

健 | 康 | 宣 | 言



はじめに

多くの事業所様のご協力のもと、「健康宣言好事例集」はVol.6の発行を迎えることができました。

今回は過去のシリーズでの掲載例が少なかった【ご家族の健診を後押し・ストレスチェック・病気の治療と仕事の両立支援・メンタルヘルス対策・受動喫煙対策】に焦点をあてながら、事業所様のさまざまなお取り組み事例をご紹介します。

本誌が健康経営®を推進されている事業所様の健康増進施策の一助となれば幸いです。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

CONTENTS

取組内容については、掲載内容とリンクしている項目に★をつけています。

※人数は2022年10月末時点の従業員数です。

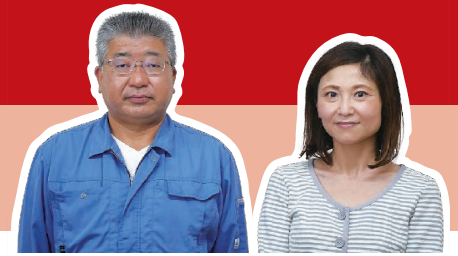
- 受動喫煙対策（禁煙または分煙）
- メンタルヘルス対策
- 女性の健康保持・増進
- 運動機会の促進
- 食生活の改善
- 病気の治療と仕事の両立支援
- コミュニケーションの促進
- 適切な働き方の実現
- 教育機会の設定
- ストレスチェック
- ご家族の健診を後押し
- 受診勧奨
- 健康サポート（特定保健指導）

掲載している取組内容

業種	事業所名	従業員数	健康サポート	メンタルヘルス	女性の健康	運動機会	食生活	病気の両立	コミュニケーション	働き方	教育機会	ストレス	受診勧奨	健康サポート	順位
製造業	アルプススチール 株式会社	170名		★										★	3
	アルメック 株式会社	64名		★		★	★								4
	オオサキメディカル 株式会社	385名		★		★									5
	川上産業 株式会社	494名		★	★									★	6
	株式会社 三恵シーアンドシー	92名		★		★	★								7
	三和油化工業 株式会社	299名	★	★	★									★	8
	株式会社 古橋製作所	86名	★	★										★	9
建設業	近藤商事土木 株式会社	30名		★	★	★								★	10
	株式会社 花田工務店	72名		★			★	★							11
不動産業	SHINOBI不動産 株式会社	11名		★			★							★	12
福祉	有限会社 デイ・サービスかなりや	31名				★	★	★						★	13
飲食業	株式会社 物語コーポレーション	24,121名	★	★				★							14

所在地 名古屋市中川区 従業員数 170名

事業内容 スチール製オフィス家具の製造・販売



長谷川社長

管理部 加藤さん

従業員の自主性を尊重！環境の工夫で喫煙率が25%→16%に

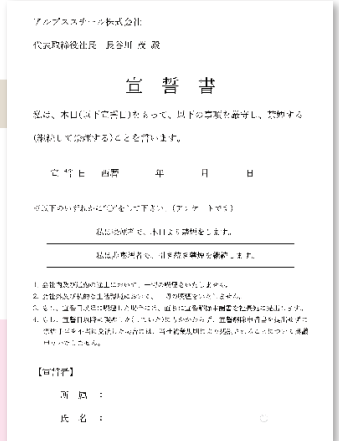
自発的に禁煙ができる仕組みの導入と喫煙ルームの設置により、禁煙成功者が増えました。風通しのよい職場環境を整えることで、離職率2%程度の低い水準を維持しています。



1 「禁煙宣誓書」の提出で「禁煙手当」を毎月支給

賞与に禁煙手当を上乗せしているという他社の事例を参考に、「禁煙宣誓書」を提出した従業員に毎月3,000円を支給する、「禁煙手当」の制度を導入しました。導入した2018年当時の喫煙率は25%でしたが、禁煙を宣誓する従業員が徐々に増え、今では16%まで減少しました。

禁煙宣誓書▶



POINT!

- 禁煙を強要せずに、喫煙しない風土をつくる
- 非喫煙者にも手当を支給することで不公平感をなくす
- 20歳未満の従業員には入社時から禁煙手当を支給。将来の喫煙防止に



2 工場内に「喫煙ルーム」を設置

厚生労働省の“受動喫煙防止対策助成金”を活用し、厚生労働省が定めるすべての基準を満たす「喫煙ルーム」を、工場の一部を改装して設置しました。喫煙ルームの扉には、受動喫煙防止のポスターを掲示しています。



POINT!

- 喫煙ルームの掃除は喫煙者が担当
- 喫煙ルームにはイスの持ち込みを禁止し、長時間の滞在がしにくい環境へ



喫煙ルーム
厚生労働省のポスター



3 社長の“熱い声かけ”で「男性育休」の取得率100%

育児休業期間中の給与は原則無給ですが、育休取得日が7日以内の場合は、有給扱いとなるよう就業規則に追加し、従業員に周知しました。

育休対象の男性従業員には、「出産時の感動を伝えたい」、「感動に極力立ち会ってほしい」という社長の思いを、社長自ら伝えています。



POINT!

- 育休取得者の仕事は複数の従業員でカバーできるような人員を配置。BCP(事業継続計画)対策にも◎



● 出産の大変さを実感。その後の育児に好影響！



社長自ら育休のPR

協会けんぽの おすすめ



健診受診日に「特定保健指導」を実施しよう！

健診を受診した当日に特定保健指導を受けられる健診機関で、健診・特定保健指導を実施すると、事務担当者様の作業負担軽減・特定保健指導の実施率向上につながります。

⚠️ 協会けんぽの「生活習慣病予防健診」を利用している場合に実施可能！

詳しくは、保健指導が「◎」となっている健診機関へお問い合わせください。

協会けんぽ愛知支部のHP ▶ 健診実施機関一覧等 ▶ 生活習慣病予防健診実施機関一覧

所在地 豊明市

従業員数 64名

事業内容 鉄・非鉄金属のリサイクル (収集運搬および再資源化原料の生産、販売)



管理部 野々口次長

野呂さん

現状に満足しない！健康経営のさらなる深化へ

従業員を大切にする社風があり、“アルメックにかかわるすべての人の満足度を高める”ために、各部署から1名ずつ参加する「AS (アルメック サティスファクション) 向上委員会」を設置し、委員会を中心に健康経営に取り組んでいます。

1

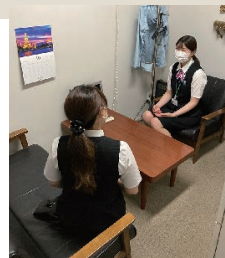
女性が長く活躍できる職場に

力仕事が多いことから男性の採用が多くなっていましたが、将来的な人材確保という視点からも、**いつ女性が入社しても活躍できる職場環境を整えています。**

女性専務の配慮もあり、男女別のロッカールームの他に、「**女性専用の休憩室**」を設置し、気軽にコミュニケーションがとれる環境をつくりました。また、現場では、**工場に併設した女性用お手洗いを整備しました。**



現場で働く女性従業員



女性専用の休憩室



工場併設のお手洗い



POINT!

