

ひろしま企業 健康づくり好事例集 (第2版)

～協会けんぽ広島支部は加入者の皆様全員の健康増進を目指します！～



企業（経営者）が経営の優先課題として従業員の健康づくりに積極的に取り組むことにより、従業員の健康増進はもとより、企業の生産性向上やイメージアップにつなげていく「健康経営」が注目されています。

この好事例集では、既に「ひろしま企業健康宣言」にエントリーされ、先進的に健康経営に取り組まれている企業の事例を紹介しています。

ぜひとも、この事例集を参考にいただき、貴社の健康経営のさらなる取り組みにご活用ください。

※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。



全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

～ 目 次 ～

1. 健康経営を始めよう！	P 3
2. ひろしま企業健康宣言の流れ	P 4
3. 健康づくりを協会けんぽ広島支部がサポートします！	P 5
各種講座のご案内	P 6
4. 好事例紹介（カテゴリ別）	
①健診	P 7
・ 山崎建設 株式会社	
・ 有限会社 吉原運送	
⑥感染症予防対策	P12
・ ベンダ工業 株式会社	
・ 社会福祉法人 興仁会	
②保健指導	P 8
・ 三光産業 株式会社	
・ つばめ交通 株式会社	
⑦メンタルヘルス対策	P13
・ 株式会社 キャステム	
・ 株式会社 熊平製作所	
③食生活の改善	P 9
・ 株式会社 千代田工務店	
・ 株式会社 フィッツ	
⑧職場環境づくり	P14
・ 三次貨物運送 有限会社	
・ 株式会社 東海日動パートナーズ中国四国	
④運動機会の増進	P10
・ 一般財団法人 広島県環境保健協会	
・ 広島ガスメイト 株式会社	
⑨過重労働対策	P15
・ オタフクホールディングス 株式会社	
・ 復建調査設計 株式会社	
・ 株式会社 オガワエコノス	
⑤受動喫煙対策	P11
・ 理研産業 株式会社	
・ 株式会社 アンシン企画	
～貴社も健康経営優良法人を 目指しませんか？～	P16
5. インセンティブ（報奨金）制度の導入について	P17
6. 健康に係る好循環の構築について	P17

1 健康経営を始めよう！

従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践する！

「従業員の健康は個人の問題」であり、健康増進の取り組みへの支出を「コスト」だと思っていないですか？
現在、「従業員の健康増進に企業全体で取り組む」ことを経営理念とし、健康増進に係る支出を将来の収益性向上等に向けた前向きな「投資」と捉え実践する「健康経営」という経営手法が注目されています。貴社も「健康経営」を始めませんか？



社会的背景

- ◆ 少子高齢化による労働人口の減少
- ◆ メンタルヘルス不調者の増加
- ◆ 医療費の増大

健康経営推進



業績向上・企業価値向上

健康経営を推進することによるメリット

・モチベーション向上、欠勤率低下、業務効率向上

生産性向上

・疾病手当の支払い減少、健康保険料負担の抑制

負担軽減

・企業ブランド価値の向上、対内的・対外的イメージ向上

ステータス向上

・事故・不祥事防止、労災発生の予防

リスク管理

まずは簡単に取り組めることから実践しましょう！

生活習慣病
予防健診の利用



特定保健指導の利用



健診後の再検査や
受診の勧奨



食に関する情報提供・
ヘルシー弁当あっせん



睡眠とアルコールに関
する正しい知識の情報
提供



メンタルヘルス研修・
ストレスチェックの実施



職場での感染症対策
(予防接種の費用負担等)



ノー残業デーや有給休
暇取得促進の仕組みの
導入



分煙環境整備や
禁煙プログラムの導入



階段使用・社内での体
操の実施・ウォーキング



協会けんぽを活用しよう！

全国健康保険協会広島支部までお気軽にご相談ください。
P5の「健康づくりを当支部がサポートします！」もご参照ください。

2 ひろしま企業健康宣言の流れ

1

「ひろしま企業健康宣言」にエントリーする

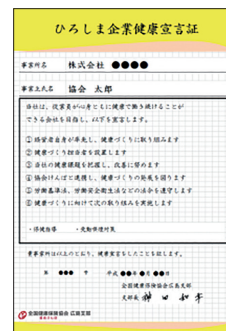
エントリーシートをFAXで協会けんぽへ提出します。

簡単な取り組みからエントリー可能です。

審査終了後に「**ひろしま企業健康宣言証**」が送付されます。

★宣言証を会社のホームページや応接室等に掲示したり、求人票に健康宣言企業であること等のPRを行うことができます。

※エントリーは一度されたら、無期限有効です。



ひろしま企業健康宣言証

2

自社の健康課題を把握し、健康経営を始める

宣言証に同封しました「チェックシート（エントリー時用）」等で健康課題を見つけて、解決に向けてできることから始めましょう。

【健康課題の把握方法（例）】

- ・「チェックシート（エントリー時用）」で把握。
- ・従業員の健診結果で把握。
- ・「**ヘルスケア通信簿**」で把握（被保険者が10名以上の事業所宛に送付）。

