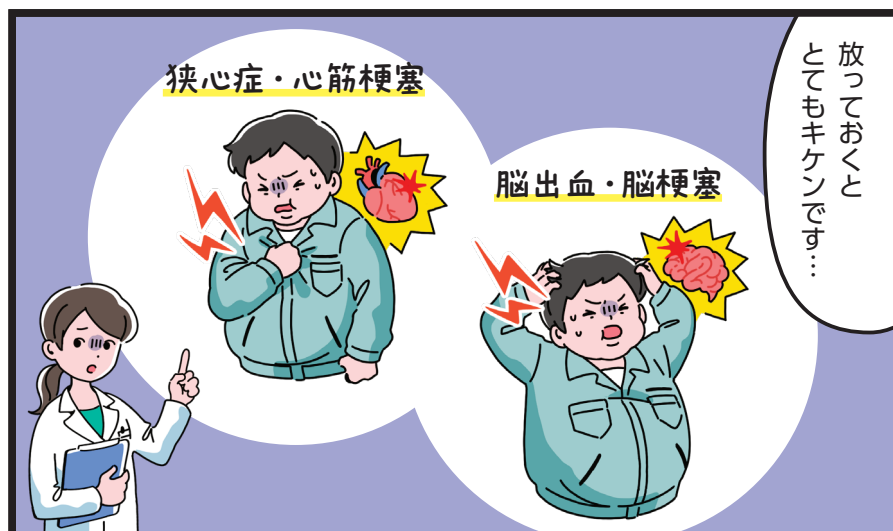
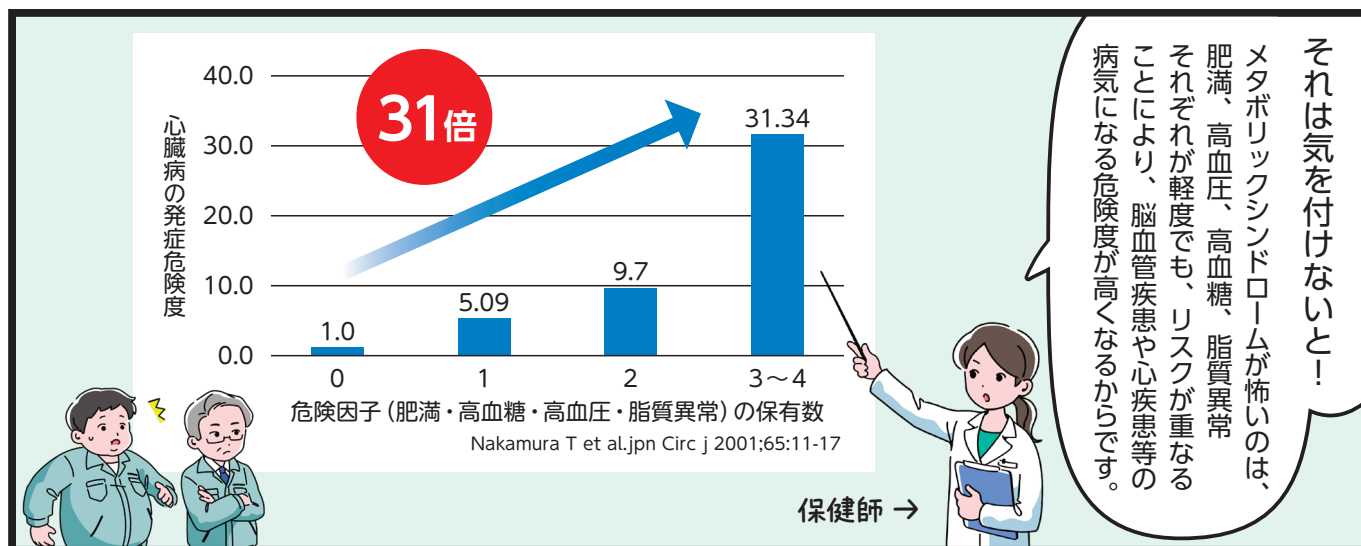
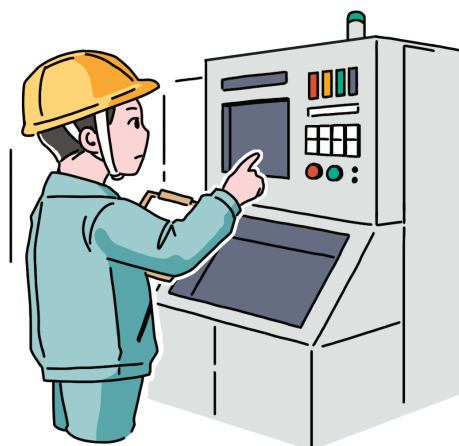