●現場の機械化推進によりケガ防止や体力的負担が軽減し、女性がより働きやすい環境に



VOICE

●職場環境の改善は生産性に直結するので、男性従業員にもメリットになっている

2

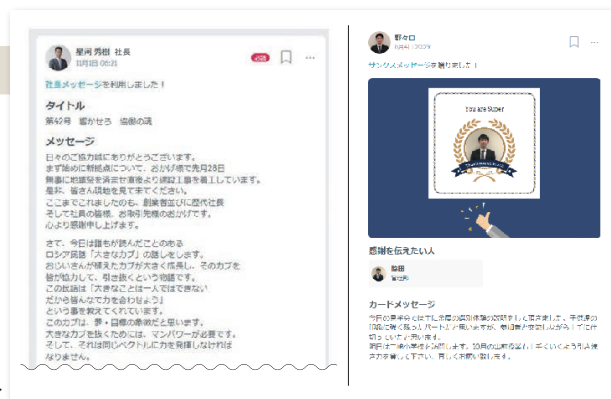
コミュニケーション・心の健康づくりを強化

社長メッセージ&サクスメッセージ

社内イントラを用いて、「感謝の気持ち」を伝える**取り組み**を行っています。毎月1日の「**社長メッセージ**」や「**サクスメッセージ強化月間**」などを通じて、従業員が発信しやすい環境づくりをしています。

社長メッセージ (左) ▶

サクスメッセージ (右) ▶

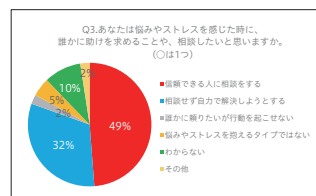


POINT!

- 社長メッセージで経営トップの想いを全社で共有、めざす方向性を一つに活気集結！
- 社内イントラを見てもらいやすいように、Wi-Fi環境を整備

こころの健康づくり計画、こころの健康アンケートなど

心の健康に関する取り組みの**活動方針や目標などを文章化した「こころの健康づくり計画」**を、AS向上委員会を中心に2021年に策定、また、策定後は「**こころの健康に関するアンケート**」をオリジナルで作成し実施・集計しました。アンケートの質問項目は、健康経営に関するイベントなどへの参加率や悩みを相談できる人の有無など、**ストレスチェックとは異なる内容で17項目用意しました。**



アンケートの集計結果



POINT!

- アンケートを作成・実施して満足するのではなく、集計結果から取り組みのヒントを得る
- 別途行った社員満足度調査で聞き取った、ハラスメント事案では、コミュニケーションを通じた相互理解により解決できるものがあった。相互理解が進むよう、適宜従業員へ情報発信
- 外部専門家の協力により確実なサポート体制を確立

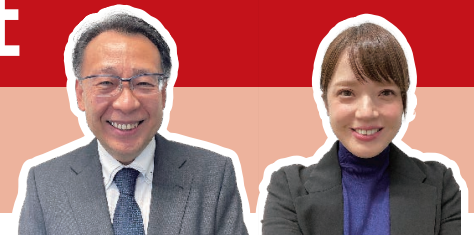
健康経営が企業間の交流を深めるきっかけに

健康経営を推進していくことで、業種業態にかかわらず、さまざまな企業とつながりができ、当社を訪問していただくなど、交流が生まれるケースが出てきました。ビジネス面だけではなく、健康経営という志を同じくしている企業とのやりとりが励みになっています。

オオサキメディカル 株式会社

所在地 名古屋市西区 従業員数 385名

事業内容 医療材料（医療品、医療機器、医薬部外品、化粧品）、看護・介護製品、産科・婦人科製品の製造販売



業務サポート部 早瀬課長



松岡さん

有志によるチームを発足！ 従業員を巻き込んで健康経営

健康経営は従業員が主役となって取り組むことで、本当の健康経営になると考えています。人事総務課とPJTがタッグを組むことで、全従業員への浸透をねらいます。



1 「健康経営プロジェクトチーム(PJT)」始動！

2021年から健康経営に注力し、健康経営優良法人2022に認定されました。しかし、担当課の2名だけでは、できることに限界があり、社内への訴求力に欠けているという課題がありました。そこで社内全体を巻き込み、さらに健康経営を発展させるために**各部署の有志からなる「健康経営プロジェクトチーム(PJT)」を発足**させ、健康経営に取り組むことにしました。



PJT発足・メンバー募集の資料

PJTとは？



健康経営推進を目的に、月2回程度、業務時間内に活動しており、任期は1年更新としています。ワクワク・ドキドキできるをモットーに、メンバーが社内施策を立案・実行しています。ときには、200名ほどリアルタイムで参加する全体会議で、健康経営や開催する企画についてプレゼンするなど、全社的に呼びかけを行うことも。

◀PJTの企画会議

全国の拠点とオンラインでミーティングが可能なので、本社ではわからない支店の反応を聞くこともできます。



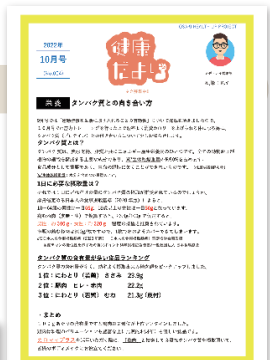
- スタートしたばかりだけど、社内の健康意識が向上しつつあり成果を感じている
- ブライト500の認定をぜひ実現したい！
- 心身の健康がすべての源！会社と個人の夢に向けた原動力に
- みなさんの反応を想像しながら企画を立て、実行することがとても楽しい
- 拠点全体に浸透できていないため、支店を訪問するなど、社内の活動を活性化させていきたい



2 PJTでさまざまな健康イベントなどを企画

「健康だより」の作成

月に1回、食事や運動などのコラムを掲載した「健康だより」を作成し、社内イントラや工場内で掲示しています。PJTメンバーだけではなく、メンバー外にもコラムの執筆を募ることもあります。 [健康だより No.004] 2022年10月号▶



オンラインで「運動会」を開催予定

両目を閉じて片足立ちする秒数を競う「運動会」をオンラインで企画しています。開催にあわせて、バランス感覚を鍛える運動を紹介し、1ヵ月後の秒数の変化度を競います。

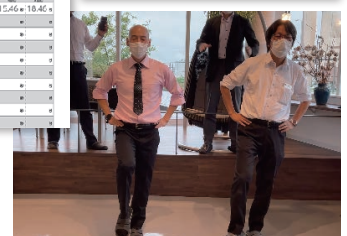
計測表▶

No.	運動種目	実施	実施日	計測値
1	片足立ち	実施	10/2	1分15秒
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				



ADVICE!