健康経営
実践



ヘルスケア通信簿

3

毎年4月頃送付のチェックシートで取り組みをチェック

前年度の取り組みの振り返りを「**チェックシート（振り返り用）**」により行っていただきます。ご記入後、広島支部へ送付してください。

健康経営
実践



チェックシート

4

「ひろしま企業健康宣言」認定企業に認定

審査後に「**ひろしま企業健康宣言認定証**」が送付されます。宣言証と同様にPR等にご活用ください。認定は年度ごとです。翌年度の認定へ社内ですらなる健康づくりにお努めください。

特に優秀な企業は、協会けんぽ支部長名にて表彰いたします。

健康経営
実践



ひろしま企業健康宣言認定証

●経済産業省・日本健康会議の「健康経営優良法人認定制度」へのステップアップが可能となり、企業ステータスのさらなる向上につなげることもできます！

※優良法人認定制度は、健康宣言にエントリーしていることが前提条件となります。※P16参照

その他の健康経営サポート制度

- 健康経営を応援する優遇金利制度として、広島銀行の**健康経営評価融資制度**と広島県信用保証協会の**ヘルスケア企業保証制度**をご利用いただけます。

※制度のご利用には別途審査がございますので、ご了承ください

3

健康づくりを協会けんぽ広島支部がサポートします！

	概 要	内 容
健康づくりに関する情報提供	健康づくりの好事例（無料）	他社の健康づくりの好事例などを紹介します（好事例集の配布等）。
	メールマガジン（一般向け／健康保険委員向け）・健康保険委員研修（年2回）（無料）	メールマガジンは、毎月1回、お得な健康レシピ・イベント等の健康情報を無料で提供します。 健康保険委員は、従業員（被保険者）と協会けんぽの橋渡し役となり、従業員の皆様の健康増進を推進していただく方です。委員向けメールマガジンを年に4回配信、委員研修会を年に2回開催します。 ※メールマガジン健康保険委員未登録の場合はぜひご登録ください。
	各種講座の開催（無料）	健康づくりの専門家が事業所にお伺いし、生活習慣病予防・健康経営・メンタルヘルス等のテーマで各種講座を開催します。※詳しくはP6を参照。
	健康づくりに関する資料（無料）	運動・栄養・禁煙などに関する資料を提供します。
健康課題の把握	生活習慣病予防健診	通常の事業者健診に胃がん、大腸がん、乳がん、子宮頸がん検診をプラス。健診費用の約6割～7割を補助（年1回）。
	ヘルスケア通信簿（無料）	従業員（被保険者）が10名以上の企業に、貴社の健康状態の特徴を示した「ヘルスケア通信簿」を提供。 ※10名未満の企業は個人の特定を防ぐため、作成をしておりませんので、ご了承ください。
	歯周病検査（無料）	会社内において短時間でできる簡易検査キットでの実施、又は歯科医師を派遣しての実施を選択（歯科医師は50人以上を推奨）します。
	COPD予防（無料）	会社内において短時間でできる肺年齢測定を実施します。
生活習慣の改善サポート	特定保健指導・糖尿病重症化予防（無料）	生活習慣の改善が必要な方に対して、保健師・管理栄養士が改善のサポートを実施します。
	スポーツクラブ法人利用	協会けんぽ広島支部加入者の皆様は、個人で入会するよりも価格がお得です！運動不足の解消につなげましょう。

協会けんぽでは、健康づくりや健康経営の推進のサポートをさせていただきます！
ご不明な点などありましたら下記までご連絡ください。



《問い合わせ先》

全国健康保険協会広島支部 企画総務グループ
TEL082-568-1014（平日8：30～17：15）



全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

～「こころ」と「からだ」の健康づくり～

貴社の健康経営の取り組みにぜひご活用ください！

生活習慣病やメンタルヘルス不調の問題を未然に防ぐことができれば、企業の活力や生産性のアップにつながります。利用をご希望の場合は、「各種講座申込書」のご提出が必要ですので、広島支部保健グループ（電話 082-568-1032）までご連絡ください。



開講期間	通年
対 象 者	全国健康保険協会広島支部被保険者
1 回当りの定員	5 名以上
開催回数	100回（各事業所 1 回／年） （先着順に受付し、予定回数に達し次第、予約を締め切らせていただきます。）
会 場	申込みのあった事業所内（広島県内）※専門家が貴社へお伺いします。
開催日時	月～土曜日 9：00～18：00 日・祝日 9：00～17：00 講座時間については約30～60分



各種講座の主なメニュー（H30年度）

※H31年度以降は講座メニューが変更になる可能性があります。広島支部のホームページでご確認ください。

講座NO	ジャンル	講 座 名
1	生活習慣病予防	メタボリックシンドロームの予防と解消法（身体活動プラス10のすすめ）
2		日常生活でできる肩こり、腰痛予防
3		ウォーキングの方法・正しい歩き方
4		健診結果の見方と対策
5		高血圧・糖尿病・脂質異常のリスクをチェックしよう
6		生活習慣病（高血圧・糖尿病・脂質異常症など）の予防
7		生活習慣改善ポイント（食習慣、運動、飲酒）
8		自分でできる血圧の管理について
9		たばこが人体に及ぼす影響と禁煙について（肺年齢測定可）
10		大腸がんとその予防
11		歯周病予防
12		骨粗鬆症の予防（骨密度測定可）
13	健康経営	企業での健康経営の実践について
14	メンタルヘルス	メンタルヘルスの基礎知識
15		働く人のストレスとメンタルヘルス
16		セルフケア（効果的な睡眠、運動、食事）とストレス対処法
17		ストレスチェックの活用法
18		睡眠の質を高めるポイント



