

# 健康事業所 宣言

取組事例集[第2版]



全国健康保険協会 北海道支部  
協会けんぽ

## は じ め に

この取組事例集[第2版]は、平成29年4月～9月に「健康事業所宣言」にエントリーいただいた191社のうち、29社のご協力のもと、健康づくりに関する「取組事例」をまとめたものです。本事例集を参考に、従業員さまの健康づくりに取り組んでいただければ幸いです。

従業員のみなさまの健康づくりにあたって、協会けんぽ北海道支部に対するご意見ご要望等ございましたら、お気軽に当支部企画総務グループあてにご連絡ください。

当支部といたしましては、事業所さまの「健康経営®」の実践にあたって、今後もサポートさせていただきます。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

令和元年6月

協会けんぽ北海道支部  
011-726-0352(代表)



# 目 次

## 健康経営優良法人 2019 認定

|                      |    |
|----------------------|----|
| • 太平洋設備 株式会社         | 03 |
| • 日成工機 株式会社          | 04 |
| • 株式会社 エイブル保険事務所     | 05 |
| • 大北土建工業 株式会社        | 06 |
| • 株式会社 山伏パコム         | 06 |
| • オサダ農機 株式会社         | 07 |
| • 株式会社 東海日動パートナーズ北海道 | 07 |
| • 健康経営優良法人認定制度のご案内   | 08 |

## 建設業関係

|               |    |
|---------------|----|
| • 札幌建設運送 株式会社 | 09 |
| • 恵庭建設 株式会社   | 10 |
| • ムトウ工業 株式会社  | 11 |

## 製造業関係

|                  |    |
|------------------|----|
| • 極東高分子 株式会社     | 12 |
| • 株式会社 ロバパン      | 13 |
| • 株式会社 寺本商店      | 14 |
| • 株式会社 プリプレスセンター | 15 |

## 卸売業・小売業関係

|                 |    |
|-----------------|----|
| • 桑原電装 株式会社     | 15 |
| • 有限会社 ヤマナカ商会   | 16 |
| • 株式会社 SYOKUSAN | 16 |
| • ほっともっと 遠軽店    | 17 |

## 保険業関係

|                |    |
|----------------|----|
| • 合同会社 セカンドライフ | 17 |
|----------------|----|

## 不動産業関係

|            |    |
|------------|----|
| • 株式会社 セクト | 18 |
|------------|----|

## 物品賃貸業関係

|                    |    |
|--------------------|----|
| • 株式会社 プランニング・ホッコー | 19 |
|--------------------|----|

## 娯楽業関係

|               |    |
|---------------|----|
| • 株式会社 小樽ゴルフ場 | 19 |
|---------------|----|

## 生活関連サービス業関係

|                           |    |
|---------------------------|----|
| • 北海道ツアーズ 株式会社            | 20 |
| • 公益財団法人 北海道学校給食会         | 21 |
| • 公益社団法人<br>帯広市シルバー人材センター | 21 |

## 教育・学習支援業関係

|                              |    |
|------------------------------|----|
| • 社会福祉法人 石狩友愛福祉会<br>飛翔認定こども園 | 22 |
|------------------------------|----|

## 医療・福祉関係

|                                    |    |
|------------------------------------|----|
| • 株式会社 コスミック                       | 22 |
| • 公益財団法人 北海道結核予防会<br>札幌複十字総合健診センター | 23 |
| • 有限会社 介護ケア道央                      | 23 |



所在地：〒085-0813

釧路市春採5丁目16-17

創立：1967(昭和42)年6月

事業内容：建設業

従業員数：122名



▶ 特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと

## セミナーを実施し全社員の健康への意識を高める!

当社は、行動指針として『健康第一』を掲げております。社員の健康管理には気を配っており、健康についてのセミナーも実施して特定保健指導の利用を推進しています。また、特定保健指導が必要な社員の指導時間は就業時間とみなしています。



▶ 再検査が必要になった方への対応について

## 社員が協力することで、再検査を受けやすくしています!

再検査が必要となった社員には、管理部より医師の診断結果に基づき再検査受診期限を明示し、再受診を促しています。再受診にあたっては、業務スケジュールを調整し勤務時間内に病院へ行く場合は、時間単位の有給休暇(外出)を認めています。また未受診防止のために各事業部長には再検査受診一覧表を渡し、事業部内で協力することにより再検査を受けやすくしております。



## 「健康プラン」の取り組み

喫煙対策として禁煙宣言書を会社へ提出してもらい、禁煙できている間は禁煙手当を支給しています。年に1度、社内全体の喫煙率を調査し、各事業部別・男女別・全体の統計を表にして回覧しています。



## 喫煙対策

分煙にし、喫煙場所にはポスター等の掲示をしています。



## 健康づくりポイント

- 健康についてのセミナーを実施しています。
- 50人未満の事業場でもストレスチェックを実施しています。
- 病気の治療と仕事の両立として、勤務時間内に通院する場合は時間単位での有給休暇取得が可能です。
- フィットネスジム、プール、エクササイズ等が実施できる施設の法人会員であり、1年を通して従業員が無料で使用できる福利厚生制度があります。

