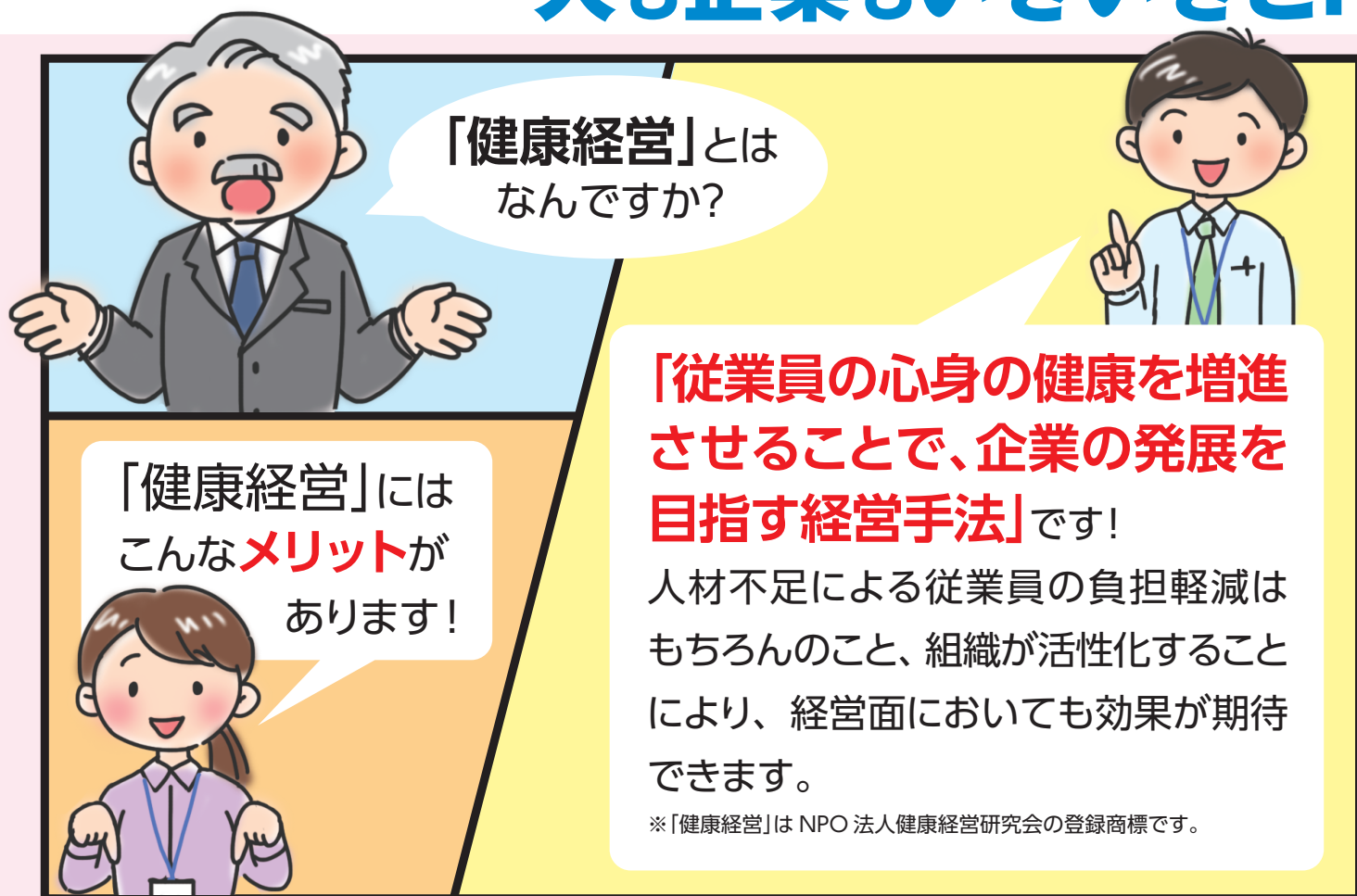


「健康経営®」で 人も企業もいきいきと!