《問い合わせ先》

全国健康保険協会広島支部 保健グループ
Tel082-568-1032（平日8：30～17：15）



全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

4 好事例紹介

① 健診

☆…「健診」カテゴリに該当する項目

山崎建設 株式会社



- 所在地：福山市箕沖町62-6
- 設立年月：昭和28年1月
- 事業内容：総合建設業
- 従業員数：21名



【主な取組み内容】

- ・特定保健指導を利用しやすい環境づくりの構築
- ・協会けんぽのヘルスケア通信簿を活用した食生活改善
- ・アルコール消毒液及び加湿器の設置
- ・有給休暇及び振替代休の取得推進

☆被扶養者（従業員の妻）への特定健診の受診勧奨

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

ヘルスケア通信簿の「御社の従業員の家族（被扶養者）の特定健診受診率」を見て、ご家族（奥様）の健診受診率が低かったのも、もしかしたら無料で受診できる健診の案内を見逃しているのではないかと思います、通信簿の内容をメールで回覧し、会議にて特定健診を周知いたしました。やはり特定健診を知らない方もいて、受診している健康診断の内容にも興味を持つなど、従業員の健康への意識が高まりました。

【取組みの効果】

前年より家族健診の受診率が上がってきました。（約2倍になりました。）

今後も受診を促していく予定です。

有限会社 吉原運送



- 所在地：広島市安芸区上瀬野南 2-10-15
- 設立年月：昭和51年12月
- 事業内容：一般貨物運送業
貨物取扱業
- 従業員数：27人



【主な取組み内容】

- ・禁煙外来、被扶養者の特定健診のチラシを設置
- ・血圧計、アルコール消毒液の設置、インフルエンザ予防接種費用の補助

☆（健診結果を踏まえて）給料袋へ高血圧、高脂血症及び減塩等のチラシを同封

☆被扶養者の特定健診受診をお願いする事業主と協会けんぽ支部長の連名通知に協力

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

従業員がいつまでも健康で働ける職場環境を整えるため、事業所として何ができるかを考えたが、全員を集めてセミナー等を開催することは難しいと感じていました。そこで、本人やその家族が必ず内容を確認する給料袋に健康に関するチラシを同封することを思いつき、高血圧、高脂血症及び減塩等のチラシを同封しました。家族から本人への働きかけも期待しています。

【取組みの効果】

健診結果について、事業主が直接従業員と面談等を行うようにしており、従業員も自分が大切にされていることを自覚し、健康に対する意識も高まっています。

②保健指導

☆…「保健指導」カテゴリに該当する項目

三光産業 株式会社



- 所在地：広島市中区大手町3-3-3
- 設立年月：昭和28年1月
- 事業内容：電気機械専門商社
- 従業員数：38名



【主な取組み内容】

☆特定保健指導の対象者全員へ利用を指示（100%利用）

- ・食事や運動に関する啓蒙資料を掲示板へ掲示
- ・定時退社、有給休暇取得及び代休取得の推進
- ・アルコール消毒液の設置、マスク配布、加湿器の設置及びうがい用コップの設置

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

過去に、がんにより将来有望であった社員が突然亡くなってしまったことがあり、社員の健康管理については社長自らトップダウンで進めています。社員の健診に係る費用は全て会社で負担し、配偶者の健診も半額負担することで、家族ぐるみで健康維持・増進を図るようにしています。また、特定保健指導に該当した社員に対しては、時間を調整して全員が社内ですべて受けられるようにすることで、実施率100%を達成しています。

【取組みの効果】

特定保健指導に該当した社員も率先して指導を受けるなど、社員の健康に対する意識は以前にも増して高まっています。

*写真は資料を見ながら保健指導を受けている様子

つばめ交通 株式会社



- 所在地：広島市東区牛田本町4-5-10
- 設立年月：昭和26年6月
- 事業内容：一般乗用旅客自動車運送事業
- 従業員数：284名



【主な取組み内容】

☆スケジュール調整による特定保健指導の積極的な受け入れ

- ・従業員への健診受診の声掛けや健康保険制度の周知
- ・乗務前点呼時に血圧測定を実施
- ・給料袋へ事業主と協会けんぽ広島支部長連名の「特定健診受診のお願い」を同封し、ご家族の健康もサポート

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

我が社の従業員の平均年齢は年々高くなっており、お客様の大切な命を預かる仕事ですので、常に従業員の健康状態には気を配っています。健診の結果、特定保健指導の対象者となった者についてはスケジュール調整を行い、積極的に受け入れを行っています。また、従業員の健康意識向上の目的も兼ねて、乗務前の点呼時に血圧測定を実施しています。