# 日成工機 株式会社

健康経営優良法人2019認定

所在地：〒078-1332

上川郡当麻町宇園別1区

創立：1948(昭和23)年3月

事業内容：コンクリート2次製品用鋼製型枠の製造

従業員数：19名



▶再検査が必要になった方への対応について

**社員全員で受診しやすい環境づくりをしています!**

本人へ直接伝え受診を促し、後日受診結果の確認をしています。

受診の際は工場のリーダーに日程の調整をしてもらいます。



## 「健康プラン」の取り組み

毎年一つのテーマを決め、健康経営にかかる年間の活動スケジュールを立て、会社全体で取り組んでいます。

また、『健康経営』『健康づくり』に関する外部講師を招きセミナーも行っています。



## 喫煙対策

受動喫煙防止に関する講師を外部から招き研修会をしています。今後も喫煙者を対象に個別指導を行い、将来的には喫煙者ゼロを目指しています。



## 健康づくりポイント

- 毎朝ラジオ体操を実施しています。
- ランチミーティングを計画的に開催し、コミュニケーションを図っています。
- 健康に関する資料を掲示しています。  
(写真は、乳がんの触診モデルを設置している風景です)
- ストレスチェックを実施しています。





# 株式会社 エイブル保険事務所

健康経営優良法人2019認定

所在地：〒071-8131

旭川市末広1条4丁目251-405

エムエムビル2F

創立：1966(昭和41)年

事業内容：保険代理店

従業員数：5名



▶再検査が必要になった方への対応について  
**健康診断受診をバックアップ!**

再検査の時間は就業規則で勤務時間として認定をしています。



## 「健康プラン」の取り組み

健康経営担当者の管理者会議を年3回開き、活動計画、振り返り、社内アンケート等を実施して次年度活動の参考にしています。

平成30年度旭川市ワーク・ライフ・バランス推進事業者表彰を受賞しました。



## 喫煙対策

社内は全面禁煙にしています。

宴会の席でも喫煙者に禁煙の協力をお願いしています。

## 健康づくりポイント

- ・定期健康診断にオプション(脳・肺ドック、大腸・胃カメラ、他がん検査)希望があれば受診できます。
- ・血管の健康状態やストレス状態等を測定出来るデバイスを設置しています。
- ・エイブルフライデー(6月～10月の毎週金曜日、午後から交代制で休みを取得)を設定し、運動や心のリフレッシュを目的とした時間に使っています。(勤務時間として認定しています)
- ・光熱費を節約した経費を利用して、夏の期間は契約農家から野菜を購入し支給しています。冬の期間は入浴剤やホットアイマスクなど体のあたたまるものを支給しています。
- ・健康増進を一番に考えワークライフバランスを推進しています。また、社会保険労務士による社会保険制度説明やラジオ体操を行ったり、病気の治療と仕事の両立について、社内通達にて周知しています。
- ・協会けんぽからの広報紙を社内で回覧しています。



# 大北土建工業 株式会社

健康経営優良法人2019認定

所在地：〒076-0031

富良野市本町8-1

創立：1944(昭和19)年4月

事業内容：土木工事業

従業員数：124名



▶特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと  
**特定保健指導利用の徹底!**

健康に対する意識が高まりました。  
対象者には、必ず利用するように徹底しています。



▶再検査が必要になった方への対応について  
**再検査の徹底!**

受診予定日の回答をもらい、受診結果の提出があるまで当人に連絡をとっています。



「健康プラン」の取り組み

地元の運動施設の利用料金を補助して運動を推進しています。



**喫煙対策**

喫煙室を設置して完全分煙にしています。

**健康づくりポイント**



- ・消毒液やマスクを設置。来客用の手の消毒液も設置しています。
- ・毎朝ラジオ体操を実施しています。
- ・作業場に血圧計を設置し自己管理を促しています。

# 株式会社 山伏パコム

健康経営優良法人2019認定

所在地：〒076-0031

富良野市本町8-1

創立：1977(昭和52)年3月

事業内容：舗装工事業

従業員数：75名



▶特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと  
**健康に対する意識が高まった!**

- ・生活習慣を見直す社員も現れたり等、健康に対する意識が高まりました。
- ・特定保健指導の対象者には対象となったことを伝え、必ず利用するように徹底しています。