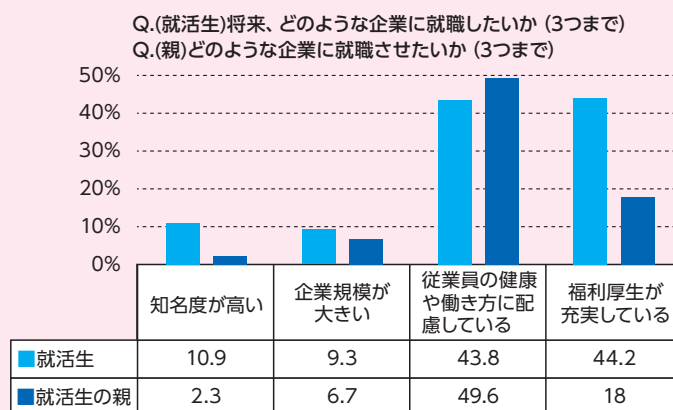


業績向上・コストパフォーマンス向上

社内で病気休職・退職者が出ると、休職であれば休職手当、場合によっては欠員補充の求人に関する手間・費用、その後に必要な社員教育など時間的・経済的にコストがかかります。長期的にみると、従業員が健康な状態で仕事に従事してくれることで、コストパフォーマンスは向上し、業績アップにつながります。

イメージアップ・優秀な人材の確保

平成28年度の経済産業省の調査によると、「どんな企業に就職したいか」の設問で、「従業員の健康や働き方に配慮している企業」と回答した就活生は43.8%おり、第2位でした。また、親の回答では第1位の49.6%でした。就活人気のキーワードは「健康経営実践企業」と言えるのです!



※参考：経済産業省 HP より

「わが社の健康宣言」とは？

健康経営に取り組む事業所様に自社の目標を社内外に宣言していただき、協会けんぽ兵庫支部が、その目標の決定から達成までをサポートするという事業です。

協会けんぽのサポート例

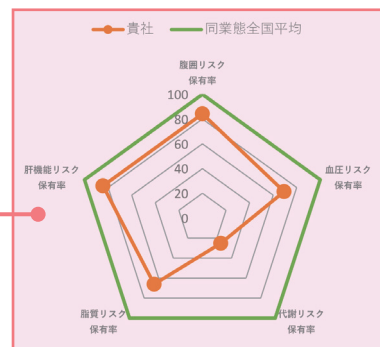
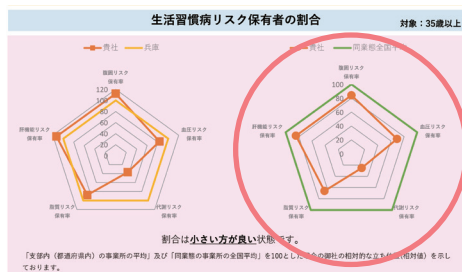
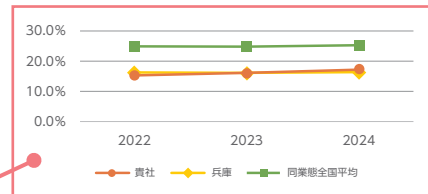
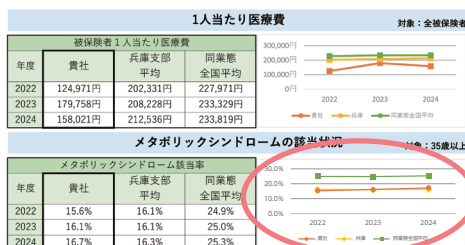
無料

事業所健康診断カルテ

健診結果等から作成する貴社オリジナルのカルテを提供！

兵庫支部平均・同業態平均と比較しているため、**自社の課題が一目でわかり、健康づくりの取り組み目標を設定しやすくなります。**

生活習慣病の
リスク保有率などを
「見える化」



* 健診受診率等の条件によりカルテを提供できない場合があります。

健康講座の実施

年に1回、健康講座の受講が可能！

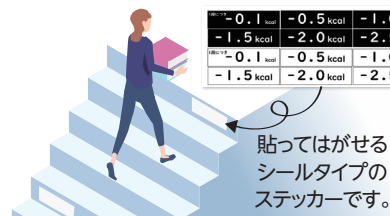
運動や食事、メンタルヘルスなど様々なテーマから選択できるので、社内の研修としても利用できます。