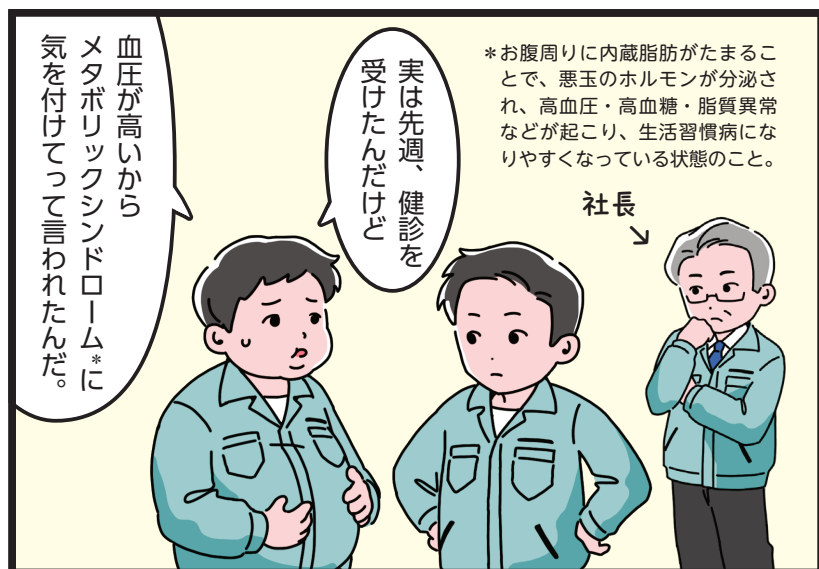
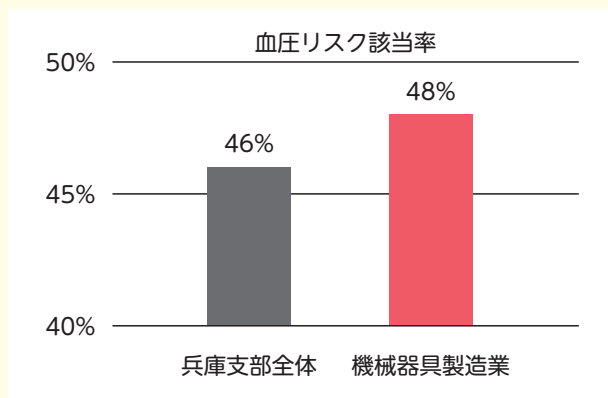