▶再検査が必要になった方への対応について  
**検査結果の提出を徹底!**

受診予定日の回答をもらい、結果の提出があるまで連絡をとっています。



「健康プラン」の取り組み

地元の運動施設の利用料金を補助して運動を推進しています。



**喫煙対策**

喫煙室を設置して完全分煙にしています。

**健康づくりポイント**



- ・消毒液やマスクを設置。来客用の手の消毒液も設置しています。
- ・毎朝ラジオ体操を実施しています。
- ・作業場に血圧計を設置し自己管理を促しています。

# オサダ農機 株式会社

健康経営優良法人2019認定

所在地：〒076-0006

富良野市字扇山877-3

創立：2003(平成15)年6月

事業内容：農業収穫機製造業

従業員数：23名



## ▶特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと 健康に対する意識の向上!

保健師から直接指導して頂く事で、今後どう改善していくべきなのか確認することができました。また、健康に対する意識を高められたと思います。



## ▶再検査が必要になった方への対応について 健診機関と連携し再検査受診を促進!

健診機関と連携の上、朝礼・会議の場で再検査が必要になった場合は受診する様に促しています。



## 「健康プラン」の取り組み

- ・保健師による生活習慣病及びメタボリックシンドローム予防の指導。
- ・喫煙対策。
- ・メンタルヘルスケア対策。
- ・毎年の健康診断の実施。



## 喫煙対策

- ・喫煙場所を設置し、分煙にしています。
- ・禁煙に向けた一歩目として加熱式たばこの14日間お試しプログラムを実施し、数名が加熱式たばこを使用しています。

## 健康づくりポイント

- ・毎朝ラジオ体操をしています。
- ・事務所に消毒液を設置し、感染症対策をしています。
- ・インターネット版のストレスチェックを案内しています。(義務付けられている事業所ではありませんがメンタルヘルス対策の一環として行っています)



# 株式会社 東海日動パートナーズ北海道

健康経営優良法人2019認定

所在地：〒060-0001

札幌市中央区北1条西3丁目3-22

創立：2002(平成14)年1月

事業内容：保険業

従業員数：88名



## 「健康プラン」の取り組み

- ・メンタルヘルス相談窓口の周知としてweb掲示板への掲載とともに、年に1回チラシを作成し配布しています。
- ・ストレスチェックを実施します。



## 喫煙対策

ビルの同じフロアーに喫煙室があり、社内は完全禁煙としています。

## 健康づくりポイント

- ・乳がん検診(マンモグラフィー)、子宮頸がん検診の受診勧奨をし、受診時間は出勤に認定して、検診費用を全額助成しています。
- ・手の消毒液を事務室内に設置し、感染症の予防を行っています。



# 健康経営優良法人認定制度 (経済産業省)のご案内



健康経営優良法人

Health and productivity

ホワイト500



健康経営優良法人

Health and productivity

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大企業や中小企業等の法人を顕彰する制度です。

健康経営に取り組む優良な法人を「見える化」することで、従業員や求職者、関係企業や金融機関などから「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる法人」として社会的に評価を受けることができる環境を整備することを目標としています。

- ・北海道内における健康経営優良法人2019の認定法人は83社であり、このうち68社が協会けんぽ北海道支部の加入事業所です。
- ・健康経営優良法人の申請にあたっては、加入する保険者が実施している健康宣言等への参加が必須となります。

健康経営優良法人の認定申請につきまして、ご検討いただきますようお願いいたします。

健康経営優良法人認定制度の詳細や本事例集で紹介した以外の認定事業所については、経済産業省のホームページでご確認ください。

健康経営優良法人

検索

※健康経営はNPO法人健康経営研究所の登録商標です。

# 札幌建設運送 株式会社

所在地：〒003-0030

札幌市白石区流通センター5丁目6-43

創立：1966(昭和41)年12月

事業内容：建設業

従業員数：40名



▶ 特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと

## 健康への意識が高まり、 指導を受けた社員の体調や数値が改善!

- ・社員の仕事の都合を聞きながら、指導を受ける日を総務で設定しました。
- ・特定保健指導を利用するようになったことで、社員の意識が高まり、実際に指導を受けた社員の体調や数値がよくなりました。
- ・当社は『OHSAS 18001』を取得していましたが、『ISO 45001』に移行していくはずみにもなりました。



## ▶ 再検査が必要になった方への対応について 再検査受診報告書の提出 を義務化!

再検査が必要になった社員には、メールや口頭で再検査の受診を促し、社内様式の再検査受診報告書を期限内に提出することを義務化しています。



## 「健康プラン」の取り組み

運動の推進を図るため、協会けんぽの『たび旅ウォーキング』を活用。今年の秋には昨年より完歩者が多く認定されるようメール等で社内連絡しています。

## 健康づくりポイント

手の消毒液とうがい薬を設置しています。また、マスクを支給し、感染症対策を実施しています。



## 喫煙対策

現在分煙にしており、更に完全禁煙時間を設定しています。喫煙室には禁煙やタバコマナーのポスターを貼り周知の徹底。また今年の秋までには完全禁煙を目標にしています。



# 恵庭建設 株式会社

所在地：〒061-1415

恵庭市泉町26

創立：1956(昭和31)年2月

事業内容：建設業

従業員数：35名



▶ 特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと

## 助成金や特別休暇の制度を設け健康維持を推進!

- ・人間ドックや生活習慣病予防健診(+オプション)に助成金や特別休暇の制度を設け、受診勧奨に努めています。
- ・特定保健指導の対象となった社員には受診しやすいよう、個別に日程調整を行っています。