健康測定機器のレンタル



血管年齢測定器など

ご希望の健康測定機器1種類を5日間レンタルいたします。先着順のため、お早めにお申込みください。



階段用消費カロリーステッカー

消費カロリーを示した階段用のステッカーです。職場の階段に貼っていただき、日ごろから意識して階段を利用することで、従業員の健康づくりにつながります。

株式会社 サップス

健康経営を始めたきっかけ

「予防医療への貢献」「スポーツクラブ参加率の向上」「人生100年時代における生きる喜びの創造」の3つのミッションの達成に向けて全社一丸となって取り組むために始めました。

取り組みの内容

- 社内独自の健康宣言をしており、健康的な身体の基準値として、BMI18.5以上、体脂肪率：男性20%以内、女性25%以内と定めています。
- 月1回全従業員を対象に、自身の身体の状態を記録できるツールを用いて、体重や体脂肪率などを記録してもらっています。記録することで2～3年後の身体の状態や健康リスクが分かるようになっています。
- 毎朝朝礼時に、1日5分間フィットネスを行っており、従業員の中には毎朝15～20分ジムで体づくりをしている者もいます。
- 毎週月曜日に全従業員が経営陣に向けて3行で提案や報告を行う機会「3行提報」を設けています。
- 従業員自身が心身ともに健康でいられるよう、従業員は自社施設を無料で利用できます。

取り組みの成果

もともと運動が習慣になっている従業員が多いのですが、健康経営を行うことでより従業員が健康を意識するようになりました。担当者から呼びかけた事にもしっかりレスポンスをしてくれています。健診受診率は100%を達成しており、健診結果も良好です。また、「3行提報」で経営陣とコミュニケーションをとることができるよう風通しの良い職場になっていると思います。健康経営優良法人は2020年から6年連続で認定を受けており、この認定を励みに、これからも社員一人ひとりの笑顔を守り、地域社会に元気を届ける企業であり続けます。



▲ピラティスの専用マシン

3つのミッション

1. 予防医療への貢献
2. スポーツクラブ参加率向上への貢献
3. 人生100年時代「生きる喜び、やりがいづくり」への貢献

サップスの健康宣言

- BMI 18.5 以上！
体脂肪率 男性 20%以内
女性 25%以内
- 日常生活、勤務時は推奨して階段を使用
- 毎月一度のドクターセルフチェック
- 1日5分間フィットネス
- 健康診断受診率100%

健康的に笑顔で1日を過ごしましょう☆

所在地：西宮市甲子園高潮町 3-30 ホテルヒューイット甲子園5F **従業員数**：680名 **設立**：2002年
事業内容：スポーツジム運営、マシンの開発・販売 **優良法人認定**：2020年～2025年

双和化学産業 株式会社

健康経営を始めたきっかけ

従業員の健康促進に役立つツールを探していたタイミングで、取引先から健康経営についてアドバイスをもらい、協会けんぽが実施する健康宣言や健康経営優良法人認定の取得に取り組もうと考えました。

取り組みの内容

- 電車や車での移動が多く運動不足を感じている従業員が多いため、月平均8000歩以上を目標とした「ウォーキングチャレンジ」を実施しています。全従業員が参加しており、各自で歩数を集計して月1回用意したフォーマットに入力してもらっています。年平均歩数が多い上位1～3位の表彰も行っています。
- 50歳以上の従業員に対し脳ドックを義務化しています。また、女性従業員に対しては、希望者には乳がん・子宮頸がん検診の実施を行っています。どちらも費用は会社で全額負担しています。不妊治療休暇や手当金支給の制度も開始することとなりました。
- 二次検診対象者には産業医からいただいたコメントと一緒に報告シートを配付し、受診を促しています。
- 協会けんぽからのメールマガジンを従業員に回覧しています。

