

わが社の 健康宣言 ガイドブック



はじめよう
従業員への健康投資



全国健康保険協会 兵庫支部
協会けんぽ

Q.健康経営[®]ってなんなの？



A. **経済産業省も推進!**
「企業が従業員の健康維持・増進に積極的に取り組むこと」です。

「従業員の健康維持・増進こそが収益アップにつながる」という考えのもと、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することを「健康経営[®]」といいます。

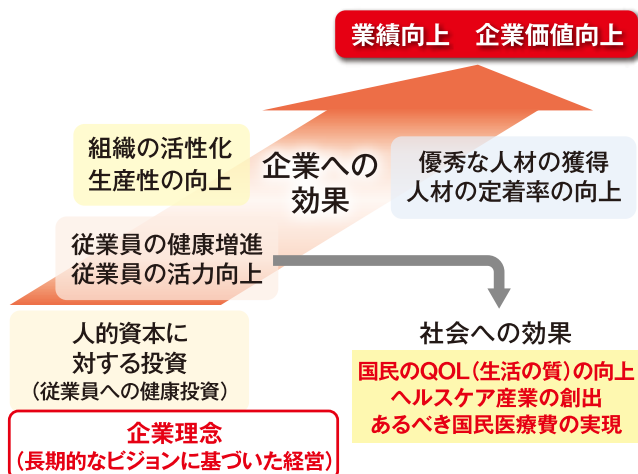
※「健康経営[®]」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

「健康経営[®]」に取り組むと・・・

POINT 01

業績向上・コストパフォーマンス向上

社内で病気休職・退職者が出ると、休職であれば休職手当、場合によっては欠員補充の求人に関する手間・費用、その後に必要な社員教育など時間的・経済的にコストがかかります。長期的にみると、従業員が健康な状態で仕事に従事してくれることで、**コストパフォーマンスは向上し、業績アップにつながります。**

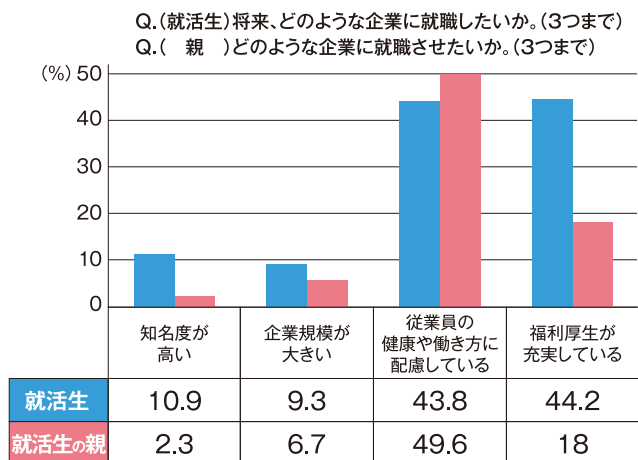


※参考：経済産業省HPより

POINT 02

イメージアップ・優秀な人材の確保

平成28年度の経済産業省の調査によると、「どんな企業に就職したい(させたい)か」の設問で、「従業員の健康や働き方に配慮している企業」と回答した就活生は43.8%おり、第2位でした。また、親の回答では第1位の49.6%でした。**今や「知名度が高く規模が大きい」と答える人は少なく、就活人気のキーワードは「健康経営実践企業」と言えるのです!**



※参考：経済産業省HPより

協会けんぽ兵庫支部では「わが社の健康宣言事業」を実施!
「健康経営[®]」に取り組む事業所を全力でサポートしています!



Q.「わが社の健康宣言事業」とは？

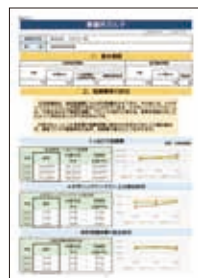
A. 「事業所が自社の健康づくりの
取り組み目標を社内外に宣言し、
健康課題の解決に取り組むこと」です。

協会けんぽ兵庫支部が、その目標の決定から実施までをサポートします。

「わが社の健康宣言事業」に取り組むことでこんな特典が！

特典1▶ 事業所健康診断カルテ

過去の健診結果等から作成する**貴社オリジナルの「事業所健康診断カルテ」**を提供いたします！
兵庫県平均・同業種平均と比較することにより、**自社の現状を把握した上で、健康づくりの取り組み目標を設定**しやすくなります。(健診受診率等の条件によりカルテを提供できない場合があります。)



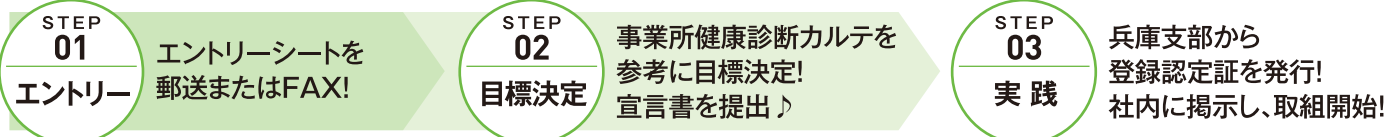
特典2▶ 年1回、健康講座(無料)の実施

年に1回、無料で健康講座をご利用いただけます。事業所へ講師を派遣いたします。従業員のヘルスリテラシー(健康知識)の向上にご活用ください。毎年、継続して実施することで、**健康経営優良法人の認定基準を満たす**ことにもなりますので、ぜひご活用ください。

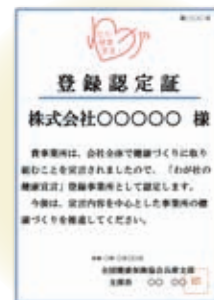
特典3▶ 金利引下げサービス

「健康宣言」に取り組む事業所にお勤めの皆さまは、みなと銀行のマイカーローン、教育ローン(証書貸付型)、リフォームローンの**金利引下げサービス**をご利用いただけます。
◎兵庫支部とみなと銀行は、「健康づくりに関する包括協定書」を締結しています。

さあ、貴社も兵庫支部と一緒に**健康経営®**をはじめてみませんか。
以下の**簡単3ステップ**で**健康経営®**への**第一歩**を踏み出せます！



エントリーシートはP6に!