▶ 再検査が必要になった方への対応について

## 各部門ごとに勤務時間内での再受診を勧奨!

各部門長より個別に再受診の勧奨を行っています。再検査に要する時間は、出勤扱いとし、結果は各部門長が報告を受けるようにしています。



## 「健康プラン」の取り組み

- ・ノー残業デーを第2・第4金曜日に設定しています。
- ・有給休暇取得促進のため、所定の取得日数を達成した者にインセンティブが付く制度を実施しています。
- ・ポスターの掲示等で喫煙の有害性を周知しています。
- ・外部機関と提携し、メンタルヘルス不調者が電話やウェブサイトで相談できるようにしています。



## 喫煙対策

就業する事務所フロアは全面禁煙とし、受動喫煙防止のため、事務所スペースのない建物最上階に喫煙室を設置しました。



## 健康づくりポイント



- ・社員の健康維持、健康増進を目的として事務所にショーケースを設置し、特定保健用食品や栄養機能食品を中心にカロリーや成分に考慮した健康飲料を全商品低価格で提供しています。
- ・感染症対策として予防接種費用を社員本人は全額、配偶者と子供は半額助成し予防接種に要する時間の出勤認定をしています。
- ・健康に関する情報提供のため、協会けんぽ北海道支部が発行する広報紙やメールマガジンを全社員にメール配信しています。
- ・社員を支えている配偶者が健康でいてくれることは、社員にとって安心して職務にあたることができるという観点から、配偶者の健診(特定健診、市町村のがん検診)費用の助成をしています。

# ムトウ工業 株式会社

所在地：〒089-2636

広尾郡広尾町紅葉通南2丁目8-3

創立：2004(平成16)年6月

事業内容：建設業

従業員数：8名



▶再検査が必要になった方への対応について  
**再検査受診のサポート強化で  
受診率の向上!**

再検査を受けやすいように仕事の配置及び調整等を行っています。

## 喫煙対策

- ・社内完全禁煙にし、灰皿等の設置をしていません。
- ・社屋の横にある別棟に喫煙室を設置しました。

## 健康づくりポイント

- ・現場によって手の消毒液を設置し、感染予防をしています。



## 「健康プラン」の取り組み

- ・健康に関する各種研修会に参加しています。
- ・作業前にラジオ体操等を実施しています。

## どさんこヘルスサポートサービスのご案内

協会けんぽ北海道支部では、加入者さま一人ひとりが自らの健康に対する意識を高め、健康の保持・増進に努めていただくことを目的として様々な取組を行っております。その取組の一環として「**どさんこヘルスサポートサービス**」を実施しています。

このサービスは、当支部の健康づくりに賛同いただけた企業さまの健康関連施設を利用する際に、当支部の「健康保険証」をご提示いただくことで、利用料金割引等の様々な特典サービスを受けることができるものです。

さらに「健康事業所宣言」にご登録いただいている事業所さまにお勤めの方とその扶養家族の方は宣言事業所さまを対象とした特典サービスを受けることもできます。

※どさんこヘルスサポートサービスの詳細は、協会けんぽ北海道支部のホームページをご覧ください。



協会けんぽホームページ

都道府県支部

北海道

健康づくり

どさんこヘルスサポートサービス



# 極東高分子 株式会社

所在地：〒047-0261

小樽市銭函2丁目56-1

創立：1965(昭和40)年9月

事業内容：包装資材の製造・販売

従業員数：282名



▶ 特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと

## 実施者の生活習慣や食生活が改善!

特定保健指導の該当者は毎年必ず利用しています。1年間の指導により、実施者の生活習慣や食生活が改善され健康に注意するようになりました。



▶ 再検査が必要になった方への対応について

## 対象者は全員検査を行い健康維持するよう指導しています!

産業医から2次検査の名簿がくるので対象者は全員検査を行い、今後治療が必要か、経過観察か、異常なしかを明らかにし、健康維持するよう指導しています。



## 「健康プラン」の取り組み

- ・うがい器の設置、消毒液の常備、インフルエンザ対策用マスクの常備で感染症の予防をしています。
- ・社員食堂にトレーニングルームを設置し、運動の推進をしています。



## 喫煙対策

社内に喫煙室を設け、分煙機を設置しています。



## 健康づくりポイント

- ・インフルエンザ対策として希望者に予防接種の実施をしており、費用の半額を会社負担しています。(平成30年は234名実施)
- ・食堂のメニューを1週間分掲載しており、合わせてカロリー表示をして食事の自己管理を推奨しています。



