

# 従業員の声から動く健康経営、 「人間らしく働ける」職場へ

## 株式会社浅野製版所

印刷・同関連業



POINT

- 01 長時間労働の抑制による健康経営の土台作り
- 02 心身・更年期など多彩なテーマの健康教育
- 03 スマートウォッチとオンライン診療の導入



### 健康経営の取組概要

従業員の声を起点に健康経営推進チームが取組内容を検討し、実行しています。取組にあたってはまず土台づくりを重視し、長時間労働の抑制や働きやすい環境整備を徹底することで、従業員が健康に目を向けられる状態をつくってきました。そのうえで、心身の不調や女性・男性の更年期といったテーマを扱う健康教育をはじめ、従業員の健康づくりを後押しする多彩な取組を続けています。

### 過重労働抑制を起点にした健康経営方針

新聞、雑誌の広告を中心とした印刷関連事業を中心に事業を展開している株式会社浅野製版所。同社は2000年代初めに紙媒体からデジタルへ移行していく中で、業務量が増加し、過重労働によって体調不良者が続出するという状況が続いていました。

離職者も増える中、このままでは事業の継続が難しくなるという危機感から、2015年頃より過重労働抑制を中心とした取組を本格化。全従業員面談を通じて組織の健康課題を洗い出し、できるだけ個人の負担を減らして、効率よく業務を遂行できるよう、健康経営の土台づくりを行いました。

「事業を継続し、社会に貢献していく企業であるために、従業員が健康で働けることができる環境を作ることが最も重要」という健康経営の方針のもと、社内で育成した健康経営エキスパートアドバイザー5名を中心に、従業員が安心して力を発揮できる取組を推進しています。

### 従業員の声で動く施策と成果

同社では、健康経営優良法人の認定項目を指針とし、毎年3月の全従業員面談や社内アンケートで寄せられた従業員の声をもとに、年間を通じた取組を行っています。

特に健康教育は、科学的根拠を重視し、医療機関や製薬会社などの専門家の協力のもと実施。全員が受講できるよう、最新のテーマを取り入れた研修を就業時間内に年3～4回開催しています。

性差に起因する健康課題についても、性別や年齢を問わず全員が学ぶ機会を設けています。研修後のアンケートでは、従業員本人向けの健康研修として実施したものが、社内のメンバーや、従業員の家族への理解にも繋がっていることがわかりました。

また、「家族の急な体調不良時に通院に付き添いたい」という従業員の声を受け、オンライン診療アプリを導入しました。夜間や休日でも受診できる環境を整えたことで、重症化する前に受診できるという安心感を生んでいます。

最近では、健康状況の「見える化」にも注力してい

## 健康な職場づくりへの取組

### アルコール耐性を示すステッカー



アルコール耐性が他者にわかるようイラストなどで示している。

### 健康研修



従業員が健康に関する研修を受けている様子の一部。



経営企画部  
管理課主任  
神田 美紀さん

ステッカーは社内の懇親会などで活用しています。

### アルコール研修



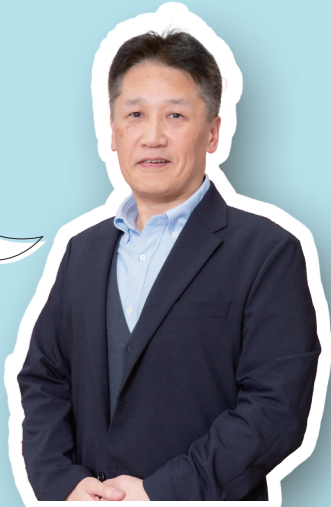
アルコール摂取の効果を理解するために実施された研修。

### 禁煙啓発



従業員の禁煙したきっかけを冊子にまとめ、従業員へ禁煙を促している。

従業員が永続的に働ける職場の実現に向け、引き続き健康経営に取り組んでいきます



浅野 光宏  
代表取締役

ます。日頃から運動を意識してもらうため、希望者にスマートウォッチを会社負担で配付し、スマートウォッチを活用した健康アプリを導入しました。年2回開催される企業対抗ウォーキングイベントの期間中は他のメンバーの歩数が見えるため、互いに声を掛け合いながら歩くなど、コミュニケーションの活性化にもつながっています。

飲酒については「飲む・飲めない」の二択ではなく、体質（遺伝子）によってアルコール分解速度が異なることを理解するため、研修とセットで希望者にアルコール遺伝子検査を実施しました。検査結果をもとに6種類のタイプ別ステッカーを作成し、イベント時に共有。相手との違いを知ること互いに配慮し合えるきっかけとなり、従業員からも好評を得ています。

こうした取組を通じ、社内風土として健康づくりの推進を徹底してきた同社。地道な活動の継続によって従業員の健康意識は向上しており、現在実施している取組のほとんどが、現場の従業員の声から生まれています。

### 学びと改善で続ける今後の展望

同社ではトップが口を出しすぎず、現場の判断に委ねる姿勢を重視しており、従業員の要望から始まった健康教育を通じて、お互いの理解が高まり、協力して業務を遂行できるようになりました。今後も専門家のサポートを受けながら健康教育を継続していく考えです。

最後に浅野光宏代表取締役は「永続的に働きやすい職場をつくるという方向性が同じなのであれば、従業員を信じて、任せることが大切。みんなに活躍してもらい、会社を柔軟に変化させながら発展させていきたい。」と語りました。



### 株式会社浅野製版所

<https://www.asanoseihanjyo.co.jp/>  
本社：〒104-0045  
中央区築地 3-14-2  
代表者名：代表取締役 浅野 光宏  
資本金：1,000万円  
従業員数：35名（2026年1月時点）  
事業内容：新聞広告や商業印刷物の制作・印刷など  
会社設立：1949年3月