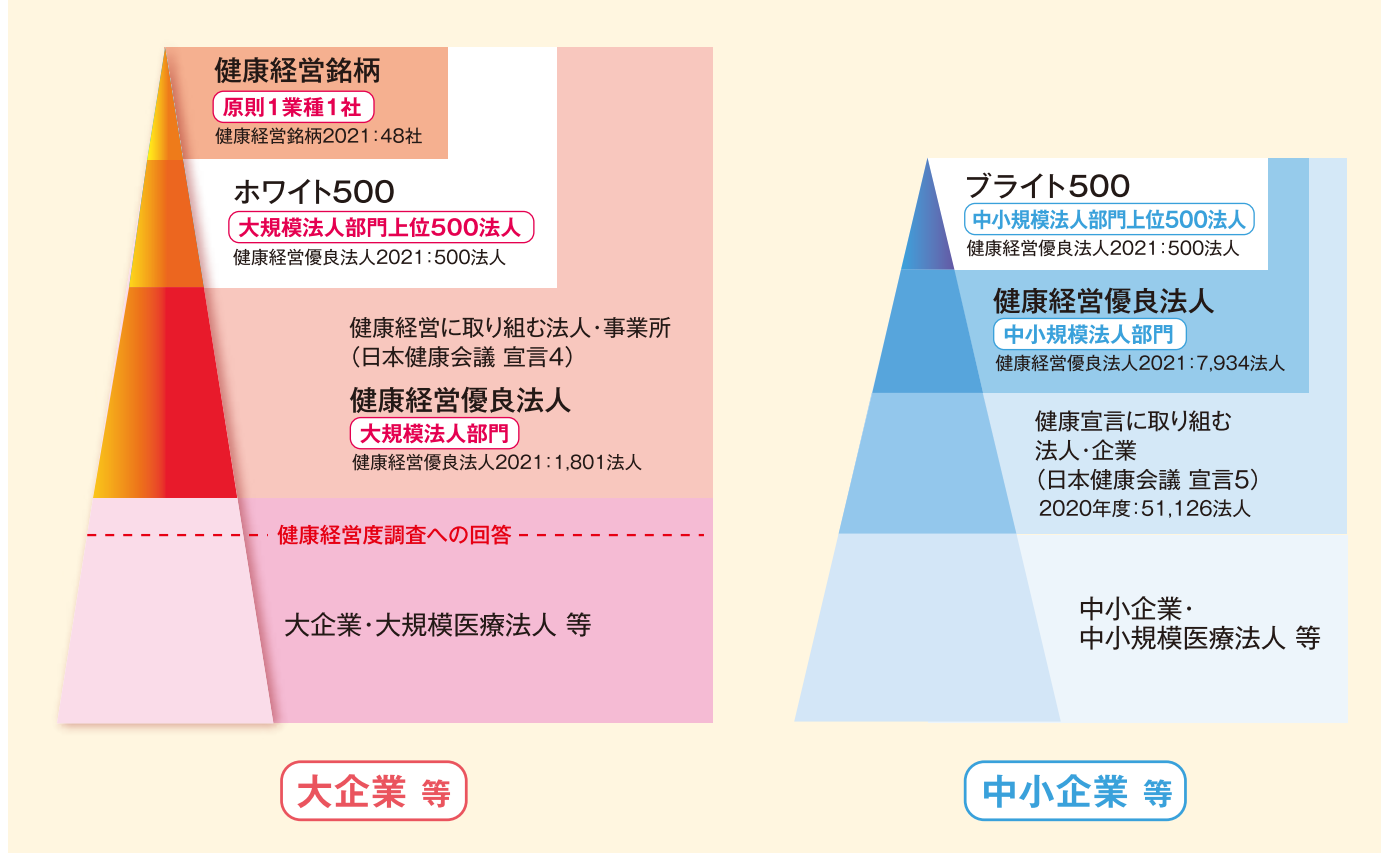


健康経営優良法人認定制度について

- 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組や日本健康会議が進める健康増進の取組をもとに、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的としています。
- 健康経営優良法人2021では、大規模法人部門に1,801法人(上位法人には「ホワイト500」の冠を付加する)、中小規模法人部門に7,934法人(上位法人には「ブライト500」の冠を付加する)が認定されています。

健康経営優良法人認定制度の全体像

※選定企業数、認定法人数は令和3年3月時点



「健康経営優良法人」の申請区分

業種	健康経営優良法人 大規模法人部門		健康経営優良法人 中小規模法人部門	
	従業員数	従業員数	従業員数	資本金の額 又は出資の総額
卸売業	101人以上	1人以上100人以下	または	1億円以下
小売業	51人以上	1人以上50人以下		5,000万円以下
サービス業	101人以上	1人以上100人以下		5,000万円以下
製造業その他	301人以上	1人以上300人以下		3億円以下

※従業員を1人以上使用していること

協会けんぽ兵庫支部の加入事業所も続々と認定!