# 株式会社 ロバパン

所在地：〒003-0026

札幌市白石区本通7丁目南5-1

創立：1950(昭和25)年4月

事業内容：パン製造及び販売

従業員数：870名



▶再検査が必要になった方への対応について

**要精密検査・要治療は必ず再受診するよう勧奨!**

健診結果を渡す際に、要精密検査・要治療となった場合は必ず受診するように勧奨文書を添えています。

受診後は健診結果を自ら報告してくれます。



## 「健康プラン」の取り組み

風邪やインフルエンザ防止のため、入室時には手の消毒をしています。また、いつでもうがいができるよううがい薬を設置しています。



## 喫煙対策

喫煙場所を2ヶ所から1ヶ所にし、仕事をする場所に臭いが行かないよう、非喫煙者に配慮しました。

## 健康づくりポイント

普段あまり体を動かさない事務職員の運動不足解消のため、毎日朝礼前にラジオ体操を実施しています。



# 株式会社 寺本商店

所在地：〒099-6402

紋別郡湧別町曙町20-1

創立：1977(昭和52)年4月

事業内容：帆立加工及び鮮魚介類卸売業

従業員数：35名



▶再検査が必要になった方への対応について

## 海外からの技能実習生にも健康の大切さを理解してもらう取組をしています！

再検査の受診希望日を報告してもらい、再検査を受けやすいように仕事の調整をしています。

中国からの技能実習生については、会社で医療機関と日程の調整をし、通訳に同行してもらい受診することにより、健康への取り組みを理解して健康な生活と実習を送ることが出来ています。



## 「健康プラン」の取り組み

### ・生活習慣の改善推進

時々朝食をとらないで出社している若い社員のために、出社時に手軽に食べられるカステラと牛乳・お茶・コーヒー等の飲み物を用意し、空腹で職務につかないようにしています。

### ・歯科治療を推進

歯も健康のバロメーターととらえ積極的に治療することを推進しています。勤務時間内でも治療の為に退社を認め、昨年は5名の社員と3名の技能実習生が歯科治療を受けました。

### ・指導講師による気功体操ストレッチの継続実施

作業終了後、週1回・冬期は2回の気功体操ストレッチを、技能実習生も含め全社員で継続して実施しています。



## 喫煙対策

数名が禁煙出来ていないが、社内完全禁煙にしているので、自宅又は自家用車の中での喫煙となり、量は半分以下に減っているようです。

現在、会社敷地内に喫煙室を作るか各自自家用車の中で喫煙してもらうのか今後の課題になっています。

## 健康づくりポイント

- ・作業開始前の健康と安全作業確認のため、「朝の挨拶」、「ラジオ体操」を実施しています。
- ・当社は帆立貝の加工製造でHACCP認定工場となっている為、作業場入室前の健康確認が必須です。腹痛、風邪(咳・高熱)、手指の傷などがあると作業場への入室が制限されますので、従業員は各自健康管理の意識を高く持っています。



# 株式会社 プリプレスセンター

所在地：〒064-0810

札幌市中央区南10条西8丁目4-1

創立：1991(平成3)年2月

事業内容：印刷業

従業員数：100名



## 「健康プラン」の取り組み

- ・健康や健康イベントに関する情報を発信しています。
- ・計画的な年次有給休暇を取得できる仕組みを作ります。



## 喫煙対策

会社内は完全禁煙としています。



## ▶再検査が必要になった方への対応について 受診状況の確認・報告の徹底!

受診状況確認・報告をお願いしております。

## 健康づくりポイント

- ・工場の入口に手の消毒液を設置しており、感染予防の対策をしています。

# 桑原電装 株式会社

所在地：〒099-1587

北見市豊地1-12

創立：1946(昭和21)年6月

事業内容：自動車電装品の販売・修理、

携帯電話の販売

従業員数：135名



## ▶特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと 日程調整をして利用促進!

対象者には日程を調整のうえ、特定保健指導を利用できる体制を整えています。



## ▶再検査が必要になった方への対応について 部署長による受診の呼びかけ!

各部の部署長が再検査が必要な方の情報をもとに、本人へ受診を呼びかけています。



## 喫煙対策

喫煙室を設置し、設置場所以外は完全禁煙にしています。

## 健康づくりポイント

- ・風邪の予防に加湿器を設置しています。
- ・11月～12月にインフルエンザ予防接種をしています。受診スケジュールを作成し、受けやすい環境に努めています。
- ・年1回リフレッシュ休暇として有給休暇の連続休暇取得を奨励しています。
- ・40歳以上の社員は5年に1回の脳ドック受診。女性社員は20歳以上なら年齢にかかわらず、入社時に子宮頸がん検診を受診しています。



## 「健康プラン」の取り組み

- ・社内分煙とし、喫煙室以外には禁煙等の貼紙をし注意を促しています。
- ・朝礼に合わせてラジオ体操を実施し、全員が参加できるようにしています。
- ・洗面所にうがい薬と紙コップを設置し、常時うがい消毒できる体制としています。また、冬場の風邪が流行する時期には、朝礼などでうがいを推奨しています。



# 有限会社 ヤマナカ商会

所在地：〒090-0065

北見市寿町1丁目1-5

創立：1946(昭和21)年6月

事業内容：家電販売、燃料販売

従業員数：9名



▶再検査が必要になった方への対応について  
**再検査受診の呼びかけ!**

対象者へ再受診の呼びかけを行っています。



## 「健康プラン」の取り組み

関連会社と合同で月に1度希望者を募ってトレーニングセンターでスポーツを行っています。また、年間の計画を立てており、計画的に実施しています。



## 喫煙対策

会社内を完全禁煙とし、また、社有車内の禁煙化も目指しています。

## 健康づくりポイント

- ・各出入口に手の消毒液、各所に除菌スプレーを設置し、感染症の予防をしています。
- ・血圧計、体重計を設置して自己管理を促しています。
- ・インフルエンザ対策として、会社負担で予防接種を実施しています。
- ・年間を通して、体調管理、メンタルヘルス、インフルエンザ対策等の健康づくり研修を実施しています。