取り組みの成果

「ウォーキングチャレンジ」は2023年から実施していますが、年々平均歩数が増えており、意識の変化を実感しています。協会けんぽから提供される「事業所健康診断カルテ」でも、運動に関する項目は良い結果となっています。不妊治療休暇や手当金支給については、従業員の家庭と仕事の両立を支援すべく実現する事となりました。社長との面談は年1回あり、意見を言いやすい環境になっています。また、健康経営の取り組みを開始した2023年から毎年健康経営優良法人の認定を受けています。

産業医意見書取得に伴って医師よりコメントがあった場合

2023/9/28

氏名： 様

以下の項目に医師がコメントを記入しました。
検査結果、検査結果が正常と判定があった場合は、医師は診断を付け、
月 日までに まで検診結果の報告をお願いします。

検査項目	結果
検査項目	
検査項目	

【受診結果の報告】

氏 名

職 位

受診医療機関

検査結果 医師のコメントを記入し、必要事項の記入をお願いします。

1. 検査結果

2. 検査結果 ①当該健康診断で検出された異常

3. ②（ ）ヶ月後に再検査

4. 医師が必要または 診断を継続した

5. その他（ ）

※医師の意見書は、医師に添付せずご自身で記入して下さい。
※医師の意見書は、医師に添付せずご自身で記入して下さい。

▲二次検診対象者へ配付する報告シート

所在地：神戸市兵庫区芦原通1丁目2番26号 **従業員数**：40名 **設立**：1950年
事業内容：FRP防水製造販売、化成品卸、建築工事 **優良法人認定**：2023年～2025年

株式会社 トーホー

健康経営を始めたきっかけ

経営憲章の中で「企業は人である」と定めており、企業の持続的成長には従業員の成長が必要不可欠であると考えています。健康は、従業員の成長には欠かせない最も基本的な要素であるとともに従業員とその家族の幸せに欠かせない基本的な要素でもあります。そのため、従業員一人ひとりが活力に満ち、最高のパフォーマンスを持続的に発揮できる職場環境の構築に向けて健康経営を推進しています。

取り組みの内容

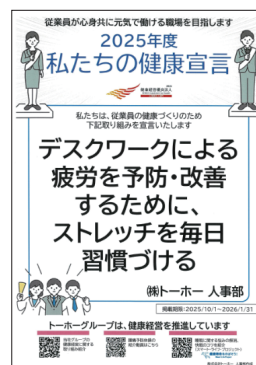
- 再検査は、独自基準を設けて「即受診」と「通常受診」にレベル分けし、受診期間内に受診するよう指導しています。
- 生活習慣を改善するため、事業所毎に健康への取り組みを決定し、事業所単位で健康宣言を行っています。複数の健康課題の中から解決したい課題を各事業所で選択してもらい、それをもとに宣言しています。
- 国内全グループ会社において、敷地内の全面禁煙を実施しています。また、禁煙週間を設け、ポスター掲示による禁煙勧奨を行っています。禁煙の取り組みはトップダウンで行っており、2016年は就業時間内禁煙、2019年は社用車内禁煙、2021年に敷地内全面禁煙と、段階的に取り組みを進めています。
- 大容量の食材を取扱うため、従業員の腰痛の発生確率が他業

種に比べ高く、重い商品の持ち方の研修を実施したり、業務前に腰痛を予防するための「toho健康体操」を行っています。

取り組みの成果

定期健康診断は毎年100%の実施率を維持しており、再検査も2022年度から3年連続で受診率100%を達成しました。また、禁煙の取り組みにより、40歳以上の喫煙率が低下しました。全従業員を対象に実施している健康に関する確認テストも毎年高い正答率を維持しています。