令和3年3月4日に健康経営優良法人2021の発表が行われ、協会けんぽ兵庫支部の加入事業所から大規模法人部門、中小規模法人部門合わせて **412社が認定されました**。その結果、2020年度の認定数257社から大幅に増加しました。

■ 協会けんぽ兵庫支部の健康経営優良法人認定事業所数の推移

	大規模法人部門 (うちホワイト500)	中小規模法人部門 (うちブライト500)	「わが社の健康宣言」 参加事業所数
健康経営優良法人 2017	0	6	23 (平成29年2月末時点)
健康経営優良法人 2018	1 (1)	30	141 (平成30年2月末時点)
健康経営優良法人 2019	4 (4)	117	364 (平成31年2月末時点)
健康経営優良法人 2020	18 (3)	250	655 (令和2年2月末時点)
健康経営優良法人 2021	21 (5)	391 (19)	895 (令和3年2月末時点)

認定基準は
コチラ

健康経営優良法人2022(中小規模法人部門)の認定要件

大項目	中項目	小項目	評価項目	認定要件	
1	経営理念・方針		健康宣言の社内外への発信及び経営者自身の健診受診	必須	
2	組織体制		健康づくり担当者の設置 (求めに応じて)40歳以上の従業員の健診データの提供	必須	
3	従業員の健康課題の把握と必要な対策の検討	対策の検討	健康課題に基づいた具体的目標の設定	左記①～③のうち 2項目以上	ブライト500は左記①～⑮のうち13項目以上
		健康課題の把握	①定期健診受診率(実質100%) ②受診勧奨の取り組み ③50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施		
	健康経営の実践に向けた土台づくり	ヘルスリテラシーの向上	④管理職又は従業員に対する教育機会の設定	左記④～⑦のうち 1項目以上	
		ワークライフバランスの推進	⑤適切な働き方実現に向けた取り組み		
		職場の活性化	⑥コミュニケーションの促進に向けた取り組み		
		病気の治療と仕事の両立支援	⑦病気の治療と仕事の両立の促進に向けた取り組み(⑭以外)		
	従業員の心と体の健康づくりに関する具体的対策	保健指導	⑧保健指導の実施又は特定保健指導実施機会の提供に関する取り組み	左記⑧～⑮のうち 4項目以上	
		健康増進・生活習慣病予防対策	⑨食生活の改善に向けた取り組み		
			⑩運動機会の増進に向けた取り組み		
		感染症予防対策	⑪女性の健康保持・増進に向けた取り組み		
過重労働対策		⑫従業員の感染症予防に向けた取り組み			
メンタルヘルス対策		⑬長時間労働者への対応に関する取り組み			
	喫煙対策	⑮喫煙率低下に向けた取り組み 受動喫煙対策に関する取り組み	必須		
4	評価・改善		健康保持・増進を目的とした導入施策への効果検証を実施	必須	
5	法令遵守・リスクマネジメント(自主申告)		定期健診の実施、健保等保険者による特定健康診査・特定保健指導の実施、50人以上の事業場におけるストレスチェックの実施、従業員の健康管理に関連する法令について重大な違反をしていないこと、など	必須	

■ 協会けんぽ兵庫支部の支援メニュー

支援メニュー	内容	お問い合わせ先
1 わが社の健康宣言事業 (無料)	事業所が自社の健康づくりの取り組み目標を設定し、社内外に宣言し、課題解決に取り組む事業です。 協会けんぽ兵庫支部では、その目標決定から実施までをサポートさせていただきます。(P2参照)	兵庫支部企画グループ TEL 078-252-8701 (音声案内5番)
2 健康保険委員 (無料)	企業と協会けんぽを結ぶパイプ役として、健康保険委員(健康保険サポーター)を募集しています。 兵庫支部では健康保険委員向けに健康保険に関する各種広報誌でのお知らせや、研修会を実施しており健康保険や健康づくりの知識を高めていただけます。	
3 ヘルCメール (無料)	協会けんぽ兵庫支部のメールマガジンは「健康」をテーマにした情報を掲載しています。担当者の方が登録し、全従業員に対し健康情報を提供することができます。	
いますぐご登録! 		
4 健康講座 (無料)	わが社の健康宣言実施のインセンティブ(特典)として、年に1回、健康講座をご利用いただけます。事業所へ講師を派遣いたします。従業員のヘルスリテラシー(健康知識)の向上にご利用ください。	
5 生活習慣病予防健診 (費用補助あり)	生活習慣病予防健診は、年1回に限り、健診費用の約6~7割を協会けんぽが補助しており低料金で受診できます。また、がん検査(大腸・胃・肺・乳・子宮頸がん)も同時に受診でき検査項目も手厚くなっています。	
6 特定保健指導(健康サポート) (無料)	健診の結果、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)または予備群と判定された方を対象に健康づくりのプロフェッショナル(保健師、管理栄養士)が「健康サポート = 特定保健指導」を行います。	

■ まずはお気軽にエントリーを!!

貴社も協会けんぽ兵庫支部と健康経営への第一歩を踏み出してみませんか？

エントリーをいただいた事業所様には、後日、協会けんぽ職員よりご連絡いたします。

実際に健康宣言をするかどうかは話を聞いてから決めてOK!まずはお気軽にエントリーを!

以下の必要事項をご記入のうえ、郵送または、FAXでお申込みください。

お申込み先

協会けんぽ兵庫支部企画グループ FAX:078-252-8712

事業所名				
所在地	〒 -			
担当者情報	フリガナ		所属	
	氏名			
	健康保険証	記号() 番号()		
	TEL	-	FAX	-
	メールアドレス	@		
<p>● 健康づくりに関する現在の取り組み状況やお悩み等を教えてください。 例:社員全員に健診を受けさせている、敷地内分煙をしている、何をすればよいのかわからない 等</p>				
<p>● 今回エントリーされたきっかけを教えてください。</p> <p>1.健康経営セミナー 2.協会けんぽによる訪問(事務職員・保健指導者) 3.ホームページ 4.協会けんぽからの案内文書 5.保険会社からの紹介(アクサ生命・東京海上日動・AIG損害保険) 6.その他()</p>				