今こそ

「健康経営」を始めるとき!!

※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。





※データは35歳以上の被保険者が対象です。

令和4年度データ

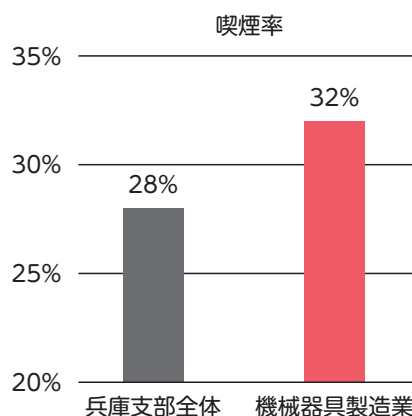
*収縮期130mmHg以上又は拡張期85mmHg以上又は服薬ありに該当する者

しかも、機械器具製造業でお勤めの方は血圧のリスクがある方が兵庫支部の平均より多いんです。従業員の約半数は血圧のリスク*があるんです！



不安になってきた...

肥満に高血圧、タバコも吸っている...



さらに従業員の32%は喫煙者。タバコに含まれるニコチンには血圧を上げる働きがあるんです！



健康経営？

無料

簡単



それなら「健康経営」を始めましょう！

社長！

従業員の健康状態も心配だし、病気になるって休職者や退職者が増えたらどうしよう。



まずは、「健康宣言」のエントリーをするところからスタートです！他社がどのような取り組みをしているのか見てみましょう。



何をしたらいいの？



従業員の健康増進のほかに、生産性の向上、会社のイメージアップにもつながります！



健康経営に取り組むと、



健康経営とは、会社が従業員の健康維持・増進に積極的に取り組むことです。

健康宣言をすると、自社の健康リスク等が分かる資料(事業所健康診断カルテ)ももらえます。

※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。

エムエムシーツーリング株式会社

1 健康経営を始めたきっかけ

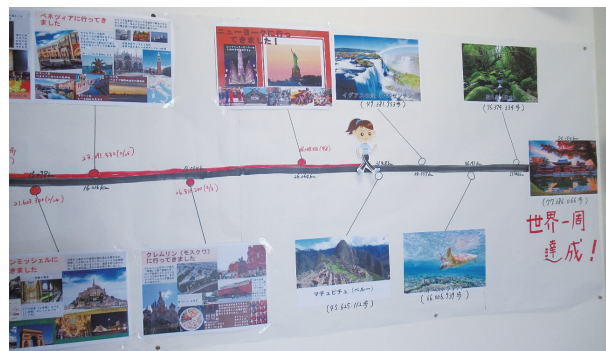
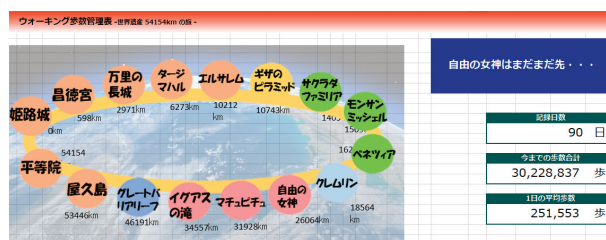
ここ数年、従業員の平均年齢が高くなっており、健診結果で有所見者の数が目立っていました。そこで、会社として従業員の生活習慣病予防はもちろんのこと、メンタルヘルス対策など幅広く健康づくりに取り組むことはできないかと考えるようになり、「わが社の健康宣言」に登録をしました。

2 取り組みの内容

- 月に1回、全体集会でインフルエンザや食中毒などの健康をテーマに5分程度の講話を実施しています。
- 「みんなで世界一周する」という目標をたて、ウォーキングイベントを実施しています。万歩計やスマホのアプリを使用して従業員の歩数を計測し、合計歩数で世界一周をするという内容です。事業所内の廊下に模造紙を掲示し、歩数の合計から到着した都市を随時紹介するなど、全員が楽しんで続けられるよう、工夫をしながら実施しています。

3 取り組みの成果

ウォーキングイベントに関しては、従業員のほとんどが参加してくれており、社内でも好評のイベントになっています。世界一周は4か月で達成したのですが、従業員の中には、休日に散歩をして歩数を稼いでくれる人もいました。従業員が運動をするきっかけになっていることはもちろんのこと、コミュニケーションの促進にも役立っていると実感しています。



ウォーキングイベントの様子

所在地：〒674-0071 明石市魚住町金ヶ崎西大池179-1
 従業員数：106名 設立：2002年
 事業内容：本社工場／切削工具の再研磨・再コーティング・熱処理等のサービス
 京都工場／特殊金物工具製造および修理
 健康経営優良法人認定：2019～2023年

川西航空機器工業株式会社

1 健康経営を始めたきっかけ

採用に力を入れるため、企業のイメージアップにつながることをしようと健康宣言をしました。

2 取り組みの内容

- 健康診断は検診車にきてもらい、特定保健指導は協会けんぽの保健師にきてもらっています。保健指導の該当者には仮でスケジュールを決め、総務部部长より直接個人あてにメールを送り、日程調整をしています。
- 駅から歩いて15～20分くらいのところに会社があるため、最寄りのバス停までの通勤費も出しています。駅から歩いてくる従業員や自転車通勤の従業員にも最寄りのバス停までの通勤費を支給しています。
- 昼食は400円で弁当の注文ができます。昼食を食べる場所もカフェテリア風にし、レンジやポット、冷蔵庫などを常備し、誰でも使えるようにしています。

3 取り組みの成果

特定保健指導については、健診を受けて該当すれば受けるものとして声掛けをしており、該当した従業員はほぼ全員が受けています。また、最寄りのバス停までの通勤費を支給することで、バス代を節約するために駅から歩く従業員や、家から自転車で通勤する従業員も多く、結果的に日々の運動につながっています。また、有給も取りやすい雰囲気があり、平均14.25日取得ができています。ひょうご仕事と生活の調和推進企業にも認定され、さらに採用に力を入れていきたいと考えています。