健康経営優良法人は2019年から毎年認定を受けており、2019年から2023年はホワイト500にも認定されました。



所在地：神戸市東灘区向洋町西5丁目9番 **従業員数：**3,876名 **設立：**1947年

事業内容：各事業会社の経営管理、業務用食品の仕入・調達・開発、コーヒーの製造 **優良法人認定：**2019年～2025年

永井産業 株式会社

健康経営を始めたきっかけ

生命保険会社からすすめられたことがきっかけです。従業員一人ひとりの健康のためには、企業としてどのように健康づくりをしたらいいか考える機会となればと思い健康経営を始めました。指標の一つとして、健康経営優良法人認定の取得も目指すようになりました。

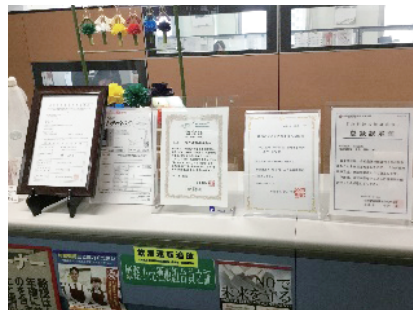
取り組みの内容

- 二次検診の受診に特に力を入れています。従業員の健診結果を社長自身が確認しています。他県にも支店がありますが、社長が年2回出向き一人ひとりと面談を行っているため、その際に対象者には社長から受診するよう声掛けを行っています。受診報告書も用意しています。
- 生命保険会社のサポートを受けながら健康経営に取り組んでいます。月1回、生命保険会社から冊子やセミナーの案内などをいただくため従業員に周知しています。他にも食事管理アプリや運動アプリがあるので、さらに従業員に周知・活用していきたいと思っています。
- 独自の取り決めで、配送業務に携わる者は毎日血圧測定を

することとしています。血圧計はタイムカードの横に設置しています。

取り組みの成果

声掛け等の取り組みにより二次検診の受診率は令和5年度で85%まで上昇しました。担当者からの声掛けよりも社長からの声掛けの方が効果があると感じています。社長が積極的に動いてくださるため、担当者からも社長にお願いしやすく、取り組みを進めやすい環境です。血圧測定は習慣化しており、毎日出勤時に測定してもらっています。



▲血圧測定の様子

所在地：姫路市北条宮の町385 **従業員数：**79名 **設立：**1947年

事業内容：印刷紙・板紙・包装紙・商業用紙・和紙・紙製品・化成品等の卸売および加工、製本、一般貨物自動車運送業

優良法人認定：2021年～2022年、2024年～2025年

株式会社 ヒメプラ

健康経営を始めたきっかけ

わが社では生活習慣病のリスクを抱えている従業員が多かったです。そこで、企業としてできることは何かと考えた結果、従業員が健康を意識するきっかけとなればと思い、健康経営を始めました。

取り組みの内容

- 健診内容の充実に力を入れており、全拠点を対象に脳ドック・腫瘍マーカーの費用補助をしています。腫瘍マーカーは全額補助、脳ドックは10,000円補助をしています。婦人科系のがん検診の受診も推奨しています。
- 二次検診対象者には「再検査報告書」の提出をお願いしています。従業員自身で受診状況を記入し、できるだけ全員に提出してもらうようにしています。年1回の面談においても受診状況を確認しています。
- 月2回、7名ほどのグループを作りランチ会を開催しています。グループは所属部署が異なるメンバーで構成されており、クイズやサイコロトーク等を行い、従業員同士の会話が盛り上がるように工夫しています。
- 新卒で入社した従業員にはメンタル面のサポートも含めて2年間、WEB上で心の状態を記録できるツールを活用しています。内容は人事担当や上司が確認し、従業員の心の状態を把握しています。変化があった場合は、チャットや直接本人に状況を確認するようにしています。

取り組みの成果

- 脳ドックは今年度すでに11名が受診しています。婦人科系のがん検診も多くの従業員が利用しており、40歳以上の従業員は毎年受診する者が多いです。また、再検査でがんが見つかった従業員も何名おり、早期発見につなげることができました。
- ランチ会はお互いの仕事内容の理解を深めるとともに、それぞれの担当営業や商品に関する情報交換もされ、コミュニケーションの活性化につながりました。
- 以前は、毎年短期で離職する従業員がいたのですが、ツールの利用等、サポートの仕組みづくりをしたことで離職率が減少しました。