- お金をかけずに、誰でも楽しめる企画に
- 自分の体の変化を数値で可視化できる企画が◎
- スマホを持っておらず、アプリが使えない人にも考慮

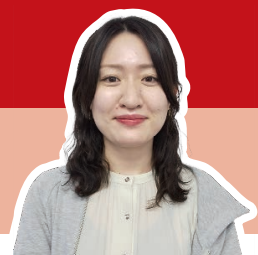


オンライン運動会のPR動画も作成

製造業

所在地 名古屋市東区 従業員数 494名

事業内容 「くうき」を使ったプラスチック資材の開発・製造・加工・卸し・販売 他



総務部 渡邊主任

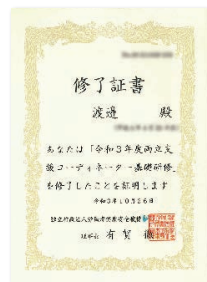
育児・介護と同じスムーズさが目標！両立支援ができる組織体制に

「病気の治療と仕事の両立支援」が、育児や介護での対応と同じようにスムーズに行えるよう、復職後の定期面談や私傷病見舞金・見舞品の支給、リハビリ勤務制度などの取組みを行っています。

1 健康づくり担当者が「両立支援コーディネーター」の養成研修受講

メンタルヘルス不調により休職する従業員がいたこともあって、治療と仕事の両立支援に取り組みたいという思いがありました。そこで、顧問社労士に相談し、**就業規則の休職規定の整備や社外電話相談窓口の設置**などを行っていましたが、(独)労働者健康安全機構の「**両立支援コーディネーター**」の存在を知りました。

上司に養成研修の受講を後押ししてもらい、社内の担当者が受けることとなりました。10時間程度の動画視聴や医師などの専門家のオンライン講義を受講し、無事に修了することができました。



両立支援
コーディネーターの
修了証書

両立支援 コーディネーターとは？

労働者(患者)が治療と仕事の両立を図るにあたり、労働者を中心に医療機関と企業との間で情報を共有し、連携・調整の役割を担う人材のこと。(独)労働者健康安全機構が養成研修を開催している。

- 両立支援の具体的なイメージができるようになった
- 研修では「傾聴」も大切であるということを知り、従業員が安心して相談できる心理的サポートの役割など、さまざまな相談に対応するスキルの習得につながった

2 従業員の声を聴く社風 ～メンタルヘルス対策にも～

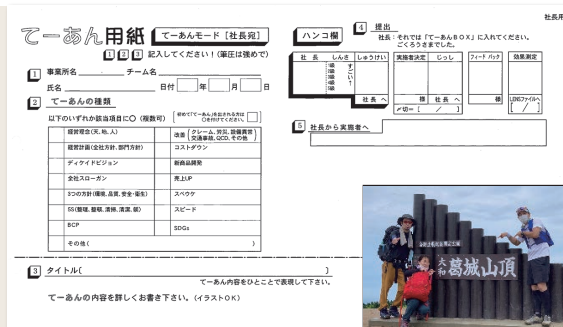
当社では1996年から従業員一人ひとりの声をしっかりと聴く環境づくりを行っており、この活動が社内の活性化やメンタルヘルス対策となっています。

自己申告アンケート、面談(年1回)

全従業員を対象に、面談や育児・介護による異動希望の有無、ハラスメントなどについてのアンケートを実施しています。面談希望者はもちろん、内容から面談が必要と判断された場合には、総務部長などの管理職が対応しています。

提案制度(随時)

専用紙や社内イントラの専用ページに意見・提案を記入すると、直接社長に届き、必ず社長からフィードバックがある制度です。職位等に関係なく誰もが自由に提案することができます。



▲提案制度の専用紙

▲登山サークル

POINT!

- 会社負担による健診項目の追加、育児中の時短勤務の期間拡大などが実現!
- 提案制度から始まったサークル活動は「コミュニケーション促進」という目的を逸脱したものでなければ社長が許可。活動費として年間で一人あたり最大16,000円(一つのサークル活動につき8,000円)が支給される。サークルごとで活動内容を会社へ報告する義務あり(例) コンビニスイーツを批評するサークルでは、味やコスパなどをまとめて報告。社内報に掲載することも

従業員からの声で休職中の電話面談頻度も変更

休職者に対して、以前は上司が2、3ヵ月に1回、電話面談を行っていましたが、「会社の状況がわからず疎外感を感じた」「休暇中は孤独を感じていた」などの声があったために、月1回に頻度を変更し、会社の状況を共有するなど、円滑な職場復帰を支援しています。

製造業

株式会社 三恵シーアンドシー

所在地 大府市 従業員数 92名
事業内容 治具・専用機メーカー



成戸社長

自社の傾向を分析！健康課題にアクションを起こす

当社では“誰一人も取り残さない”をモットーに、健康イベントや教育など、健康経営に取り組み続けた結果、健康経営優良法人「ブライト500」の認定につながりました。

1 「ヘルスアップ通信簿」から自社の課題を知る

協会けんぽの「ヘルスアップ通信簿」を積極的に活用し、愛知支部・同業種の平均と当社の割合を比較し、そこから得た健康課題を重点的に対策しています。

市の「健康プログラム」に参加

ヘルスアップ通信簿の結果から、運動習慣のない従業員が多くいることがわかりました。そこで、チームで参加するウォーキングイベント「大府市健康プログラム」に2019年から参加しています。

会社・部門・個別で声かけをし参加を促した結果、**2020年度では、大府市で最多の90名(22チーム)の従業員が参加し、市よりONE TEAM賞を受賞しました。**