下記項目にご協力をお願いいたします。ご同意いただける場合、をお願いいたします

<input type="checkbox"/>	同エントリーにて、ご担当者様を協会けんぽ兵庫支部の「健康保険委員」として登録します。
<input type="checkbox"/>	同エントリーにて、ご担当者様のメールアドレスにてメールマガジンの利用規約に同意し申し込みます。 ※メールマガジンの利用規約は協会けんぽホームページに掲載しています。 (https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/hyogo/cat130/7035-44694)

事業所の好事例



わが社の健康宣言

・メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)または予備群と判定された対象者に特定保健指導を受けてもらい生活習慣病のリスク保有率を低下させます。

事例 その1

健康経営優良法人2021 認定(4年連続)

アサヒ物産 株式会社

フライト500

従業員数:83名 | 設立:1996年

所在地:〒675-0045 加古川市西神吉町岸134-3

事業内容:卸売業



わが社の健康宣言

・就業時間内禁煙の推進、啓発ポスターの掲示
・禁煙外来の補助・3ヶ月に1回「健康だより」による情報提供

事例 その2

健康経営優良法人2021 認定(3年連続)

アスカカンパニー 株式会社

従業員数:245名 | 設立:1968年

所在地:〒679-0221 加東市河高4004番地

事業内容:プラスチック製品の開発、製造
(食器容器、トイレタリー、ステーションナリー等)

1. 健康課題・取組内容

弊社の優先する健康課題は、メタボの社員が多いこと、運動不足の社員が多いこと、社員の健康意識が低いことです。

これらの課題を解消するために、平成29年9月に健康宣言を行いました。実施にあたり、トップ(事業主)自らがトレーニングジムに通い、従業員が定年65歳まで「生き生き」と働ける職場環境を作ること为目标に、健康増進活動を行った従業員に対して補助金を支給する「健康増進支給規程」を定めました。

2. 取組の結果・成果

「健康増進支給規程」では会社が認める運動施設の利用料に対して、一人当たり月額3,000円を補助金として支給しています。その結果、運動施設の利用者が増加し社員の運動不足解消に役立っています。

また、血圧計及び体組成計を社内に設置し、各部署の測定日「健康DAY」を設定し、利用率向上を図ることで健康意識は高まっています。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

今後は適切な働き方に向けた業務効率化を図り、週1回の「ノー残業デー」導入を推進していきたいと思ひます。

【他社へのメッセージ】

従業員が定年まで健康で安心して働ける職場環境を整えることが重要なことだと思ひます。

1. 健康課題・取組内容

弊社の健康課題である「社員の喫煙率が高い(平成29年度:24.2%)」「運動不足と感じている社員が多い」を改善するため、平成30年10月にわが社の健康宣言を実施しました。

会社敷地内周辺での全面禁煙の実施、3か月に1度「健康だより」を発行し、禁煙外来補助や健康情報の周知を行う等、喫煙率の減少・受動喫煙対策に取り組んでいます。

また、運動不足解消のため、朝礼前のラジオ体操の励行や月2回「ヨガ教室」の開催、さらに社内サークル・スポーツ活動(バレーボール、卓球、フットサル等)の推進に取り組んでいます。サークル・スポーツ活動に対しては費用の補助も行っています。

2. 取組の結果・成果

取り組みの結果、喫煙率は平成30年度に20.5%となり、兵庫県内の同業種平均より低くなりました。また、運動機会の提供を行うことで、運動不足を解消するとともに、社内コミュニケーションの活性化にも役立っています。対外的な評価として、健康経営優良法人2019、2020の認定を受けました。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

運動不足と感じている従業員は依然として多く、さらに多くの従業員が参加できるような取り組みが必要と考えています。また、喫煙対策として実施している禁煙外来補助の利用がまだまだ少ないので、「健康だより」等を活用して周知を図っていきたく思ひます。

【他社へのメッセージ】

協会けんぽから毎年提供される「事業所健康診断カルテ」を活用して健康課題を把握し、様々な健康づくり支援メニューを利用するなど、協会けんぽと協力して会社にあった健康づくりを推進されると良いと思ひます。

事業所の好事例



わが社の健康宣言

- ・全社員、社内、社外公共施設等での全面禁煙(禁煙誓約書)
- ・健康診断受診率100%・ストレスチェック(全社員)
- ・定期的なスポーツイベントの実施及び参加率の向上

事例 その3 健康経営優良法人2020認定(3年連続)

株式会社ウエルネス

従業員数:43名 | 設立:1985年

所在地:〒661-0012 尼崎市南塚口町1-12-8 サウサービル402

事業内容:幼児小学生の体育指導、スポーツ教室運営、
デイサービス運営など

1. 健康課題・取組内容

弊社では勤務形態が直行直帰のため、社員同士が顔を合わせる機会が少ないことが課題でしたので、同僚性向上委員会を組織し定期的なスポーツイベントを進めてきました。イベントへの参加率向上のため、スポーツだけでなく英語の講師を呼んで「みんなで学ばナイト!」や落語家さんと呼んで「芸術の秋を楽しもう」等、身体を動かす以外の活動で参加者の増加を促しました。

そのほかには、健康宣言として掲げた目標は全て達成できていますので、今後は維持していくこと、さらに取り組みの質を向上させていくことが大きな課題だと感じています。

2. 取組の結果・成果

イベント等の活動内容を変化させたことで、年齢の高い層の社員や身体を動かすことが少し苦な社員も参加するようになりましたので、これからは様々なジャンルの取り組みを継続し楽しさを感じてもらえるようにと思っています。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

今後は健康講座の開催や体力測定会の開催、グループに分かれての歩数対決等、新たな取り組みにも挑戦していきたいと思っています。

【他社へのメッセージ】

社員が健康になることで雰囲気も良くなり、お客様にもそれが伝わります。社内全体に仕事と人生を楽しむ健康的な笑顔を広げていきましょう。



わが社の健康宣言

- ・保健指導、産業医による健康指導実施の上、改善目標を決め達成率を高める
- ・熱中症対策として、社員全員に空調服を支給
- ・社内に飲料水を設置する
- ・近距離通勤者には、徒歩、自転車通勤を勧めて環境を整備する

