

08 健診結果を「活かす」仕組みで、一人ひとりの健康に伴走

江戸川区

島村運輸倉庫株式会社

道路貨物運送業



POINT

- 01 健診結果の医師連携と受診勧奨
- 02 「安全ノート」による健康目標管理
- 03 毎朝の点呼時の体重・血圧測定



健康経営の取組概要

健康診断の結果を会社経由で外部医師に提出し、代表が一人ひとりにフィードバックのうえ受診を促す、健診結果の徹底活用が特徴です。日常的には点呼時の体重・血圧測定と「安全ノート」による健康目標管理を実施。年1回のスポーツ大会や献血活動など、楽しみながら健康意識を高める取組も続けています。

運送の現場発、健康経営への決断

昭和49年創業の島村運輸倉庫は、運送と倉庫・保管を軸に地域の物流を支える会社です。運転中心の業務は、不規則な勤務時間や待機中の間食が重なることで、生活習慣が乱れやすい環境にあります。毎年の健康診断では要注意者が少しずつ増え、メタボリックシンドローム該当者が増加傾向でした。

そうした中、嶋村文男代表取締役社長は2014年12月、全国健康保険協会東京支部が開催した健康経営の講演会に参加し、「健康経営」という考え方に初めて出会います。講演では他社の実践例も紹介され、従業員の健康への投資が欠勤・休職の予防や人材確保にもつながると実感しました。

「従業員の健康を守ることは、その家族の安心につながる。それが会社の責任だ」との思いから、健康経営を経営指針のひとつとして本格的に推進していくことを決意しました。ドライバーは座って運転する時間が長く、思いのほか体を動かす機会が少ない。その現

実も、取組への意志をより確かなものになりました。

健診結果を徹底活用する独自の取組

島村運輸倉庫の取組で特に際立つのが、健康診断結果の徹底活用です。多くの企業では結果を本人に渡して終わりですが、同社では結果を会社経由で外部の医師に提出し、専門的な意見を踏まえたうえで嶋村代表が一人ひとりに直接フィードバックします。必要に応じて受診を促し、従業員が通院・受診した記録を提出するまでを一連の流れとして管理。この取組により、便潜血検査の再受診をきっかけに病気の早期発見につながった事例も生まれました。

日常的な取組としては、毎日の点呼時に体重・血圧・体温・アルコールチェックを実施しています。各自が毎月の目標体重を設定し、その推移を記録、月1回の安全会議で全員と共有します。