- POINT!**
- イベントの参加費(1,000円)は会社が全額負担
 - 希望者には歩数を計測する活動量計を会社が貸与

健康講座、野菜摂取量の見える化

2021年度のヘルスアップ通信簿では、「脂質の値」と「体重」が増加傾向にあることがわかったため、全従業員を対象に栄養に関する健康講座の実施と、**野菜の摂取を意識づけるための「ベジUP月間」**を2ヵ月間設けました。

野菜摂取量を推定できるデバイスを導入し、ベジUP月間の取組みの前後で数値を測定。野菜摂取レベルが4.9→5.2に向上し、8.0(1日に必要な野菜摂取量350g)が、3人→5人に増えました。

- POINT!**
- ベジUP月間の主な取組み
- 自動販売機に野菜ジュースを追加(会社が購入代金を一部補助)
 - 健康レシピを全従業員へメール配信
 - 週に1回、野菜ジュースを全従業員に配付

質問項目	貴社の割合	支部平均	同業種平均
①喫煙	27.5%	32.6%	33.9%
②週2回以上の運動(習慣がない)	82.4%	80.0%	82.5%
③毎日の歩行・身体活動(習慣がない)	82.4%	63.6%	67.5%
④歩行速度(遅い)	56.9%	55.4%	57.0%
⑤早食い	29.4%	36.3%	33.5%
⑥就寝前の食事	45.1%	38.1%	36.3%
⑦体重変化(20歳から10kg以上増加)	52.9%	42.4%	43.4%
⑧食生活(朝食をぬく)	17.6%	23.3%	20.3%

ヘルスアップ通信簿(2020年度)



自動販売機の野菜ジュースを目立たせる工夫

協会けんぽの おすすめ

協会けんぽの「ヘルスアップ通信簿」を活用しよう！

ヘルスアップ通信簿とは、協会けんぽが保有している健診結果などのデータから、事業所様ごとの健診受診率や血圧・血糖リスクなどが見える化したツールのことです。協会けんぽで保有している健診データが10名以上などの基準を満たしている場合にお送りしています。

ヘルスアップ通信簿は健康づくりの強い味方

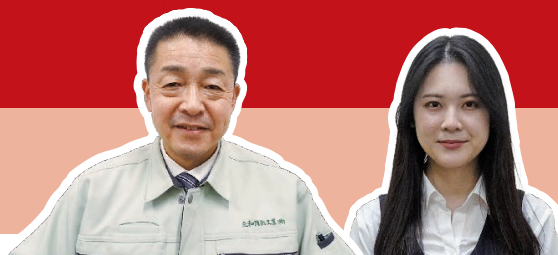
- 会社の健康課題をレーダーチャートで見える化、平均と比較できる
- 過去3年分の経年変化で、取組みの評価・改善(PDCA)のツールとして利用できる など

健診受診者が9名以下の場合の入力ツールを協会けんぽ愛知支部のホームページに掲載しています。

協会けんぽ愛知支部のHP → 健康づくり → 健診受診者が9人以下の事業所様向け → 健康づくり支援ツール



所在地 刈谷市 従業員数 299名
事業内容 産業廃棄物のリユース・リサイクル 他



総務部 岩田主幹

大川さん

健康経営の一環！特定保健指導の実施率が8%→91%に

2020年ごろに、役員が健康経営優良法人について知ったことを契機に健康経営の取組みを強化。社内が活気づき、従業員の意見・要望に向き合うことで満足度 (ES) も向上しました。

1 協会けんぽの「特定保健指導」をフル活用

以前より、協会けんぽから特定保健指導の案内をもらっていましたが、会社として積極的に取り組めていませんでした。そこで、社内での健康経営の意識が高まってきたことを機に、特定保健指導に注力することにしました。

実施にあたり、協会けんぽに概要や効果、進め方などを確認・相談したことで、社内でスムーズに受け入れることができました。当社では、就業時間内に社内で行うことにしたため、総務部でスケジュール調整表を作成・配付し、対象者の日程調整と実施場所の確保をしています。

	10/5(水)	10/6(木)	10/7(金)
9:30-10:00			
10:00-10:30			
10:30-11:00			
11:00-11:30			
11:30-12:00			
12:00-12:30			
12:30-13:00			
13:00-13:30			
13:30-14:00			
14:00-14:30			
14:30-15:00			
15:00-15:30			
15:30-16:00			
16:00-16:30			

スケジュール調整表



ADVICE!

- 会社としてやることは「日程調整」「場所の確保」。対象者に負担をかけないよう総務担当者で一括手配



POINT!

- 体によいものを意識的に摂取してほしいという思いと、リラックスしながら受けてもらえるように、会社で「青汁」を用意



VOICE

- 自身の健診結果を見つめ、生活習慣を見直すよい機会になった



2 女性の健康・活躍を促進「レディースアクティビティ」

社内で女性従業員が増えてきたことを受けて、女性が働きやすい環境の整備が社内の活性化につながる考え、「レディースアクティビティ」として女性の健康・活躍を推進するプロジェクトを始動させました。

レディース定例会

各拠点から代表の女性を8名選出し、「レディースチーム」を結成。チームで意見を出し合う場として「レディース定例会」を月に1回開催しています。定例会では、女性従業員に行ったアンケートの結果をもとに課題を選定し、改善に向けての計画を立てて実行しています。

改善の流れ

レディース定例会 ▶ 総務部 ▶ 社長 ▶ 改善!