事例 その4

株式会社片岡建設

従業員数:25名 | 設立:1967年

所在地:〒679-3116 神埼郡神河町寺前36番地の3

事業内容:総合建設業

1. 健康課題・取組内容

弊社では全体的に健康意識が低いことが健康課題と考えています。具体的には昼食にコンビニ弁当や外食を利用されている社員にメタボ該当者が多いこと、喫煙者も数名います。

メタボ該当者には、勤務時間内に協会けんぽによる保健指導を受けていただき、それぞれの改善目標の達成に向けて努力を続けてもらっています。

また、年に3、4回、健康や衛生(食生活、感染症・熱中症予防等)に関する情報提供を全従業員に配布し健康意識の向上にも取り組んでいます。

2. 取組の結果・成果

保健指導を受けた人は、体重・腹囲とも減少しはじめ、自ら進んで食生活の改善、飲酒を控える、徒歩通勤等を始める等、健康意識が高まっているように感じられます。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

喫煙に関しては、1日の喫煙本数も多く、なかなかやめられない人が多いので、禁煙外来治療を勧めるなど、禁煙に繋がる取り組みを行っていきたくです。

【他社へのメッセージ】

健康経営・健康宣言に取り組むことによって、従業員の健康に関する意識が変わり、少しずつでも改善でき、健康で長く働ける職場であれば良いと思っています。



わが社の健康宣言

- ・健診受診率毎年100%・禁煙の励行
- ・適度な運動による体質改善等

事例 その5

健康経営優良法人2021認定(2年連続)

金井自動販売 株式会社

従業員数:25名 | 設立:1966年

所在地:〒662-0934 西宮市西宮浜3丁目30番地

事業内容:ベンディングオペレーター



わが社の健康宣言

- ・午後3時から全社でラジオ体操第一を行う。
- ・運動と気分転換を兼ねて実施する。

事例 その6

健康経営優良法人2021認定(3年連続)

株式会社甲南堂

従業員数:130名 | 設立:1929年

所在地:〒650-0046 神戸市中央区港島中町6丁目5-1 モードピア6階

事業内容:ポスター、カタログ、パンフレット、チラシ、POP等、社内報、情報誌等の企画・制作・印刷、ネット関連事業

1. 健康課題・取組内容

弊社では、喫煙者が多いこと、残業時間が長いこと、熱中症・感染症を予防することが優先する健康課題として挙げられます。

主な取り組みとして、夏季は熱中症予防のため飲料を配布、冬季は感染症予防のためマスクの配布を行っています。また、禁煙の励行のため敷地内禁煙や日常業務の見直しによる残業時間の削減にも取り組んでいます。

2. 取組の結果・成果

飲料の配布については、5年ほど前に従業員が業務中に熱中症になってから実施していますが、それ以来、熱中症は発生していません。また、インフルエンザ等の感染症の発症率も減少してきており、少しずつですが成果が表れてきています。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

熱中症、感染症の予防は順調に進んでいますが、喫煙率は減少していませんので、禁煙成功者への禁煙費用の補助や意識改革・啓発等、何らかの対策を考えていきたいです。

【他社へのメッセージ】

高齢化に伴い従業員の平均年齢は間違いなく上昇するものと思われるので、健康宣言の実施をきっかけに健康に対する意識を向上させることが大切だと思います。

1. 健康課題・取組内容

弊社の健康課題は従業員の健康意識が低いことです。昼食などの食生活を見ていると栄養バランスに偏りがある従業員が多くいました。そのため、健診の結果で再検査やメタボに該当する方も多くいます。

2. 取組の結果・成果

まずは、メタボに該当した従業員には特定保健指導を受けていただきました。協会けんぽから保健師が会社まで来ていただき、対象者1人1人と面談を行い、食生活や運動についてなど、生活習慣改善のアドバイスをいただきます。社内ではなく社外の専門家から言われた方が伝わるみたいで、ウォーキングを始めたり食生活の栄養バランスを考え始めたりする従業員が増えました。

また、健診で再検査に該当した方は、産業医を通じて受診勧奨通知を渡し再検査の受診を推奨しています。今年は受診勧奨通知を渡した人は全員が受診していただき、受診率100%となりました。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

【他社へのメッセージ】

会社経営の中心となる社員の健康を第一に考え、その健康維持増進に力を注ぐことで、従業員のやる気と生産性の向上に繋がり業績のアップが期待できます。健康経営の優良企業を目指し、会社全体で健康づくりに取り組んでください。

事業所の好事例



わが社の健康宣言

- ・事務所内完全禁煙・メンタルヘルス研修会等の実施
- ・インフルエンザ予防接種に対する補助
- ・午後3時に全員でラジオ体操実施

事例 その7 健康経営優良法人2021認定(2年連続)

株式会社 清水設計事務所

従業員数:31名 | 設立:1968年

所在地:〒651-0087 神戸市中央区御幸通4丁目2番20号

事業内容:鉄道車両、新交通車両の設計製図、3D-CADによるモデリング
自動車関連、航空機関連の設計製図

1. 健康課題・取組内容

弊社では、長時間CADに向かって作業していることから、運動不足、姿勢の悪さ、目や腰の疲れを感じている社員が多くいます。

特に日頃の運動不足を感じている社員が多かったため、1963年の創業以来続けてきたラジオ体操を、健康宣言内容に明記することで改めてクローズアップし、なんとなくではなく健康づくりのためと意識づけするようにしました。