# 株式会社 SYOKUSAN

所在地：〒064-0804

札幌市中央区南4条西10丁目1004-2

創立：1956(昭和31)年8月

事業内容：食品卸売業

従業員数：36名



▶特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと  
**特定保健指導の利用で生活習慣を改善!**

保健指導を受けることで生活習慣の見直しが出来ようになりました。



▶再検査が必要になった方への対応について  
**担当者の声掛けによる受診率の向上!**

健診結果を担当者で把握しており、健診結果を渡す際に受診するように声掛けをしています。



## 「健康プラン」の取り組み

喫煙対策としてビル内全体を禁煙にしています。



## 喫煙対策

会社内を完全禁煙にしています。

## 健康づくりポイント

- ・会社内に消毒液を設置し、感染症の対策をしています。
- ・ストレス対策として、有給休暇の取得を推奨しています。

# ほっともっと 遠軽店

所在地：〒099-0404

紋別郡遠軽町大通北6丁目3-13

創立：2015(平成27)年5月

事業内容：弁当の製造、販売業

従業員数：9名



▶特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと  
**必要性を説明し、利用の促進!**

特定保健指導の必要性を説明し、利用を推薦しています。

## 喫煙対策

喫煙室はありませんが、喫煙できるスペースを設けて、受動喫煙対策をしています。

## 健康づくりポイント

- ・感染症の予防対策として手の消毒液を設置しています。
- ・従業員の健康状態を定期的に確認しています。



## 「健康プラン」の取り組み

- ・ノー残業デーを定期的に設定し、定時退勤を徹底しています。
- ・出社、退社時などのあいさつ運動を実施しています。

# 合同会社 セカンドライフ

所在地：〒090-0817

北見市常盤町2丁目1-49

ライラック102号

創立：2016(平成28)年3月

事業内容：保険代理店

従業員数：2名



▶再検査が必要になった方への対応について  
**会社で再検査受診予約!**

受診状況を確認し、会社で受診予約をしています。

## 喫煙対策

社内を完全禁煙としており、来訪者にもご協力いただいています。

## 健康づくりポイント

社内にマスク・加湿器・空気清浄機を備え付け、感染症対策をしています。



## 「健康プラン」の取り組み

- ・昼食時を利用して、減塩や野菜中心の食事を心がけています。  
(昼食は事務所で作っています)
- ・昼食以外の食事でも、気をつけるようになり、また週に1度は運動をするなど個々人の健康への意識が高まっています。



# 株式会社 セクト

所在地：〒090-0833

北見市とん田東町404

創立：1996(平成8)年9月

事業内容：不動産業

従業員数：41名



▶ 特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと

## 健康に対する意識が高まるよう助言をしています!

特定保健指導の対象になった社員には必ず利用するよう説明し、健康に対する意識が高まるよう助言しています。



▶ 再検査が必要になった方への対応について

## 再検査の受診と結果報告を義務化!

必ず再検査を受診するように声掛けして、受診結果の報告を義務付けています。



## 「健康プラン」の取り組み

40歳以上の社員を対象に、民間のフィットネスジムと提携し、定期的に運動に取り組める環境作りを行っています。仕事を早めに切り上げてジムに通う社員もあり、残業時間の短縮にもなっています。



## 喫煙対策

社屋新築時(2016年)、1階と2階に喫煙室を設置しましたが、社内完全禁煙への第1歩として本年より1階の喫煙室を閉鎖しました。併せて社長が全社員の前で禁煙を宣言しました。



## 健康づくりポイント

- 年末の忘年会時に「ビフォーアフターコンテスト」を実施。痩せるだけではなく、健康的な体型になったか等を判断しています。
- 健康診断でオールA判定の社員には金一封を贈呈。楽しみながら健康への取り組みが行えるよう工夫しています。
- 社員食堂にて食事の栄養面をサポートしています。不規則な時間での昼食や、栄養の偏りを解消しています。また、社員の憩いの場ともなっています。
- 社員が無料で利用できるジムを併設しています。デスクワークが主になる為、運動不足の解消、健康な体作りを目指して社員が定期的に利用しています。



# 株式会社 プランニング・ホッコー

所在地：〒007-0805

札幌市東区東苗穂5条1丁目6-33

創立：1987年(昭和62)年8月

事業内容：総合レンタル業、映像制作、看板製作

従業員数：27名



▶再検査が必要になった方への対応について  
**再検査の徹底と結果の確認!**

再検査を受けるように指導し、受診結果を確認しています。



## 「健康プラン」の取り組み

- ・社内を分煙し、喫煙者の減少を図っています。
- ・運動不足解消にラジオ体操を実施しています。
- ・週1回ノー残業デーを設定し、定時退勤を徹底しています。



## 喫煙対策

社内分煙にし、喫煙場所を指定しています。事務室内に禁煙のポスターを掲示し、禁煙を促しています。

## 健康づくりポイント

- ・うがい薬とコップを設置し、風邪の予防を推奨しています。
- ・社員通用口に手の消毒液を設置し、感染予防をしています。
- ・健康に関する情報を社内に提示し、周知を図っています。