【取組みの効果】

平成29年度に生活習慣病予防健診へ切り替えを行い、1名がんを早期発見できました。復職した際には全員で喜びを分かち合うとともに、健診や日頃の健康管理の大切さが改めて全従業員へ伝わりました。

③食生活の改善

☆…「食生活の改善」カテゴリに該当する項目

株式会社 千代田工務店



- 所在地：山県郡北広島町南方1944-2
- 設立年月：昭和57年1月
- 事業内容：建設業
- 従業員数：10名



【主な取組み内容】

- ・完全定時退社の実施
- ☆腹八分運動の実施

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

年に1回受診している健診結果をチェックし、要検査等疾患がみられた職員については、病院受診を勧めたり、個別に食生活の指導をしています。

また、腹八分運動の一環として、介護用フォークを使用する等、食べ過ぎに注意するよう呼びかけています。

屋外での仕事なので、ケガも多くなり業務に支障をきたす恐れがあるので、職員自身で体重の計測をおこなうように勧めています。

【取組みの効果】

職員の健診結果でチェックしており、要検査等該当者も減ってきています。

株式会社 フィッツ



- 所在地：福山市神辺町道上607-1
- 設立年月：平成27年2月
- 事業内容：情報システム開発サービス
- 従業員数：7名



【主な取組み内容】

- ☆協会けんぽメルマガ内の「季節の健康レシピ」の配布
- ・毎日のストレッチ体操
- ・アルコール消毒液、除菌スプレー及び加湿器の設置、マスクの配布
- ・毎週水曜日のノー残業デーの実施、有給休暇の取得推進
- ・合同ボーリング大会への参加

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

当社は社員が取引先の事業所で勤務しているため、月に2回全社員が集まる場所でのコミュニケーションの一環として、協会けんぽメルマガ記事の「季節の健康レシピ」の情報提供を始めました。季節の健康レシピは、作り方以外にも材料の栄養分等が表記しており、社員も非常に興味を持っています。また、独身者も多いため、ご家族に見てもらうことが重要と考え、印刷したものを社員に手渡しています。その他、印刷したものを本社でファイリングし、好きな時に見ることができるようにしています。

【取組みの効果】

季節の健康レシピに関する社内アンケートの結果、家で作ってもらっている家庭もあり、またご家族からも毎回来しみにしているという声もいただいています。

④運動機会の増進

☆…「運動機会の増進」カテゴリに該当する項目

一般財団法人 広島県環境保健協会



- 所在地：広島市中区広瀬北町9-1
- 設立年月：昭和32年12月
- 事業内容：人間ドック、健康診断、各種調査・分析、地域衛生組織の活動支援等
- 従業員数：235名



【主な取組み内容】

- ☆マラソン大会やウォーキング大会の参加
- ☆アフターランチウォーキングを職員へインフォメーション
- ☆運動習慣定着促進事業の実施
 - ・ノー残業デーとノー残業ウィークの設置
 - ・禁煙セミナーを実施
 - ・敷地内及びその近辺での禁煙
 - ・健康情報（協会けんぽメルマガ）を職員へ周知
 - ・健康セミナー（マインドフルネス）の実施

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

現理事長の就任を機に平成27年度から毎年テーマを変えて、健康セミナーを開催しています。マラソン大会やウォーキング大会等への運動イベントへの参加を社内ウェブのインフォメーションで広く募集を行い、参加を促しています。大会の結果についても社内ウェブ等でお知らせしています。その他、最近ではサーキットエクササイズ（有酸素運動と筋力トレーニングを交互に行うエクササイズ）も実施し、運動習慣の定着促進を図っています。

【取組みの効果】

運動習慣の定着促進への取り組みは、徐々に自主的な参加になっています。職員の心身のリフレッシュやコミュニケーションの向上の効果も出てきています。

広島ガスメイト 株式会社



- 所在地：広島市南区皆実町1丁目10-18
- 設立年：昭和50年
- 事業内容：都市ガス及びプロパンガスの検針業務、都市ガスの料金収納業務やコンタクトセンター運営業務等
- 従業員数：166名

【主な取組み内容】

- ☆「発見！歩く楽しさ健康」を企画し、ウォーキングを推奨
 - ・加湿器の設置
 - ・2日以上連続の有給休暇取得の推進
 - ・年1回のメンタルヘルス研修への全員参加

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

弊社では、平成27年度から健康経営を進めており、従業員の健康診断結果で健康に留意すべき有所見者が多かったことから、「発見！歩く楽しさを健康に」を企画しました。内容は、従業員全員に参加者を募り、会社で支給した歩数計を使用して、目標設定した1日6,000歩を10か月続けてみようというものです。参加者は全従業員の8割を超え、最も歩いた方には表彰も行い、大いに盛り上がりました。また、ウォーキングの際に風景写真などを撮影してコンスタントを企画するなど、参加者を増やす企画も準備しました。