また、協会けんぽが提供する健康講座として「VDTセミナー」を実施し、VDT作業に対する理解を深め、ストレッチ体操も学び実践しています。

2. 取組の結果・成果

健康講座のストレッチで、いかに身体が凝り固まっているかを自覚した社員が多く、毎日のラジオ体操では以前より大きくゆっくりと身体を動かすようになりました。社員同士で正しいラジオ体操のやり方を話し合う等、健康意識の向上とコミュニケーションの活性化にも繋がっています。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

弊社が目指しているのは、社員の皆が「健やかに生きていける」職場作りです。皆がそれぞれに元気に働ける環境で力を輝かせないと、世の中の変化に対応していくこともできません。当たり前のように長く続けてきた良い習慣と、新しい取り組みをミックスさせることで、「健やか」をステップアップしていけると考えています。



わが社の健康宣言

- ・社員全員の健康診断実施・ストレスチェックの実施
- ・就業前の体操実施・血圧測定(実施予定)

事例 その8 健康経営優良法人2020認定(2年連続)

株式会社 JR西日本あいウィル

従業員数:245名 | 設立:2007年

所在地:〒661-0976 尼崎市潮江5丁目6-30

事業内容:印刷事業、ビジネスサポート事業、ヘルスケア事業、ビルクリーニング事業、グリーンアグリ事業

1. 健康課題・取組内容

弊社は運動不足の社員が多く、健康に対して意識している社員が少ないことが課題です。社員の中には車いすを使用している社員もおり、なかなか身体を動かす機会が少ないので、「ラジオ体操第一」を朝の体操として取り組んでいます。

健診受診率は100%を達成しており、受診結果を産業医にみてもらい、再検査が必要な社員は個別に受診勧奨を行っています。その他、40歳から5年刻みで人間ドック受診の補助も行っています。

2. 取組の結果・成果

ラジオ体操の実施により、血行促進の効能がみられ、運動不足を解消し、仕事にも集中して打ち込めるようになりました。

費用補助を行っている人間ドックの受診者数も増加してきており、健康に対する意識が向上しているように感じられます。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

様々な取り組みができてきているので、今後は再検査の受診率アップやより一層の健康の意識付けのための研修会を開催したいと思っています。

【他社へのメッセージ】

「小さなことからコツコツと！」

小さなことでも繰り返していくことが大切だと思います。

事業所の好事例



わが社の健康宣言

- ・二次健診(要医療)受診率50%を達成する
- ・毎週水曜日ノー残業デーの実施

事例 その9

株式会社 但馬近畿工業

従業員数:22名 | 設立:1977年

所在地:〒667-0022 養父市八鹿町下網場208-3

事業内容:建設業

1. 健康課題・取組内容

弊社では平均年齢(45歳を超えている)が高くなるに伴い、メタボに該当する社員が増加しており、日常生活では歩く習慣が少なく運動不足となり健康意識も低い状況です。

取り組みとして、まずは健診結果で要再検査となった従業員に対して、受診するように幹部を通して働きかけを行いました。

また、運動不足解消のためのきっかけにと思い、協会けんぽが実施する「健康講座(機能改善ストレッチ)」を利用しました。

2. 取組の結果・成果

再検査受診を働きかけたこと、また、健診で大きな病気が判明した従業員がいたこともあり、健康に対する意識も上がり受診者数も増えてきています。

健康講座では様々なストレッチ方法を教えていただきました。また、自身の体力を知るきっかけとなり、学生時代のスポーツを復活された社員もいます。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

健康づくりに関して社員の要望を聞き取り、今後も健康講座の実施等をきっかけに、いつまでも健康で働くことができる企業を目指していきたいと思えます。



わが社の健康宣言

- ・特定保健指導の受診促進
- ・毎朝、始業前にラジオ体操実施
- ・屋内完全禁煙、屋外完全分煙、喫煙率30%未満を目指す
- ・インフルエンザ予防接種費用の会社負担

事例 その10 健康経営優良法人2020認定

株式会社 多紀ホンダモーター

従業員数:12名 | 設立:1953年

所在地:〒669-2355 丹波篠山市大沢176-1

事業内容: Honda四輪新車販売、中古車販売、車検、法定点検、整備、保険代理店

1. 健康課題・取組内容

弊社では、運動不足、脂質リスクが高いこと、喫煙率が高いことが健康課題として挙げられます。

特に運動する機会は少ないことから、毎朝、朝礼時にラジオ体操を実施し、身体を動かすことで少しでも運動不足の解消となるよう、無理なく無駄なく運動習慣を心掛けるように取り組んでいます。

2. 取組の結果・成果

アンケートや数値化による評価はしていませんが、ラジオ体操については始業前に取り組むことで心身の切り替えを行い、短い時間で効率的に身体全体を動かさせていますし、事故や怪我の防止にも繋がっています。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

普段から取り組んでいることを健康宣言の目標としたことで、「健康」という意識を高め、積極的に継続できるように今後も取り組んでいきたいと思えます。

【他社へのメッセージ】

「健康」について、『自分のため』と思えるように日頃から行われていることを目標にされると良いと思えます。



わが社の健康宣言

- ・健康診断受診率100%を継続・屋内、社用車内完全禁煙
- ・インフルエンザ予防接種全額会社負担
- ・毎週水曜日はノー残業デー

事例 その11

健康経営優良法人2021認定(3年連続)

テックス理研 株式会社

従業員数:11名 | 設立:1970年

所在地:〒663-8114 西宮市上甲子園3丁目3-3

事業内容:渦電流応用、画像解析、
各種非破壊検査システム開発設計製作



わが社の健康宣言

- ・健康経営推進プロジェクトを発足し、食事・睡眠・運動を楽しく習慣化するための語り場をもつ
- ・ミーティングでのハイタッチや元氣體操などを継続実施する
- ・春夏秋冬スポーツイベントを各拠点で開催する
- ・社内で体験・経験し成果が上がれば積極的に公表する

事例 その12

健康経営優良法人2021認定(5年連続)