# 株式会社 小樽ゴルフ場

所在地：〒047-0261

小樽市銭函3丁目73

創立：1961(昭和36)年5月

事業内容：ゴルフ場の事業

従業員数：120名



▶特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと  
**特定保健指導利用の徹底!**

協会けんぽから対象者の通知が来たら特定保健指導を受けるように勧めています。



▶再検査が必要になった方への対応について  
**産業医と連携し個別に対応!**

再検査の人には、健診した病院からの通知を渡し、仕事の調整をしています。また、産業医に健診結果を見てもらい注意すべき人がいたら個別に対応しています。



## 「健康プラン」の取り組み

身体と心の健康維持増進のため従業員相談窓口を開設し、産業医との面談カウンセリングを実施しています。



## 喫煙対策

従業員の休憩室の一角に喫煙室・喫煙コーナーを設けて分煙しています。

## 健康づくりポイント

- ・施設内各所にミネラルウォーターを設置して水分補給出来るようにし、熱中症対策をしています。
- ・休憩室に血圧計を設置し、自己管理を促しています。



# 北海道ツアーズ 株式会社

所在地：〒060-0063

札幌市中央区南3条西6丁目3  
ジャラン狸小路2F

創立：2008(平成20)年2月

事業内容：旅行業

従業員数：22名



▶再検査が必要になった方への対応について

## 再検査が必要な社員へ受診の徹底!

再検査に行っているか社内で確認をしています。

また、必ず再検査に行くように社員への意識付けを徹底しています。



## 「健康プラン」の取り組み

- ・ストレスチェックを定期的に行っています。
- ・2020年までに社内完全禁煙をめざしています。取り組みについては札幌市がん対策普及啓発キャンペーンにて好実例として取り上げられました。



## 喫煙対策

- ・全社員の禁煙対策として喫煙者には電子タバコ、非喫煙者には1万円を支給し、部署ごとに全職員が非喫煙者または加熱式タバコ等の利用であると宣言書を提出。もしも喫煙者が紙タバコを吸っていたりすると、非喫煙者に支給された1万円も部署ごとに没収されるシステム。さらに能動的に電子タバコに頼らない完全禁煙を達成してもらう仕組みです。また半年ごとに禁煙化プロジェクトが進んでいるか確認するため「継続宣言書」を提出します。
- ・社内完全禁煙にし、喫煙所を撤去しました。

## 健康づくりポイント

- ・毎朝ラジオ体操を朝礼時に実施しています。
- ・事務所室内に手の消毒液を設置して感染予防をしています。



# 公益財団法人 北海道学校給食会

所在地：〒063-0849

札幌市西区八軒9条西11丁目1-55

創立：1957(昭和32)年7月

事業内容：学校給食用物資の安定供給と  
食育の推進支援

従業員数：21名



▶特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと  
**管理職等による特定保健指導の説明!**

管理職等が特定保健指導の内容・必要性を対象者に説明しています。



▶再検査が必要になった方への対応について  
**管理職等による受診状況・結果の確認!**

受診状況を管理職等が確認し医療機関を紹介しています。  
また、受診結果を確認しています。



**「健康プラン」の取り組み**

会社内は、完全禁煙としています。



**喫煙対策**

社内は完全禁煙としており、敷地内の屋外に喫煙室を設置しています。

**健康づくりポイント**

・手洗い場所に消毒液を設置し、感染症の予防をしています。

# 公益社団法人 帯広市シルバー人材センター

所在地：〒080-0023

帯広市西13条南2丁目2-1

創立：1986(昭和61)年8月

事業内容：高齢者への就業機会の提供  
従業員数：6名



▶特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと  
**特定保健指導利用による健康意識の向上!**

特定保健指導については対象者は必ず利用しています。指導を受けたあとは、各自意識が高まっています。自動車通勤者が自転車で通勤したり、利用していない者も、来年の健康診断は更に良い数値にしようと思えるようになりました。



▶再検査が必要になった方への対応について  
**再検査受診徹底への環境づくり!**

日常から従業員どうして健診・再検査の受診について意識を持つように話をしています。また再検査となった場合の医療機関の情報を提供しあう環境が構築されています。



**「健康プラン」の取り組み**

朝礼時にはラジオ体操を実施しております。雪が降った場合は代わりに全員で除雪作業をしています。



**喫煙対策**

・事業所敷地内を禁煙にしています。  
・施設内に「禁煙」の貼り紙をして意識付けしています。

**健康づくりポイント**

・毎朝ラジオ体操を実施しています。  
・玄関に感染予防のため消毒液を設置しています。  
・年1回実施する会員向けの健康講座に従業員も出席し、健康への意識を高めています。