実際に改善した内容

- ★女性お手洗いにトイレ用擬音装置・生理用品などを置く棚を設置
- ★定期健診に婦人科検診のオプションを追加 (男性にも検診のオプションを追加)



トイレ用擬音装置



生理用品などを置く棚

レディースセミナーなど

女性従業員の交流と健康増進を目的としたセミナーなどを3ヵ月に1回開催しています。

ハイブリッド女子会

部署に関係なく、女性従業員が集まって交流を深める会。本社だけでなく他県にある営業所の従業員もオンラインで参加しました。

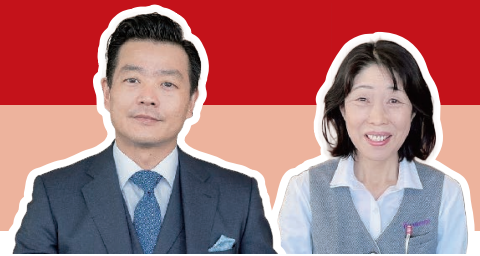
女性向けセミナー「心と体のトリセツ」

刈谷市に依頼し、社内で女性の更年期についてのセミナーを開催。総務部の管理職や担当者など、一部の男性従業員も参加しました。

所在地 愛西市

従業員数 86名

事業内容 空調機器および冷凍機・住宅設備機器用配管加工、自動車用配管加工



古橋社長

総務 鈴木課長

健康経営で応援！従業員一人ひとりの人生を豊かに

時代の変遷とともに、従業員の健康増進と安全の確保がより一層求められています。個人の心と体の健康は会社のためではなく、よりよい人生を形成するために必要なものと捉え、健康経営に取り組んでいます。

1

管理職が講師に！「健康講話」

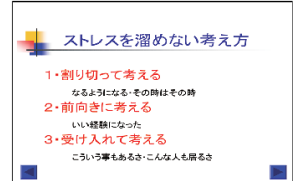
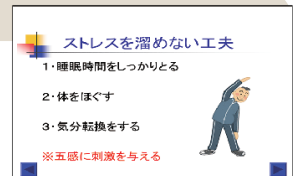
月に1回開催している安全衛生委員会で、以前は産業医の先生を招き20分ほどの講話を行ってもらっていました。今は**管理職が交代で講師となり「健康講話」を実施**しています。担当になった人は**自身で集めた情報をもとに資料づくりをし、プロジェクターに写し**行きます。

出席していない従業員へは議事録の回覧・掲示をすることで講話内容の情報共有をしています。よりよい伝え方が今後の課題です。



POINT!

- 【関心の高かったテーマ】
ストレス対処法・腰痛・自然治癒力・高血圧によるリスク など



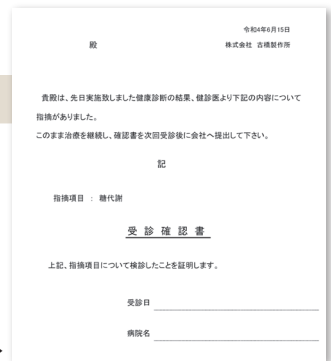
健康講話の資料

2

「受診確認書」の提出で再検査の受診率100%に

毎年行う健康診断の結果から、再検査・要精密検査が必要な従業員に対し「**受診確認書**」を発行し、**医療機関を受診したことを会社へ報告**してもらっています。再検査等が定着するまでは、未受診者一人ひとりに健康診断結果の重要性を理解してもらうように声かけをし、受診勧奨を徹底しました。

受診確認書▶



3

協会けんぽに「健康づくり講座」を依頼

2021年から、**協会けんぽに「健康づくり講座」を依頼**しています。2022年は、従業員の20%が女性であること、近年男性の更年期障害も注目されていることから、「**更年期の体と心がらくになる健康づくり**」というテーマで**講座を依頼し、実現**しました。

参加者は熱心に聞き、メモをとり、質問も多く出ました。今後も協会けんぽの「健康づくり講座」を活用していきたいです。

健康づくり講座▶



VOICE

- 協会けんぽの保健師・管理栄養士さんの言葉はとても説得力があり、わかりやすく、従業員の心に響いた

協会けんぽの おすすめ



協会けんぽの「健康づくり講座」を活用しよう！

協会けんぽ愛知支部では事業所様の健康づくりを支援させていただくために、**集団講座を無料**で実施しています。事業所様の健康管理等にぜひともご活用ください。

詳しくは、協会けんぽ愛知支部のホームページをご覧ください。

協会けんぽ愛知支部のHP ▶ 愛知支部の健診・保健指導のご案内 ▶

特定保健指導(健康サポート)について ▶ 健康づくり講座～健康に関するおはなし～のご案内

所在地 豊田市 従業員数 30名
 事業内容 土木建設業、資材販売業、産業廃棄物処理業 他



近藤社長

近藤専務

最新の健康情報を従業員に！心身の両面からきめ細やかなケア

「身体が何より大切」という先代社長の思いを引き継ぎ、従業員一人ひとりをケア！自ずと健康に意識を向ける環境ができ、思いやりが生まれ、一人ひとりが働きやすい職場環境につながっています。

1 健康づくり担当者が積極的に健康情報を収集

健康知識を所有する専門家がない当社では、担当者が医療機関等に置いてある冊子や公共機関、顧問社労士などから、**健康情報と健康経営の取り組み方を積極的に学ぶ**ようにしています。学んだ情報は従業員に伝えるとともに、管理職層にも注意喚起をしています。



- 協会けんぽや県、市、商工会議所などが実施する事業やセミナーに参加。一度参加すると情報が自然と入ってくるケースも！

従業員への伝え方

健診後の「健康面談」で伝える

2014年から全従業員に健診後の「健康面談」を行っています。当初は専務1人で行っていましたが、現在は社長も同席しています。始めたころはどこまで深く聞いてよいのか戸惑いましたが、徐々に自分の病状や近況を話してくれる従業員が増えました。



健康面談



POINT!

- コミュニケーションをとることを優先。話しやすい関係性を構築
- 特定保健指導の対象者には、指導後に健康面談を実施
 → 保健師等からのアドバイスを教えてもらい、健康知識獲得

月に1回、給与明細に健康情報を同封

同封する健康情報は協会けんぽのメルマガで発行している「健康マンガ」。他にも公共機関が発行している冊子を見つけたら、従業員数分をもらえないか交渉することもあります。



POINT!

- 健康情報はクリアファイルに入れて渡し、読んでもらえるよう工夫



愛知県のリーフレット(上)
協会けんぽのマンガ(下)

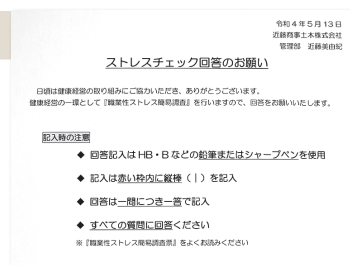
2 「ストレスチェック」で心のケアも

従業員数が50人未満なので、ストレスチェックの実施義務はありませんが、健康面談を実施していく中で、**健康であるためには心と体のバランスが大切である**と気づき、2019年からストレスチェック制度を導入しました。



POINT!