【取組みの効果】

前年度と比較し、有所見率が4.6%改善しました。

*写真は歩数表を見ながら管理表に記載している様子



⑤受動喫煙対策

☆…「受動喫煙対策」カテゴリに該当する項目

理研産業 株式会社



- 所在地：広島市中区大手町4-6-27
- 設立年月：昭和27年4月
- 事業内容：IT機器の販売・保守
- 従業員数：202名



【主な取り組み内容】

- ☆喫煙者はルールを守る誓約書を提出
- ☆喫煙場所と喫煙時間の設定
 - ・アルコール消毒液を設置
 - ・インフルエンザの予防接種とマスク着用の推奨
 - ・早期退社を促すため調光型の照明を設置
- ☆健診時に肺年齢測定を実施
 - ・社員間の親睦を深めるため、運動会や日帰り旅行でサイクリングを実施。

【取り組み内容の説明と始めたきっかけ】

受動喫煙対策として、勤務時間中の喫煙時間は、午前・午後の15分間と昼休憩のみに限定し、喫煙場所も指定しています。喫煙者には誓約書を提出してもらい、喫煙する上でのルールを守るよう徹底しつつ、全従業員が過ごしやすいく快適なオフィスを実現するための環境美化に力を入れています。

また、昨年から健康診断時に肺年齢測定を始めるなど、従業員に健康や禁煙について考えてもらえるような取り組みを行っています。

【取り組みの効果】

取り組みの結果、従業員の健康に対する意識は高まっていると感じています。

株式会社 アンシン企画



- 所在地：広島市中区十日市町1-3-24
- 設立年：昭和53年
- 事業内容：保険代理店
- 従業員数：18名



【主な取り組み内容】

- ☆禁煙外来の費用補助や禁煙成功手当、非喫煙者手当の支給
- ・インフルエンザの費用の全額補助（一世帯につき3人迄）
- ・アフターランチウォーキングの推奨

【取り組み内容の説明と始めたきっかけ】

現社長がタバコを吸わず、受動喫煙もなくしたいことから、社長自ら「喫煙者に対する禁煙外来費用の全額負担」「禁煙成功者手当」「非喫煙者手当」の支給を決定し、全社員に通達したことがきっかけでした。平成30年7月から実施し、喫煙者4名中3名が禁煙外来にかかり、2名が禁煙に成功しました。現在、社内はもとより社用車においても完全禁煙になっており、社員の健康づくりの機運は確実に高まっています。

【取り組みの効果】

喫煙者4名中3名が禁煙外来を受診し、うち2名が禁煙に成功しました。

⑥感染症予防対策

☆…「感染症予防対策」カテゴリに該当する項目

ベンダ工業 株式会社



- 所在地：呉市苗代町10098-3
- 設立年月：昭和39年9月
- 事業内容：輸送用機械器具製造業
- 従業員数：143名



【主な取組み内容】

- ・特定保健指導対象者へ直接、利用を勧奨
- ・毎朝ラジオ体操を実施
- ・会社のチームで駅伝に参加
- ☆社内でインフルエンザの予防接種を実施（費用補助）
- ☆マスクの無料提供、手洗いうがいの励行
- ・年2日の「記念日休暇」を設定し、有給休暇の取得を推進

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

平成28年に従業員のインフルエンザ罹患率が高くなり、生産活動が停滞することがありました。そのため、予防対策としてマスクの無料提供、手洗いうがいの励行に加え、事業所内に医師を迎えてインフルエンザの予防接種を実施しました。（個人負担を1,000円として差額を会社が負担）また、予防接種とあわせて産業医による健康相談会も実施することで、従業員が気軽に健康相談できるようになりました。

【取組みの効果】

平成29年度においてインフルエンザ予防接種は、実施率70.7%となり、その結果、罹患率0.6%と大幅に改善されました。平成29年度に引き続き、平成30年度もインフルエンザ予防接種並びに産業医による健康相談会を実施します。

社会福祉法人 興仁会



- 所在地：東広島市豊栄町能良413
- 設立年月：平成8年8月
- 事業内容：高齢者福祉事業
- 従業員数：130名



【主な取組み内容】

- ・特定保健指導対象者へ個別に利用勧奨
- ・自動販売機には健康志向の飲み物を優先
- ・敷地内禁煙
- ☆アルコール消毒液、マスク及び加湿器の設置
- ☆本人及び家族が感染症状を発症した場合に出勤停止

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

平成27年1月に多くの利用者、職員が感染症を発症。入院者も出て大変だったことをきっかけに、感染症発症時の特別休暇制度（有給）を設けました。本人発症は最低5日、ご家族が発症した場合でも最低3日は休んでいただいています。

また、インフルエンザが流行する前から（10月）、全職員に手洗いチェック表を配布し、出勤時と勤務終了時の手洗いを徹底しています。その他にも、来客等への無料でマスクの配布。冬場は職員のマスク着用義務化。感染対策委員会を開催するなど利用者、職員ともに安心して過ごせる環境づくりに力を入れています。