自転車置き場



食堂

所在地：〒666-0022 川西市下加茂2-1-6
 従業員数：97名 設立：1967年
 事業内容：航空・宇宙・防衛分野で用いられる部品の設計・制作等

株式会社ツボサカ精工

1 健康経営を始めたきっかけ

従業員の健康意識向上により、従業員自身が心身ともに健康に働けることによって、より良い製品が作り出せると考えます。そのためには従業員だけでなく、その家族も心身ともに健康に暮らしていけることが重要だと考えました。また健康で長く働いてもらう環境を整えることも会社の役割だと考え、健康経営の取り組みを始めました。

2 取り組みの内容

- 健康診断で要精密検査や要治療の結果が出た従業員には、結果を放置した際のリスクがわかる資料を配布して受診勧奨を行っています。また、特に注意が必要な従業員には、労災保険の費用補助が利用できることを伝えるなど、一人でも多く受診してもらえよう、声掛け方法を工夫しています。
- 世界禁煙デーに合わせて、協会けんぽの禁煙リーフレットや動画を使用した啓発を行っています。全社員集会では、禁煙成功者の体験談を共有する機会を設けるなど、喫煙率の低下に向けて試行錯誤を重ねています。
- 運動習慣のきっかけ作りとして企業対抗型のウォーキングイベントへ参加し、歩数に応じて社内での表彰を行っています。

3 取り組みの成果

令和5年度のウォーキングイベントは約40名が参加してくれました。従業員同士で歩数を競い合うことで、運動のきっかけづくりになったことはもちろんのこと、「〇〇さんには負けないぞ!」などと社内のコミュニケーションも増えたと実感しています。参加者からは好評だったので、今後も継続して実施したいと考えています。



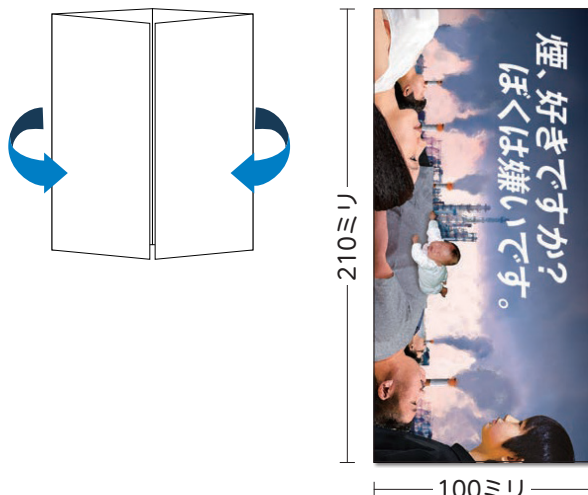
社内での健康講座の様子

所在地：〒679-2166 姫路市香寺町中村100番地1
従業員数：98名 設立：1985年
事業内容：建設機械・農業機械、産業用ロボット部品の製造
健康経営優良法人認定：2019～2023年

兵庫支部オリジナル 禁煙啓発リーフレット

従業員様の喫煙対策にご活用いただけるように 無料配布 しています。
配布しやすいコンパクトサイズのリーフレットです。

詳しくはこちらをご覧ください▶



株式会社東豊精工



ウォーキングイベントの時に社長も含め撮影



ラジオ体操の様子

1 健康経営を始めたきっかけ

病気になって一番大変なのは社員本人とご家族です。社員が健康で働けることが企業の成長と発展に、ひいては社員の幸せに繋がるとの思いから、2017年から始まる中期経営計画に於いて健康経営の推進を掲げました。

2 取り組みの内容

- 特定保健指導はICTを利用しています。コロナ前は積極的に特定保健指導を利用していませんでした。地理的なこともあり、「わざわざ豊岡まで日程を調整して来てもらう」ことを遠慮していましたが、コロナ禍に案内が来たICT面談は感染のリスクもないため、安心して健康相談をすることができました。面談も30分程度で終わるため、予定が組みやすく利用しやすかったです。
- 毎朝実施している「ラジオ体操」は、健康経営を始めるにあたって、みんなのできることを従業員全員にアンケートをして決めました。