- ストレスチェックは健診を受診している医療機関に依頼
- 渡す結果に外部の相談先を記載し、健康面談時にも周知



ストレスチェック回答のお願い

ストレスチェック制度を活用しよう！

労働安全衛生法で定められたもので、労働者自身のストレスへの気づきを促すとともに、職場環境の改善を進めることによって、労働者のメンタルヘルス不調の防止を目的としています。

労働者が50人以上いる事業場では実施義務がありますが、50人未満では努力義務とされています。

詳しくは

厚生労働省 ストレスチェック等の職場におけるメンタルヘルス対策・過重労働対策等

検索

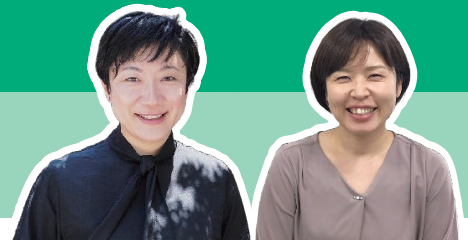
建設業

株式会社 花田工務店

所在地 豊橋市

従業員数 72名

事業内容 賃貸住宅、医療、商業、教育、官公庁施設の企画・設計・施工



花田社長

総務部 松原主任

健康目標を見える化！ 健康の意識づけを強化

健康経営に取り組む以前から、従業員の心と体の健康がすべての事業の源と捉え、グループ会社の従業員も参加する「健康第一委員会」を中心に、会社全体で健康への共通認識を持って取り組んでいます。

1

「私の健康宣言」で健康を習慣化

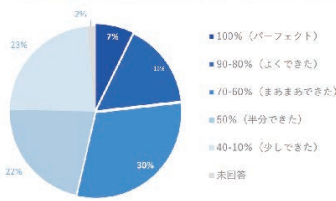
健康経営により、従業員の健康への関心は高まりつつありましたが、継続的に健康への意識づけができる方法はないかと検討した結果、**自身の健康に関する目標を宣言して、目標達成に向けて1年間実行する「私の健康宣言」を実施すること**にしました。

毎年度発行している経営方針書に、全従業員の「私の健康宣言」を掲載。月に1回の朝礼では、経営方針書を持参してもらい、目標を振り返る機会を設けています。

「私の健康宣言2022」では、全従業員の半数以上が目標達成率60%以上と回答！

- 体重が13kg落ちた
- 睡眠の質が向上した

私の健康宣言2022 達成状況



私の健康宣言2022の達成状況

はなだまみ 花田麻未	目標	自律神経を整える
	手段	朝のルーティンを欠かさない ・フレッシュフルーツ ・野菜ジュース ・ウォーミングアップ

いしかわ まなぶ 石川 学	目標	腹囲75センチ
	手段	毎日腹筋50回・腕立て50回

まつばらあさこ 松原麻子	目標	ゆがんだ身体を整える
	手段	・毎晩5分のストレッチ ・骨盤を立てて座る

私の健康宣言2023



POINT!

- 目標と達成のための手段は数値等を用いて具体的に記載
- 会社として健康に向けて取り組んでいることが共通認識に

2

配偶者の健診費用を補助

“健診機会がなかった配偶者が病気で亡くなった”という知人の話を聞いた先代社長が30年ほど前に、配偶者の健診費用補助を導入しました。現在もその制度を引き継ぎ、**上限2万円まで補助**を行っています。補助の利用率は50%以上です。



POINT!

- 配偶者の健診受診状況(自身の勤務先で受診するかどうか)を把握
- 健診の費用補助に長年取り組むことで、配偶者の健診が定着

3

「社内報」で家族に共有

会社の取組みを家族にも知ってもらいたいという思いから、**月に1回発行している「社内報」を配偶者や独身の従業員のご両親宛てに郵送**しています。

配偶者の健診費用補助の制度は根づいていると思いますが、社内報でもお知らせしています。

また、**家族も利用できる「医療相談サービス」**と提携しているので、社内報に掲載し、利用してもらっています。

- すぐに病院を受診すべきかどうかの相談ができるので安心

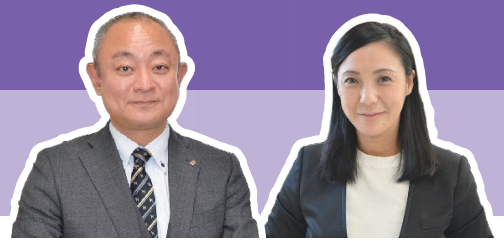


社内報 (A4判/8ページ)

所在地 豊橋市

従業員数 11名

事業内容 不動産管理事業、賃貸斡旋事業、不動産財務コンサルティング事業、マンションのリノベーション・リフォーム事業 他



服部社長

不動産売買部 水鳥さん

従業員を大事にする！ 覚悟を決めて健康づくりを応援

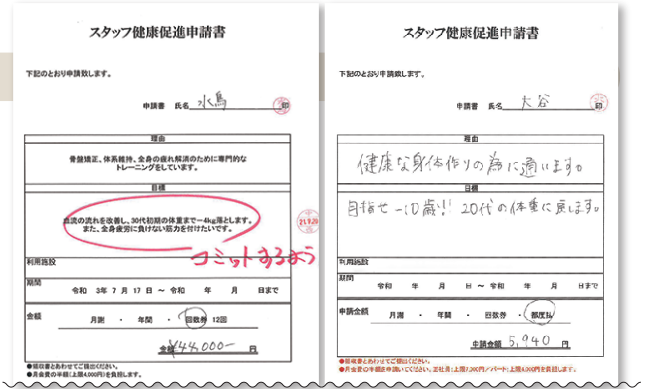
「仕事優先で自分のことは後回し」という環境にならないよう、健康経営に取り組んできました。今後も、全従業員の物心両面の幸福追求のため、取り組んでいきます。

1

「健康促進費」でリフレッシュを促進

その日に感じたマイナスな気持ちを家庭に持ち帰ってほしくない、ストレスを緩和する費用が負担となっ
てはいけないという思いから「健康促進費」として、**日々のストレスを解消するための費用を支給**しています。

健康促進費は2019年から導入し、毎月8,000円を上限に、実施額の半額を支給しています。申請の際には、申請書と領収書とともに、**目標（取組みを実施したことでのどのような効果を得たいか）**を記入し提出してもらっています。



健康促進申請書



POINT!

- 健康促進費はスポーツジムや習いごと、マッサージ・エステなどに利用可能
- 新規で申請があった内容には、適用の可否をその都度判断し柔軟に対応



ADVICE!