日本テクノロジーソリューションズ株式会社

プライム500

従業員数:31名 | 設立:1981年

所在地:〒650-0047 神戸市中央区港島南町7-2-8

事業内容:テクノロジー事業(包装機械分野)、ソリューション事業(放送企画分野)
新規事業(関連会社:株式会社aun)

1. 健康課題・取組内容

弊社では男性従業員が多く、平均年齢は52歳と高いことから、健診結果のリスク保有率(メタボリスク、腹囲リスク、脂質リスク、喫煙率)が兵庫県平均を上回っています。

そこで、健康宣言4項目を実施・継続し、従業員の健康意識を高めること、また、従業員同士のコミュニケーション活性化のため、年に数回、全従業員参加の昼食会を開いています。昼食会では塩分やカロリーが表記されたお弁当や、サラダやヨーグルトを提供しています。

2. 取組の結果・成果

健康宣言内容の4項目の取り組み状況は以下の通りです。

- 目標1. 健康診断受診率100%を継続 → 継続中
- 目標2. インフルエンザ予防接種費用全額会社負担 → 接種率27%から45%
- 目標3. 毎週水曜日はノー残業デー → ほとんどの従業員が達成
- 目標4. 屋内、社用車内完全禁煙 → 継続中

大きな成果とは言えませんが、健康宣言の4項目を中心に取り組みを進めることで、従業員の健康意識の変化がみられるようになりました。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

今後も従業員の健康意識をさらに高め、社内の風通しをより良くするため、昼休みや休憩時間を利用した取り組みを考えていきたいと思っています。

【他社へのメッセージ】

従業員全員の健康意識を少しでも高めるために、他社の事例を参考にしながら、無理なく継続してできることから始めていければ良いと思います。

1. 健康課題・取組内容

当社の経営理念は「関わる全ての人々(顧客・取引先・社員・株主・社会)を幸せにする『幸せスパイラル提供企業』」です。社員はコストではなくキャピタルという考えを創業当初から貫き、理念の達成のためには、まず社員自身が心身ともに元気であることが重要だと考えています。

健康課題は、「社員自身が目指す姿にチャレンジし生き生き働く」ことで業績向上を目指しており、社員自身が「目指す姿」を更に明確にすることです。また、社員の平均年齢が32歳と比較的若いので、もともと健康に問題無い社員が多く健康意識が低く長期的に健康な状態を保てるよう、健康意識を向上することです。

朝礼やミーティングの前に、ハイタッチや顔ヨガ等をすることや、朝礼時に1分間のストレッチや1分間筋力トレーニングを行っています。そのほかにも、他企業対抗のウォーキングイベントに参加しました。

2. 取組の結果・成果

2008年からスタートした朝礼時のハイタッチで元気にスタートすることは現在では文化となり、心身のリフレッシュに繋がっています。他企業対抗ウォーキングイベントでは、2か月間の社員の平均歩数11,649歩、8,000歩達成率90.6%となり、4社対抗で優勝しました。社員からは歩くことへの意識向上などの声があり、イベント終了後も意識して階段を使用するなど、運動習慣の定着に繋がっています。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

健康宣言することで健康経営の取り組みを社内外に分かりやすく発信でき、以前から取り組んできた健康経営がより強化されました。

今後も健康経営を経営戦略の一環として位置付けていることを具現化するために、更なる業績向上を目指したいと思います。

事業所の好事例



わが社の健康宣言

- ・保健指導受診の徹底・健康情報の周知活動
- ・感染症予防活動

事例 その13 健康経営優良法人2021認定(3年連続)

日本薬品開発 株式会社

従業員数:130名 | 設立:1968年

所在地:〒664-0183 伊丹市北伊丹7-98

事業内容:大麦若葉青汁を中心とした健康食品及び入浴剤等
医薬部外品の製造・販売

プライム500

1. 健康課題・取組内容

弊社では過去にインフルエンザ等の感染症が社内で流行し、多くの従業員の労働生産性が低下した時期がありました。

そのため、インフルエンザ感染予防対策として下記の取り組みを行いました。

- ・すべての事業場にアルコール消毒液を設置し、全従業員にマスクを配布。
- ・感染者の出勤停止制度を全従業員に周知。
- ・社内報でインフルエンザ感染の注意喚起を行い、その対策について理解を深めた。

2. 取組の結果・成果

その結果、従業員の感染症予防に向けた取り組みに対する意識が向上し、アルコール消毒液の使用やマスクの着用者が増加したことにより、インフルエンザの発症率は減少しました。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

今後は従業員の健康意識をさらに向上させるように、健康をテーマとした情報提供を社内で活発に行っていきたいです。

弊社の企業理念「私たちは皆さまの健康と幸せな暮らしの実現を目指します。」を実感するために、まずは従業員の健康増進を推進したいという思いから健康宣言を行いました。より多くの人々の健康と幸せな暮らしを実現させるため、社内の健康意識を高める活動を今後も積極的に行っていく所存です。



わが社の健康宣言

- ・健診受診率100%を継続
- ・健診結果の要治療者・要検査者のフォロー化
- ・運動する機会の提供(ソフトボール大会・社内クラブなど)

事例 その14 健康経営優良法人2021認定(4年連続)

株式会社 ハウスプロメイン

従業員数:39名 | 設立:1984年

所在地:〒651-0093 神戸市中央区二宮町1丁目2-3

事業内容:不動産管理

1. 健康課題・取組内容

弊社では、健診結果において、要再検査・要精密検査の該当者が多く、その中でも脂質・代謝・肝機能で基準値を超えている社員が多かったです。

余剰人員を確保していませんので、従業員が病気で長期入院することになれば、他の従業員の負担が増えてしまい、病気でない従業員の健康も損なわれてしまいます。

そこで、会社に提出された健診結果をもとに、要再検査・要精密検査の該当者に対して再検査・精密検査の推奨、状況報告をしてもらうようにしています。報告の無い者へは、個別にメール等を送り報告を促しています。