# 社会福祉法人 石狩友愛福祉会 飛翔認定こども園

所在地：〒003-0001

札幌市白石区東札幌1条4丁目7-19

創立：2012(平成24)年4月

事業内容：幼保連携型認定こども園

従業員数：30名



▶再検査が必要になった方への対応について

## 再検査受診のため、 有給休暇取得への配慮!

再検査が必要な職員には受診をすすめ、指定された日に有給休暇が取りやすいよう配慮しています。



## 「健康プラン」の取り組み

誕生月には有給休暇をとり、リフレッシュできるようにしています。有給休暇消化率を上げるよう職員が計画的に有給休暇を取ることを推奨しています。



## 喫煙対策

子供のいる職場なので園内は完全禁煙にしています。

## 健康づくりポイント

- ・玄関に噴霧器を設置し、10分おきに消毒液を散布しています。また、各部屋にも消毒液を設置し、随時散布をしています。
- ・1日2回は外に出て外気にあたり免疫力を高めるようにしています。外から戻ったときは必ず手洗い・うがいをしています。この結果園内でこの冬インフルエンザに感染した事例はありませんでした。
- ・健康測定機器の貸出を利用して、休憩時間等に各自測定出来るようにしたことで健康に対する意識が高まったと思います。

# 株式会社 コスミック

所在地：〒090-0065

北見市寿町1丁目1-5

創立：2015(平成27)年12月

事業内容：介護、障害デイサービス

従業員数：16名



▶再検査が必要になった方への対応について

## 再検査受診の呼びかけ!

対象者へ再検査を呼びかけて受診を促しています。



## 「健康プラン」の取り組み

関連会社と合同で月に1回、希望者を募ってトレーニングセンターでスポーツを行っています。また、年間予定に入れ、計画的に実施しています。



## 喫煙対策

会社内、社有車内を全面禁煙にしています。

## 健康づくりポイント

- ・各出入口に手の消毒液、各所に除菌スプレーや、除菌作用のある加湿器を設置して、感染症の予防をしています。
- ・血圧、体重計を設置して、自己管理を促しています。
- ・インフルエンザ対策として、会社負担で予防接種を実施しています。
- ・年間を通して体調管理、メンタルヘルス、インフルエンザ対策等の健康づくり研修を実施しています。

# 公益財団法人 北海道結核予防会 札幌複十字総合健診センター

所在地：〒060-0808

札幌市北区北8条西3丁目28

札幌エルプラザ5F

創立：1942(昭和17)年5月

事業内容：健康診断業務

従業員数：200名



## ▶特定保健指導の利用について工夫していること、良かったこと 特定保健指導利用でメタボ予防!

協会けんぽの特定保健指導を利用して、メタボ予防への意識を高めるようにしています。保健指導を受けた職員は、昼食のメニューを考えたり、階段を使うようにしたり、なるべく車を使わないなど、意識の変化がみられるようになりました。



## ▶再検査が必要になった方への対応について レター送付による受診の徹底!

衛生管理者(保健師)が対象の職員全員にレターを送り、受診の意識づけをするようにしています。受診結果の報告は求めています。対象者自ら結果報告してきており、コミュニケーションが図れる環境となってきました。



## 「健康プラン」の取り組み

社内報で健康プランに関わる取り組みを定期的に取り上げるなど、職員が自分自身の健康に目を向けられるような取り組みを行っております。

例:ある日の職員の昼食(コンビニ弁当や持参のお弁当)について、管理栄養士が解説。写真とコメント&アドバイスを社内報に掲載。



## 喫煙対策

ビルのフロア全体が完全禁煙となっています。

タバコの有害性や、職員の喫煙率等を定期的に社内報に記事として掲載しています。

## 健康づくりポイント

- ・協会けんぽの健康機器の貸出を受け、「健康測定Week」として多くの職員が利用しています。血管年齢測定が一番の人気の、部署ごとに職員が自主的に運用して機器を利用しています。
- ・手の消毒液の設置や、インフルエンザワクチンの無料接種などの感染症対策をしています。

# 有限会社 介護ケア道央

所在地：〒068-0854

岩見沢市大和4条4丁目1-4

創立：2001(平成13)年5月

事業内容：訪問介護事業所、グループホーム

従業員数：50名



## ▶再検査が必要になった方への対応について 仕事の調整により、受診時間の確保!

再検査が必要な方には、受診しやすいよう仕事の調整を行っています。また、結果についても対象者から報告を受けています。



## 「健康プラン」の取り組み

社内研修の際に定期的な運動の実施や食事の改善方法などの取組を話し合うとともに、実行しています。



## 喫煙対策

社内には喫煙スペースを設けていないので、受動喫煙の心配がありません。グループホームでは、喫煙スペースを設けてリフレッシュ出来るように配慮しています。

## 健康づくりポイント

- ・居宅サービスなので、各スタッフが消毒液を持参し、感染予防に努めています。
- ・血圧計を設置し、各自で自己管理するよう推奨しています。



発行元



全国健康保険協会 北海道支部  
協会けんぽ