- 利用していない従業員には健康づくり担当者から積極的に声かけ
→「使っていないんだ！」と従業員が認識でき、利用率の向上に
- 当初はスポーツジム費用のみを対象としていたが、体のケアに関するものであればOK
という基準に変更し、より利用しやすいよう工夫

2

ご家族の健診も会社が後押し

家庭で従業員を支えてくれるご家族も当社の一員だと考えています。そのため、ご家族にも健康でいてほしいという思いから、**被扶養者（配偶者）の健診予約と健診費用の全額支給**をしています。

2022年【健康診断 受診者表】

名前	生年月日	健康診断		個人自健診 (子育て検診・乳がん)		マンモ 又は 超音波	検診日
		協会けんぽ	自費	協会けんぽ	自費		
		●					5月23日
		●					5月26日
		●					5月27日
		●					5月27日
		●					5月27日
		●					5月27日
		●					5月27日
		●					5月26日
		●					2022/2/1
		●					2022/2/1

健康診断受診者表で一括管理

当社の担当者が従業員の健診を予約すると同時に、被扶養者（配偶者）の健診も予約します。予約変更等があった場合は、健診機関と連携し、受診者本人でも会社でも変更手続きができる仕組みを整備しています。



POINT!

- ご家族の同意を得て健診機関に予約。一度流れができれば次年度からはさらにスムーズに
- 予約するご家族の健診の検査項目は協会けんぽの特定健診+α(婦人科検診など)

協会けんぽの おすすめ

「ご家族にも健診プロジェクト」を活用しよう！

事業所様と協会けんぽ愛知支部でご家族の健診を後押しするプロジェクトです。社長名で**ご家族に健診受診を促す手紙**を協会けんぽが作成し、送付します。

詳しくは、協会けんぽ愛知支部のホームページをご覧ください。

協会けんぽ愛知支部のHP → 健康づくり → 健康経営・健康宣言 →

各種サポート → ご家族にも健診プロジェクト



有限会社 デイ・サービスかなりや

所在地 碧南市

従業員数 31名

事業内容 地域密着型通所介護、訪問介護、訪問看護、ミニデイ、サービス付き高齢者向け住宅



事務 久野さん

小野寺代表

87歳の看護師も活躍中！一人ひとりが楽しく長く働ける職場に

「人手不足といわれる介護業界で健康経営は難しいのでは」と聞かれることがありますが、1日を元気に楽しく働いてもらうために何をすればよいかを考え、実行してきた結果が健康経営へとつながっていました。

1 元気に働いてもらうためにまずは食事から

毎日元気に楽しみながら仕事をしてほしいという代表の思いと、朝食を食べずに出勤していた職員が倒れてしまったことなどから、2014年より、朝と小腹がすく残業時に軽食を無料で提供しています。



POINT!

- 施設の残っている食材を活用し、代表自らレシピを考案
- 「自分の喉がかわいたり、お腹がすいたら、誰かもその状態だよ」という代表の声かけのもと、職員同士が声をかけ合い軽食をとりやすい環境に



▲ハンバーグサンド

▲ツナ＆野菜サンド



▲貝だくさんの味噌汁

▲柿とりんごのサラダ

▲キャベツのサラダ・わかめおにぎり

VOICE

- 日替わりでメニューが変わるので、毎日の楽しみに
- 便通が改善された！

2 職員に寄り添う“工夫”でメンタルヘルス対策

賞与を支給する際に代表との個人面談

職員全員と行うため、丸2日かかることもありますが、悩みごとを涙ながらに打ち明けてくれる職員もいるなど、一人ひとりの状況を把握し、距離を縮めることにつながっています。



休職者には職場復帰への安心感を

出産、育児、介護、病気などで休職している職員には、週に1～2回、電話で連絡を取っています。ときにはスピーカーで通話し、他の職員の明るい声も届け、安心感を持って復帰できるように工夫しています。



POINT!

- 病気で休職している職員には食事を届けることも

3 健康情報等を施設内に掲示することで広く情報共有

協会けんぽから提供された禁煙ポスターや健康宣言書など、健康に関連する掲示物を施設の出入り口に掲示しています。

VOICE

- 約50年間喫煙していたが禁煙を開始するきっかけになった！



ADVICE!

- 入居者のご家族がポスターを見て、健康を意識することも



協会けんぽの禁煙ポスター

健康経営優良法人で事業所をアピール

2018年から健康経営優良法人の認定を取得していますが、取得した当時は、認定制度を活用して求人につなげることができませんでした。2022年6月からハローワークでの求人情報に、健康経営優良法人のロゴマークが掲載できるようになったので今後は活用していきたいです。



健康経営優良法人
Health and productivity



健康経営優良法人
Health and productivity

健康経営優良法人のロゴマーク
大規模法人部門(左) 中小規模法人部門(右)

所在地 豊橋市

従業員数 24,121名

事業内容 外食事業の直営による経営とフランチャイズチェーン展開



総務企画部 益田マネジャー

担当者3名で奮闘！健康意識の改革へ前進

健康経営に取り組むと決めたものの、当社と同規模・同業態の取組事例が見つからず、協会けんぽに即相談！当社の実情をお伝えし、さまざまなサポート、アドバイスをいただけたことで、健康経営優良法人の認定につながりました。



1 健診対象者は全国に約2,500名！健診受診率100%達成へ

まずは“健診受診率100%の達成”こそが、健康経営のスタートラインだと思いました。しかし、当社は「約380店ほどの直営店舗が全国に点在」、「平均年齢が若く健康意識は低め」、「シフト制で勤務時間が変則的」、「毎月80名ほどの異動が発生」という状況で、そのスタートラインに立つこと自体が大きな壁となっていました。

そこで、**当社に合った健診予約代行サービスを利用して**予約環境を整え、粘り強く健診受診を呼びかけたところ、**健診受診率が2019年度の70%から2年で100%、対象者全員の健診受診が実現しました。**

【重要】もう最後 健康診断 未予約者督促のお願い (発信8回目)

To: 物語直営社員、店健社員、後援PTN【全員】

皆様

お疲れ様です。
既に予約されている方、「明日までには！」とお決まりしている方々、
約良も何れもすみません。
もうかれこれ8回目の督促です。

それでも何のお返事も届かない方も多岐にわたるので、送ります。

7/29 11時時点での健診予約率、96.3%です（日程調整中の方も含む）。
98名の方が来た何のアクションも起こされていません。

まもなく予約申し込み期日（7/31）です。
健診での申し込みは明日までです。

健診受診を促すメール(発信8回目)



POINT!