【取組みの効果】

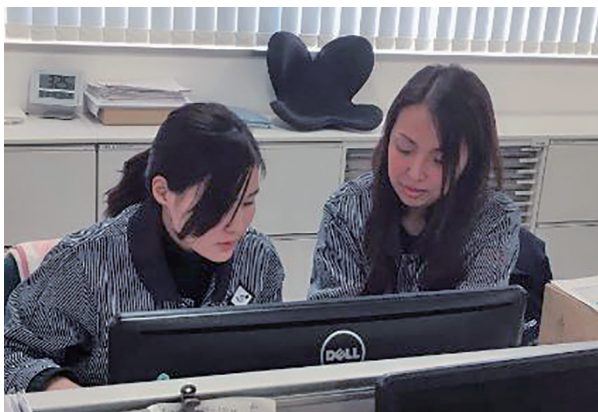
色々な取組みの効果があり、3年以上感染者は0人。現在も記録更新中です！

*写真は職員が出勤時にマスクを着用する様子

⑦メンタルヘルス対策

☆…「メンタルヘルス対策」カテゴリに該当する項目

株式会社 キャステム



- 所在地：福山市御幸町中津原1808-1
- 設立年月：昭和45年2月
- 事業内容：精密鋳造業
- 従業員数：264名



【主な取組み内容】

- ・カルチャースクール（料理教室やヨガ等）の導入
- ・野球部やトレッキング部などの部活動
- ☆新入職員へメンターによるサポート（入社後半年）
- ☆メンタルヘルスの窓口設置

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

これまで新入職員の中で、コミュニケーションをとるのが難しい人がおり、言葉での発信力が弱くなっていました。そこで「報・連・相」しやすい環境づくりが必要と感じ、3年以内の若手をメンターにつけました。今では、メンティー（指導を受ける人）がメンターを選任することで、意見・相談しやすい環境づくりを構築しています。

また、メンタルヘルスの窓口設置としては、ベテラン、若手の職員3名を相談員として選任し、PHSを配布し職員の相談対応に当たらせています。

【取組みの効果】

メンターによるサポートについては、新入職員からも意見・相談しやすいし、教える側もやる気が出てうまくいっています。退職率も減少しました。

*写真はメンターが新入社員へのサポートをしている様子

株式会社 熊平製作所



- 所在地：広島市南区宇品東2-1-42
- 設立年：昭和18年
- 事業内容：セキュリティシステム機器の開発・製造
- 従業員数：476名



【主な取組み内容】

- ・特定保健指導対象者へ医務室担当から利用勧奨
- ・社内食堂のメニューにカロリー表示
- ・中小企業合同運動会への参加
- ・新入社員へ対する禁煙指導
- ・インフルエンザ予防接種の社内実施、消毒液の設置、マスクの配布
- ☆管理者へのメンタルヘルス資格取得の推奨及び取得に向けた勉強会の実施

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

ストレスチェックが義務化されて、平成28年からメンタルヘルスに関する社内勉強会を開始し、現在、全部門長及びグループ長が3年以内にメンタルヘルスマネジメント検定資格を取得するよう目標を立て、取り組んでいます。また、社内規定で「資格取得表彰制度」を設けており、資格取得者に対して報奨金を支給するとともに、会社推奨資格ではテキストや受験費用も会社で負担しています。

【取組みの効果】

各部門長等にすぐに相談できる環境をつくることができ、医務室担当者との情報交換が盛んになりました。また、責任者がその役割等をより詳しく再確認することができたことで、社内の更なる活性化に繋がっています。

⑧職場環境づくり

☆…「職場環境づくり」カテゴリに該当する項目

三次貨物運送 有限会社



- 所在地：三次市十日市西四丁目10番26号
- 設立年月：昭和32年11月
- 事業内容：一般貨物自動車運送業・建設業
- 従業員数：39名



【主な取組み内容】

- ・血圧と体重の測定
- ☆自動販売機へ「コーヒーは無糖を」と紙を貼り、カロリー表示
- ☆毎月の給与明細書に食事や睡眠に関するチラシを同封

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

生命保険会社の担当者との連携で健康づくりへの取組みが加速し、その後広島大学の先生と出会い、ドライバーのさらなる健康増進に向けてのアドバイスを受けました。そのうちのひとつが、社内にある飲料の自動販売機への「飲料の総カロリー量掲出」です。また、健康経営ワンポイントアドバイスを給与明細書へ同封することで家族全員の健康を守り、病気を防ぐようにしています。

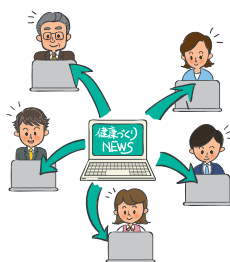
【取組みの効果】

社員が自分の体のことを考え、自発的に総カロリー量の少ない飲料を選ぶようになったことで、ドライバーの健康への意識も高まりました。また、家族にもアドバイスを読んでもらうことで生活習慣改善に繋がれると感じています。

株式会社 東海日動パートナーズ中国四国



- 所在地：広島市中区大手町1丁目2番1号
おりづるタワー4階
- 設立年月：平成26年7月
- 事業内容：保険代理店業
- 従業員数：242名



【主な取組み内容】

- ☆健康づくりニュースを全社員へ配信
- ☆コミュニケーション活性化に向け、自己紹介リレーメールを展開
- ☆各支社におけるオリジナルの運動推進
 - ・アルコール消毒液及びマスクの設置
 - ・毎週水曜日のノー残業デーの実施

