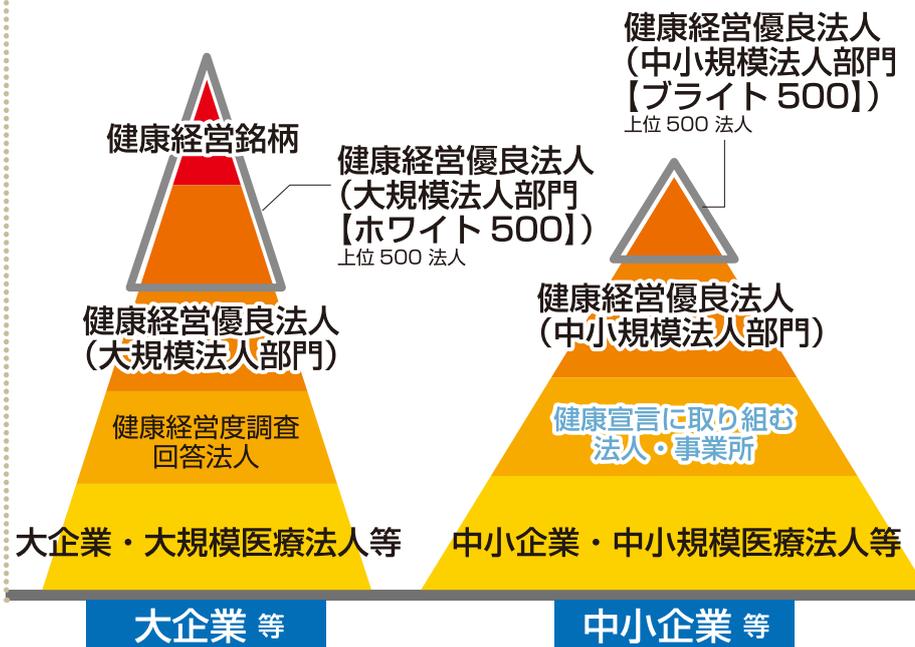
経済産業省ヘルスケア産業課「健康経営の推進について」より作成

健康経営優良法人 2023 について

「健康経営優良法人」の認定には、規模の大きい企業や医療法人等を対象とした「大規模法人部門」と、中小規模の企業や医療法人等を対象とした「中小規模法人部門」の2部門があります。「健康経営優良法人 2023」として、「大規模法人部門」に 2,676 法人（上位法人には「ホワイト 500」の冠を付加）、「中小規模法人部門」に 14,012 法人（上位法人には「ブライト 500」の冠を付加）が認定されました。

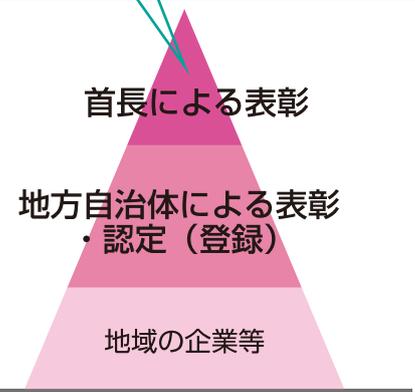
健康経営優良法人 2022 認定数（大規模法人部門：2,299 法人、中小規模法人部門：12,255 法人）に対し、両部門ともに大幅な増加が見られました。認定数は年々増えてきています。

全国規模の取り組み



自治体における取り組み

- (例)
- **前橋市 (まえばしウェルネス企業)**
 - ・市のホームページへの社名・取り組み内容掲載
 - ・求人票への表示
 - ・市入札参加資格審査の評価項目 (一部業種)
 - **館林市 (健康づくり活動団体表彰)**
 - ・主体的・自主的な健康づくり活動を行っている団体を表彰



経済産業省ヘルスケア産業課「健康経営の推進について」より作成 (一部改変)

「生き生き健康事業所宣言」をして、 健康経営を始めましょう！

<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/gunma/cat070/20190410020/>

詳細はホームページで
ご覧いただけます



お電話でのお問い合わせは

全国健康保険協会群馬支部 企画総務グループ

電話番号 027-219-2100 (代表) ※ガイダンス ③ 番をお選びください。

交通のご案内



① 前橋駅北口より徒歩10分【本町バス停前】

② 駐車場P1～P6をご利用の場合は、利用券をお渡しします。駐車券をお持ちください。

- | | |
|--|----------------|
| P1 群馬パーキング (セブンイレブン奥) ※ 群馬パーキングはセブンイレブンの奥にございますので、セブンイレブンへの駐車はご注意ください。 | |
| P2 K' BIX パーキング元気 21 | |
| P3 K' BIX パーキング千代田 | P5 前橋中央駐車場 |
| P4 市営パーク5番街 | P6 広瀬川サンワパーキング |

健康経営事例集 — 令和5年度群馬県内実践企業 —

発行：令和6年3月



全国健康保険協会 群馬支部
協会けんぽ

〒371-8516 前橋市本町 2-2-12 前橋本町スクエアビル 4階
TEL.027-219-2100 (代表) FAX.027-219-2106

協会けんぽ 群馬



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