- 担当者が、病気の早期発見につながった自らの経験をもとに、健診の重要性を発信することで説得力増



ADVICE!

- 即時に予約・受診の状況把握が可能になり、異動の有無確認もしながら担当者から電話やメールで連絡。上長へも未予約・未受診リストを共有し、複数ルートで粘り強く勧奨



2 特定保健指導で健診受診後もサポート

全国に店舗があるため手をつけられずにいた特定保健指導。そこで、**協会けんぽに、当社に合った特定保健指導の受け入れ方法を提案いただき、特定保健指導の専門機関と連携**したことで実現できました。



POINT!

- 特定保健指導はスマホやパソコンを使ったオンライン面談もできるので、全国どこからでも実施可能！
- 担当者から対象者に、特定保健指導の内容を事前に伝え、抵抗感なく受け入れられるよう配慮



3 「eラーニング」を活用しヘルスリテラシー向上

昇格の要件として、全社員を対象に「eラーニング」による認定試験を年に1回実施しており、その試験の中に、2021年から、健康に関する問題を10問ほど盛り込んでいます。

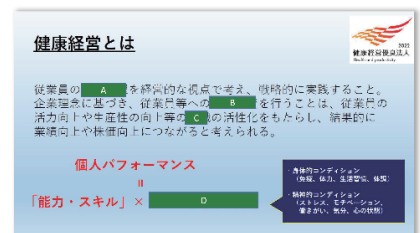
認定試験は、「①教材で学び、②問題を解く、③不合格の場合は再度教材で確認し再受験」という流れになっています。教材は、市販の健康冊子などを参考に、担当者がオリジナルで作成しています。

また、新任店長研修でも、健康に関する教材を導入しています。

従業員から健康に関する話題が上がるようになった

当社では、「どんどん自分を表現して、自分を磨いていこうよ!」という理念を掲げており、誕生日を迎えた者が全員発信メールを送ったり、朝礼の司会を交代で担当するなど、さまざまな発信の場を設けています。

最近では自身の健康管理の話題が上がることも少しずつ増え、健康経営による効果を感じ始めています。



(1) 「健康経営」の説明について、適切に当てはまっている回答を一つ選んでください

- | | | | |
|----------|--------|------|-------------|
| ① A 能力向上 | B 健康診断 | C 組織 | D 対人感受性 |
| ② A 能力向上 | B 健康投資 | C 個人 | D 対人感受性 |
| ③ A 健康管理 | B 健康投資 | C 組織 | D コミュニケーション |
| ④ A 健康管理 | B 健康診断 | C 個人 | D コミュニケーション |

健康経営に関する教材(上)と問題(D)

令和
3年度

健康宣言優良事業所のご紹介

協会けんぽ愛知支部では、「健康宣言」を行っている事業所様の中から、特に積極的な取り組みをする事業所様を「健康宣言優良事業所」として毎年表彰しています。

令和3年度の表彰式は、愛知県が認定する2021年度「あいち健康経営アワード」の表彰式と合同で、令和4年9月1日に県庁にて開催しました。



- | | | | |
|-------------------|-----------|-------------------|----------|
| ■株式会社 アイ・ステージ | (碧南市) | ■星和化成 株式会社 | (大府市) |
| ■株式会社 アイセロ | (豊橋市) | ■千秋技研 株式会社 | (丹羽郡大口町) |
| ■アクティブ 株式会社 | (岡崎市) | ■総合埠頭 株式会社 | (豊橋市) |
| ■イチブン 株式会社 | (蒲郡市) | ■ダイサン・株式会社 | (小牧市) |
| ■株式会社 エイジェントヴィレッジ | (名古屋市東区) | ■大有建設 株式会社 | (名古屋市中区) |
| ■株式会社 aiサービス | (東海市) | ■ツカサ工業 株式会社 | (半田市) |
| ■大橋運輸 株式会社 | (瀬戸市) | ■有限会社 デイ・サービスかなりや | (碧南市) |
| ■尾畑長硝子 株式会社 | (名古屋市中区) | ■株式会社 トップライン | (小牧市) |
| ■勤次郎 株式会社 | (名古屋市中区) | ■株式会社 中島製作所 | (安城市) |
| ■近藤商事土木 株式会社 | (豊田市) | ■中伝毛織 株式会社 | (一宮市) |
| ■株式会社 佐藤鑿井工業 | (弥富市) | ■株式会社 服部商会 | (津島市) |
| ■株式会社 三恵シーアンドシー | (大府市) | ■フジキュー整備 株式会社 | (刈谷市) |
| ■三幸土木 株式会社 | (日進市) | ■株式会社 古橋製作所 | (愛西市) |
| ■三周全工業 株式会社 | (西尾市) | ■株式会社 森本本店 | (一宮市) |
| ■株式会社 青電社 | (名古屋市守山区) | | (50音順) |

健康経営優良法人認定もごさいます！

健康経営優良法人認定制度とは、地域の健康課題に即した取り組みや日本健康会議*が進める健康増進の取り組みをもとに、特に優良な健康経営を実践している法人を顕彰する制度です。経済産業省が「健康・医療新産業協議会健康投資ワーキンググループ」において、健康経営優良法人認定制度の設計を行っています。

*日本健康会議とは、国民一人ひとりの健康寿命延伸と適正な医療について、民間組織が連携し行政の全面的な支援のもと実効的な活動を行う活動体です。

認定要件など詳しくは経済産業省ホームページをチェック！

健康経営優良法人認定制度

検索



協会けんぽ 愛知支部のご案内

電話番号・FAX番号

電話番号 **052-856-1490** (代表)
自動音声案内にてご案内しております。

FAX番号 **052-856-1491**

業務時間 午前8時30分から午後5時15分まで
【土日祝日・年末年始(12月29日から1月3日)を除く】

所在地

〒450-6363 [個別郵便番号]
名古屋市中村区名駅1-1-1 JPタワー名古屋23階

※郵便番号「〒450-6363」は協会けんぽ愛知支部の個別番号のため、
郵便番号と宛名のみで郵便物が届くようになっております。

毎月22日ごろ配信

無料メルマガお届けします

健康保険の最新情報／専門家による健康コラム
健康情報マンガ／イベント など

1

登録画面へアクセス



スマホの方はコチラ

2

「新規登録」
ボタンをクリック

3

メールアドレス等
を入力し、「確認」ボタンを
クリック

PC・スマホから
簡単登録!

協会けんぽ愛知 メルマガ

検索