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

東京海上グループの目指す「Good Company」を創る原点は健康経営そのものであるという理念のもと、弊社も積極的に取り組んでおります。取り組みのひとつが「健康づくりニュースメールを全社員へ配信」です。これは、毎月1回健康づくりの情報を配信するものです。また、「自己紹介リレーメール」も共通テーマを決めて、毎日1人ずつ配信していきます。各地域に分かれている支社のコミュニケーション活性化等に効果が出ています。その他各支社で「オリジナルの運動推進」項目を決めて取り組みを行っています。

【取組みの効果】

社員に「健康は大事である」という意識が高まっていると感じています。

⑨過重労働対策

☆…「過重労働対策」カテゴリに該当する項目

オタフクホールディングス 株式会社



- 所在地：広島市西区商工センター7-4-27
- 設立年月：昭和27年10月
- 事業内容：食品製造業
- 従業員数：700名
(グループ全体)



【主な取組み内容】

- ・始業前のラジオ体操
- ・希望者の加圧トレーニング実施
- ・建物内禁煙
- ・インフルエンザ予防接種、マスクの着用、アルコール消毒液の設置
- ☆ノーリーゼン休暇（連続5日間）の設定
- ・メンタルヘルスに関する情報提供（毎月）

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

従業員の有給休暇の取得率向上を目的として、年に1回連続5日間のノーリーゼン休暇を設定しており、正社員は義務、パートは育児等もあり分割可として有給休暇の取得を推進しています。当初は従業員が少ない部署で連続休暇が取りづらいと反応もありましたが、仕事の助け合い、共有化など働き方の改革の取り組みにより従業員同士で補完しあい取得できるようになりました。また強制的な取得とすることで定着し、連続した休暇を取得することについてのお客様から理解も進みました。

【取組みの効果】

有給休暇取得率が向上し、旅行に行く社員も増えるなどリフレッシュに繋がっています。取り組みの結果、平成30年度4月から12月現在、メンタルの休職者はゼロを継続中。

復建調査設計 株式会社



- 所在地：広島市東区光町2丁目10-11
- 設立年月：昭和21年12月
- 事業内容：総合建設コンサルタント
- 従業員数：624名



【主な取組み内容】

- ☆イントラネットを使用した有給休暇取得の促進
- ☆ノー残業デーの設定
- ・インフルエンザ予防接種の実施
- ・アルコール消毒液の設置、空気清浄器及び加湿器の設置
- ・半年に1回のストレスチェックの実施
- ・特定保健指導者対象者へ電子メールにより利用促進
- ・毎日のラジオ体操の実施

【取組み内容の説明と始めたきっかけ】

社内ネットワーク（イントラネット）で有給休暇促進の呼びかけを掲示しています。部署によっては、個人ごとの有給取得計画表を作成して休暇を取得しやすい環境づくりを行っています。ノー残業デーを設定し、午前中と夕方定時退社時間に館内放送を行い、帰宅を促しています。

また、繁忙期に罹患し、業務に支障が出ないように事業所内での予防接種実施と補助金支給をすることにより、インフルエンザ予防接種の推奨も行っています。

【取組みの効果等】

ひろしま企業健康宣言後、役職員がやるべきことをよりしっかりとするようになり、健康づくりへの意識も高まり、社内の更なる活性化に繋がっています。

⑨ 過重労働対策

☆…「過重労働対策」カテゴリに該当する項目

株式会社 オガワエコノス



- 所在地：府中市高木町502-10
- 設立年月：昭和27年3月
- 事業内容：廃棄物処理業
- 従業員数：247名



【主な取り組み内容】

- ☆①時間外労働時間の削減
- ☆②年次有給休暇の取得促進
 - ③快適な職場環境の形成
 - ④労働者の健康管理と事後処置の徹底

【取り組み内容の説明と始めたきっかけ】

- ①について
社内表彰制度（エコノスアワード）を設け、部門ごとに「ベスト働き方改革賞」として表彰するようにしています。
- ②について
年間の「休むよ！計画表」を活用して、年次有給休暇の計画的取得と見える化、言える化、聴ける化の促進を行っています。
- ③について
社員向け「アフター5ヨガ教室」を主催し、自身の健康とストレス発散にしています。
- ④について
両立支援規定による、予防、治療、リワークのサポートを行っています。