▲ラジオ体操の様子



▲階段を昇った時の消費カロリーを示すステッカー

所在地：姫路市北条448番地の8 **従業員数**：197名 **設立**：1955年
事業内容：家庭日用品/インテリア用品/産業資材などの卸商社 **優良法人認定**：2023年～2024年

株式会社 マルキン

健康経営を始めたきっかけ

従業員の世代交代期を迎えた当初、採用した人材が定着せず、非常に困っていました。「良い人材を採用したい」「従業員を大切にしたい」という思いが強くなり、健康経営に取り組むことを決意しました。また、当社はデスクワークが多いため、体調管理が難しく、特に若い世代に健康に対する意識を高めてもらいたいと考えようになりました。従業員一人ひとりがいきいきと働ける職場環境づくりに励み、自らの健康維持・増進を目指す企業でありたいと願っています。

取り組みの内容

- 毎日午後3時にラジオ体操をしています。健康測定器(血圧・血管年齢測定器)や健康機器(ぶら下がり器・トレーニングベンチ等)を設置し活用してもらっています。
- 健康診断の結果も参考にして健康課題・目標を設定し、各自で「実行計画書」を作成してもらっています。目標の達成に向けた具体的な取組内容を食事、運動、その他の項目に分けて計画を記入し、月ごとに自己評価を行っています。
- 健診は担当が申し込みをし、100%受診できています。二次検診対象の方には受診を促す文書と受診結果報告用の用紙を配付し、速やかに病院での受診をお願いしています。ほとんどの従業員が二次検診を受診してくれています。

取り組みの成果

「実行計画書」は健康測定機器を使用した際の結果と併せて月末に提出してもらっています。機器の活用を習慣化するのは簡単ではありませんが、皆、積極的に取り組んでくれていて、その姿勢をととても嬉しく思っています。また、協会けんぽの健康講座や健康測定機器のレンタルを活用することで、外部からの刺激や学びの時間を得ることができました。健康への意識付けとともに職場でのコミュニケーションの活性化にもつながりました。



▲血圧・血管年齢測定器

実行計画書の用紙▶

月別健康経営の実行計画		健康診断の結果も参考にしてください			
健康項目	目標	高血圧	高脂血症	月	年
血圧					
脂質					
その他					

1. 具体的な内容は、実行計画を参考に記入してください。

2. 評価は3段階をお願いします。

1	全然できなかった
2	まあまあ出来た
3	ほぼ完了できた

3. 写真は健康測定器等の記録表と一緒に保管して、月末に記入してください。

所在地：加東市西古瀬926-2 **従業員数**：13名 **設立**：1959年
事業内容：刃物道具の小売・卸売業 **優良法人認定**：なし

健康宣言の流れ

①エントリー

[illegible]

②目標設定

[illegible]

③ 実践

- ・エントリーシートを郵送またはFAX！
- ・後日、協会けんぽ職員が連絡し、打ち合わせをします。
- ・事業所健康診断カルテを参考に目標を決定し宣言書を提出！
- ・兵庫支部から登録認定証を発行します。
- ・社内に掲示し、取組開始！

エントリーシート (FAX:078-252-8712)

事業所名						
所在地	〒 —					
担当者情報	フリガナ		所属			
	氏名					
	健康保険	記号（ ） 番号（ ）				
	T E L	— —		F A X	— —	
	メール アドレス	@				
○健康づくりに関する現在の取り組み状況やお悩み等を教えてください。 例：社員全員に健診を受けさせている、敷地内分煙をしている、何をすればよいのかわからない等						

下記項目にご協力をお願いいたします。

☒	協会けんぽ兵庫支部の「健康保険委員」にご登録がない場合は、同エントリーにてご担当者様を健康保険委員に登録します。（健康保険委員：協会けんぽ兵庫支部との窓口になっていただくご担当者様）
☒	同エントリーにて、ご担当者様のメールアドレスにてメールマガジンの利用規約に同意申し込みます。 ※メールマガジンの利用規約は協会けんぽホームページに掲載しています。