2. 取組の結果・成果

取り組みの結果、要再検査・要精密検査の該当率が2018年度:42.5%から、2019年度:34.2%と改善しました。健診結果をそのまま放っておくのではなく、自身の健康状態を見つめなおすことで、健康に対する意識が向上してきているように感じています。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

今後は、ひょうご仕事と生活センター、兵庫産業保健総合支援センター等のサービスである研修会を実施し、健康経営の指標の一つであるワークライフバランスにも取り組み、「仕事と生活の調和」認定企業を目指していきたいと思えます。

【他社へのメッセージ】

社員とその家族の身体と心の健康があってこそ、会社の繁栄に繋がります。ぜひ、社員、会社のために健康経営に取り組みましょう。

事業所の好事例



わが社の健康宣言

- ・会社が年1回の定期健康診断を実施し、診断結果について産業医の意見を求める。未受診者及び有所見者へ、受診を催告し、後日、受診の有無を確認する。
- ・50人未満の事業所に対してもストレスチェックの実施
- ・全事業所において喫煙室を設置し分煙化の実施。また、産業医による禁煙のメリット等の説明。

事例 その15 健康経営優良法人2021認定(2年連続)

株式会社ハマダ

従業員数:305名 | 設立:1906年

所在地:〒671-1234 姫路市網干区新在家1261-12

事業内容:総合建設業



わが社の健康宣言

- ・出勤時に血圧、体重の測定
- ・健康診断受診率100%の維持
- ・二次健診受診率の向上
- ・保健指導を受ける機会をつくり、メタボの改善

事例 その16 健康経営優良法人2020認定(3年連続)

株式会社 平野ロジスティクス

従業員数:13名 | 設立:1997年

所在地:〒651-2228 神戸市西区見津が丘3丁目1-6

事業内容:一般貨物自動車運送業

1. 健康課題・取組内容

弊社では健康診断の結果、脂質異常、高血圧、肝機能で治療や再検査を勧められる社員が多く、協会けんぽの事業所健康診断カルテでも兵庫県・同業態平均と比べるとリスク保有率が高くなっており、喫煙率も同じく高くなっています。

生活習慣病の重症化予防のため、要治療・要再検と判断された者には、当社で取り決めた期限内に必ず再検査を受診するよう促し、受診した医療機関の領収書と受診証明を提出いただくことで、受診管理の徹底を行っています。

また、受動喫煙対策として、これまではアコーディオンカーテンで仕切られた片側の部屋を喫煙室としていましたが、カーテンの代わりに壁を新設し、独立した喫煙室を設けました。

2. 取組の結果・成果

受診管理の徹底の成果もあり、再検査の受診率も100%であり、健康に対する意識も上がってきていることが感じられます。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

喫煙率は未だ兵庫県の平均より高い状況ですので、禁煙ポスターを掲示する等により喫煙のリスクを意識させるようにしたいです。

また、運動習慣の少ない従業員が多いので、簡単にできるストレッチ等も周知していきたいと思っています。

【他社へのメッセージ】

健康経営の取り組みを行うにあたっては、協会けんぽの支援メニューが充実していますので、協会けんぽと連携・協力して健康経営の優良企業を目指してみたいと思っています。

1. 健康課題・取組内容

弊社の健康課題は、協会けんぽの「事業所健康診断カルテ」を見ると、メタボリスク、腹囲リスクの保有率が高く、生活習慣では夕食が遅くなりがち、また睡眠時間も十分でない社員が多くなっています。

そのため、健康宣言の目標として健診後の再検査受診率の向上を掲げ、要検査の社員には受診を促すため「イエローカード」を作成し、受診結果まで報告してもらっています。また、午後3時には社員全員でラジオ体操を行っています。

2. 取組の結果・成果

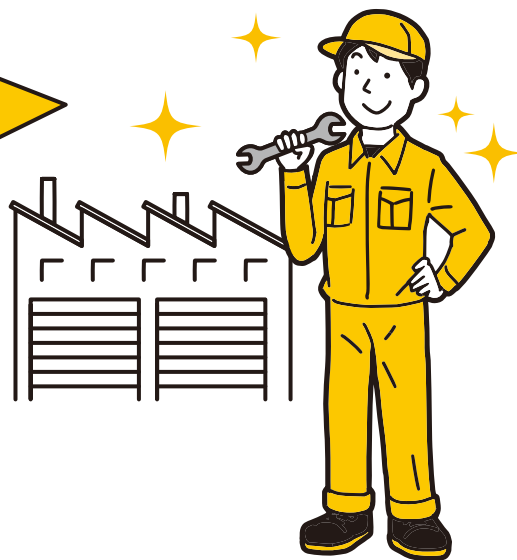
再検査の対象者は「イエローカード」をもらうことで、再検査に行かなければという意識が芽生え受診者も増加していますし、受診結果を受け取る管理者側も健康づくり担当者としての意識改革になっています。また、他のリスク保有率も3年前と比較すると、腹囲リスク、代謝リスクに改善傾向がみられ、健康への意識が高まってきた成果だと感じています。

3. 今後の抱負、他社へのメッセージ

イエローカード、ラジオ体操を継続していくことによって、引き続き健康意識の向上に取り組んでいきたいと思っています。

【他社へのメッセージ】

まずは、継続できる範囲で何かに取り組むことで、健康意識が変わっていくと思いますので、何かに挑戦してみたいです。



全国健康保険協会 兵庫支部 企画グループ

〒651-8512 神戸市中央区磯上通 7-1-5 三宮プラザ EAST

☎ FAX 078-252-8712 🌐 URL <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/hyogo/>

 **078-252-8701** (音声案内⑤)