【取り組みの効果】

平成29年10月より開始し、時間外労働の削減のほか、売り上げ増加にもつながりました。

*写真は社員を対象としたストレッチ指導の様子（年6回）

貴社も健康経営優良法人を目指しませんか？

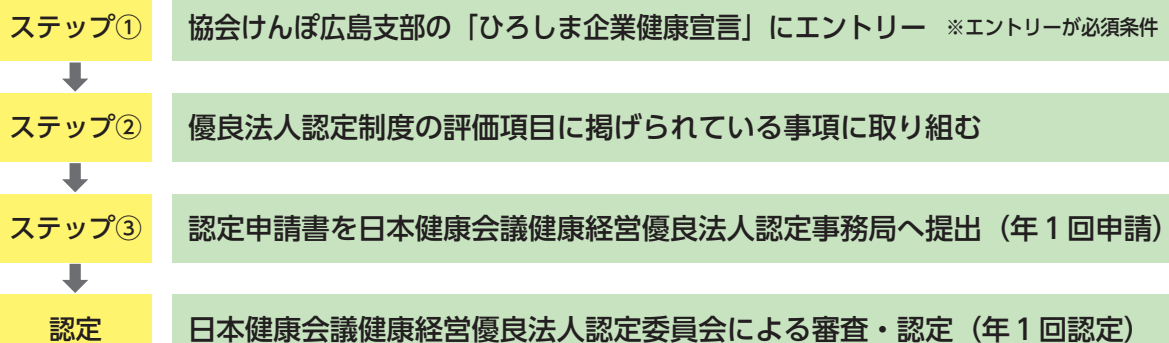
健康経営優良法人制度は、健康経営を実践している優良企業を日本健康会議が認定し、表彰する制度です。「大規模法人部門」と「中小規模法人部門」があります。「ひろしま企業健康宣言」からステップアップできる非常にステータスの高い認定制度です。詳細は、経済産業省ホームページをご覧ください。



経済産業省 健康経営優良

検索

【中小規模法人部門の場合】



5 インセンティブ（報奨金）制度の導入について

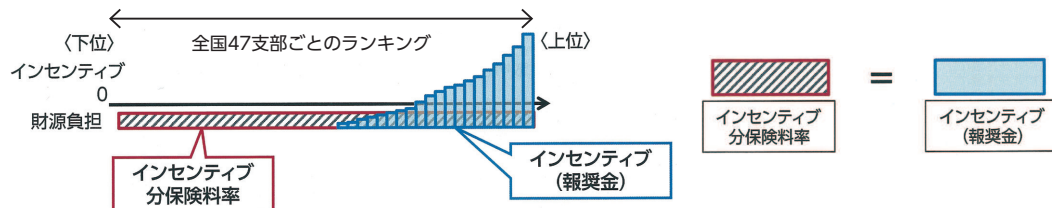
すべての事業主、加入者の皆様が健康への取り組みを高めていただくと医療費適正化につながります

協会けんぽでは、平成30年度から新たに「インセンティブ（報奨金）制度」を導入しました。

制度の財源となる保険料率として、新たに全支部の保険料率の中に0.01%を盛り込み、その上で特定健診・保健指導の実施率やジェネリック医薬品の使用割合などの評価指標に基づき全支部をランク付けします。ランキングで上位過半数に該当した支部については、支部ごとの得点数に応じた報奨金によって保険料率が抑制されます。

協会けんぽ広島支部も皆様の取り組みを全力でサポートさせていただきますので、ともに取り組んでいきましょう。

【制度のイメージ】



評価指標一覧

① 特定健診等の受診率

- 協会けんぽの生活習慣病予防健診（被保険者の方）、特定健診（被扶養者の方）を受診してください。
- 労働安全衛生法に基づく定期健診を実施されている事業所様は、協会けんぽ加入者の方（40歳以上）の当該結果を協会けんぽにご提供ください。

② 特定保健指導の実施率

健診結果で生活改善が必要と判定された方（※）は、協会けんぽの特定保健指導をご利用ください。

（※） 腹囲：男性85cm以上、女性90cm以上、最高血圧：130mmHg以上、空腹時血糖値：100mg/dl以上など。

詳細はHPをご覧ください。

③ 特定保健指導対象者の減少率

- 特定保健指導の対象とならないよう、日常から健康的な生活習慣に取り組んでください。
- 特定保健指導を受けた方は、プログラムに最後まで取り組むとともに、必要に応じて医療機関を受診してください。

④ 医療機関への受診勧奨を受けた要治療者の医療機関受診率

生活習慣病予防健診の結果、血圧又は血糖値の項目で「要治療者（再検査含む）」の判定を受けた方は、協会けんぽから受診勧奨のご案内を送付しますので、必ず医療機関へ受診してください。

⑤ 後発医薬品の使用割合

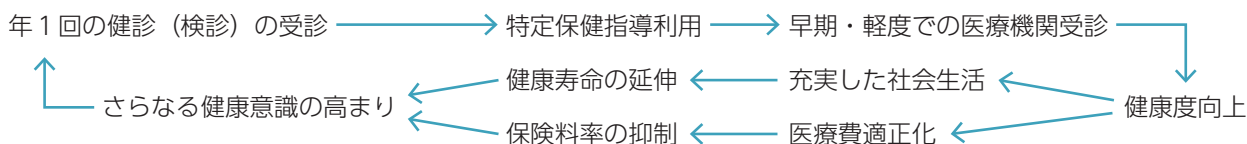
- 薬局でお薬を受け取る際は積極的に「ジェネリック医薬品」をご選択ください。

（※）ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、新薬（先発医薬品）と同等の有効成分・効能があると厚生労働省から認められている安価なお薬です。

6 健康に係る好循環の構築について

協会けんぽ広島支部では「健康に係る好循環の構築」に向けて各種事業を実施しています。

◎ 健康づくりの好循環イメージ



《2019年1月発行》



全国健康保険協会 広島支部
協会けんぽ

《問い合わせ先》

企画総務グループ 企画担当

●電話番号 082-568-1014