また「安全ノート」には安全目標に加えて健康目標も記入し、月末に達成度を振り返り、嶋村代表がコメ

健康な職場づくりへの取組

スポーツイベント



2024年夏に開催された、社内健康スポーツ大会（ボウリング大会）の様子。

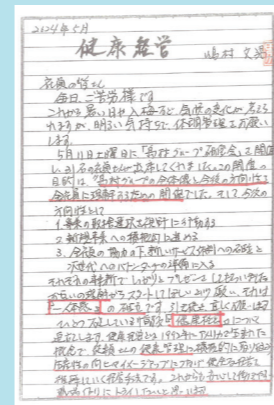
健康チェック



従業員は毎朝、事務所に設置された血圧計などで、健康状態を把握する。

代表による従業員への直筆メッセージ

従業員一人ひとりと向き合い、健康状態を把握しています



嶋村文男代表取締役社長が毎月、健康などについて、従業員に向けて直筆で書いているメッセージ。

嶋村 文男
代表取締役社長



点呼記録簿

氏名	性別	年齢	体重(kg)	血圧(mmHg)	体温(℃)	アルコール	健康状態	備考
嶋村 文男	男	58	75	110/70	36.5	飲まない	健康	
佐藤 太郎	男	45	80	120/80	36.8	飲まない	健康	
鈴木 花子	女	35	55	100/60	36.2	飲まない	健康	
田中 健一	男	50	70	115/75	36.6	飲まない	健康	
山田 美穂	女	40	60	105/65	36.4	飲まない	健康	
高橋 誠二	男	48	68	112/72	36.7	飲まない	健康	
渡辺 真理	女	38	58	102/62	36.3	飲まない	健康	
中村 大輔	男	42	65	108/68	36.5	飲まない	健康	
小林 千恵	女	32	52	98/58	36.1	飲まない	健康	
伊藤 拓也	男	47	63	110/70	36.6	飲まない	健康	
清水 由美	女	37	57	100/60	36.3	飲まない	健康	
山口 隆夫	男	52	72	118/78	36.8	飲まない	健康	
松本 真由	女	33	53	99/59	36.2	飲まない	健康	
石川 浩二	男	49	67	113/73	36.7	飲まない	健康	
木村 結衣	女	34	54	101/61	36.3	飲まない	健康	
藤田 健太	男	46	64	109/69	36.6	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	36	56	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	44	62	107/67	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	31	51	97/57	36.1	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	51	71	116/76	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	35	55	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	48	66	111/71	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	32	52	98/58	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	45	63	108/68	36.5	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	37	57	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	43	61	106/66	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	30	50	96/56	36.1	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	50	70	115/75	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	34	54	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	47	65	110/70	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	31	51	97/57	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	46	64	109/69	36.6	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	36	56	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	44	62	107/67	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	33	53	101/61	36.3	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	51	71	116/76	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	35	55	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	48	66	111/71	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	32	52	98/58	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	45	63	108/68	36.5	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	37	57	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	43	61	106/66	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	30	50	96/56	36.1	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	50	70	115/75	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	34	54	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	47	65	110/70	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	31	51	97/57	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	46	64	109/69	36.6	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	36	56	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	44	62	107/67	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	33	53	101/61	36.3	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	51	71	116/76	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	35	55	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	48	66	111/71	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	32	52	98/58	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	45	63	108/68	36.5	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	37	57	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	43	61	106/66	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	30	50	96/56	36.1	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	50	70	115/75	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	34	54	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	47	65	110/70	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	31	51	97/57	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	46	64	109/69	36.6	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	36	56	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	44	62	107/67	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	33	53	101/61	36.3	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	51	71	116/76	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	35	55	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	48	66	111/71	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	32	52	98/58	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	45	63	108/68	36.5	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	37	57	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	43	61	106/66	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	30	50	96/56	36.1	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	50	70	115/75	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	34	54	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	47	65	110/70	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	31	51	97/57	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	46	64	109/69	36.6	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	36	56	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	44	62	107/67	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	33	53	101/61	36.3	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	51	71	116/76	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	35	55	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	48	66	111/71	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	32	52	98/58	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	45	63	108/68	36.5	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	37	57	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	43	61	106/66	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	30	50	96/56	36.1	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	50	70	115/75	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	34	54	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	47	65	110/70	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	31	51	97/57	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	46	64	109/69	36.6	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	36	56	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	44	62	107/67	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	33	53	101/61	36.3	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	51	71	116/76	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	35	55	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	48	66	111/71	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	32	52	98/58	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	45	63	108/68	36.5	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	37	57	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	43	61	106/66	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	30	50	96/56	36.1	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	50	70	115/75	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	34	54	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	47	65	110/70	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	31	51	97/57	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	46	64	109/69	36.6	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	36	56	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	44	62	107/67	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	33	53	101/61	36.3	飲まない	健康	
高木 隆夫	男	51	71	116/76	36.7	飲まない	健康	
水野 真由	女	35	55	100/60	36.3	飲まない	健康	
石川 浩二	男	48	66	111/71	36.6	飲まない	健康	
木村 結衣	女	32	52	98/58	36.2	飲まない	健康	
藤田 健太	男	45	63	108/68	36.5	飲まない	健康	
佐々木 美咲	女	37	57	103/63	36.4	飲まない	健康	
山崎 大輔	男	43	61	106/66	36.5	飲まない	健康	
村上 千尋	女	30	50	96/56	36.1	飲まない	健康	
高木 隆夫	男							