- 地元自治体や兵庫県が企画しているウォーキングイベントに積極的に参加しています。
- 会社負担で全社員にインフルエンザの予防接種を行っています。

3 取り組みの成果

- 特定保健指導は、実際に受けて意識が変わったという従業員もいました。運動が苦手との理由で特定保健指導を敬遠していましたが、食生活についての提案なら改善できるかとも思い利用してみました。
- ウォーキングイベントには、従業員の約半数が参加しました。

所在地：〒668-0012 豊岡市下陰404-1

従業員数：111名 設立：1965年

事業内容：精密ばねの生産及び販売、プレス金型、精密治工具、合理化機械の設計・製作・販売

健康経営優良法人認定：2022～2023年

顕彰制度にチャレンジ

「わが社の健康宣言」で順調に取り組みを進め、更なるステップアップをご希望の事業所様は是非チャレンジしてみてください。協会けんぽがサポートします！

健康経営優良法人認定制度

経済産業省が健康経営を実践している優良な企業を表彰する制度

認定要件の例

- ・従業員に健診受診や保健指導の機会を積極的に提供している
- ・ストレスチェック等のメンタルヘルス対策を実施している
- ・有給休暇を取りやすい環境を整備している

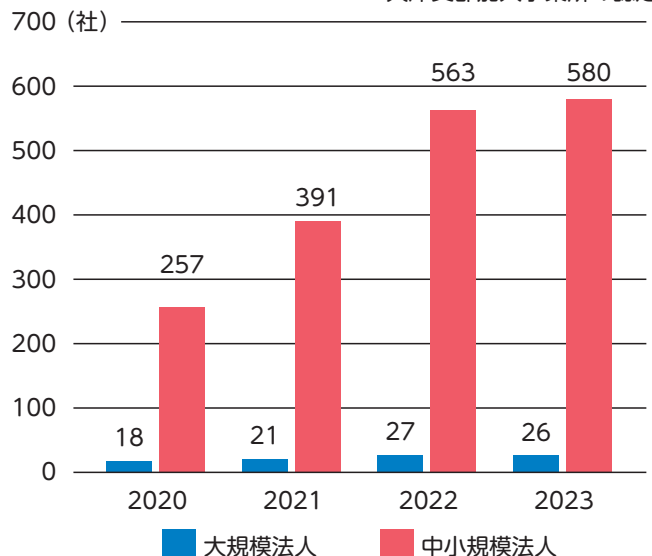
認定の証であるロゴマークを活用すると「社員を大切にしている会社」としてアピールできる



詳しくは経済産業省のホームページをチェック

わが社の健康宣言事業所からの認定数

* 兵庫支部加入事業所の認定数



認定された事業所様の多くが

「わが社の健康宣言」のサポートを活用しています

「わが社の健康宣言事業」とは？

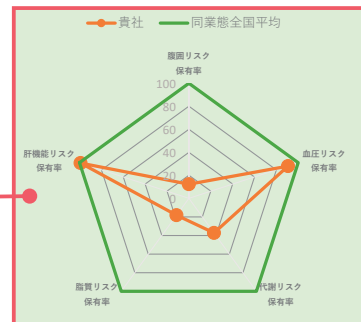
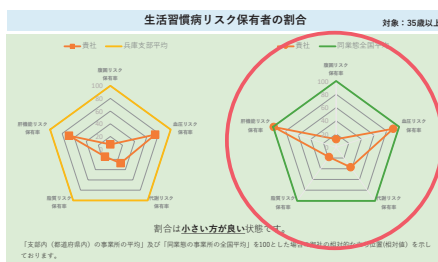
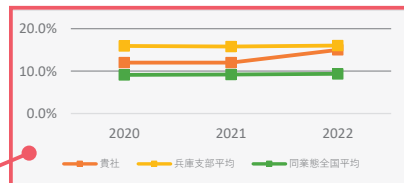
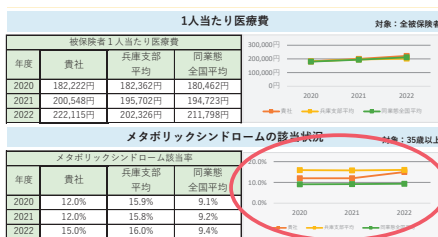
健康経営に取り組む事業所様に自社の目標を社内外に宣言していただき、協会けんぽ兵庫支部が、その目標の決定から達成までをサポートするという事業です。

協会けんぽのサポート例

事業所健康診断カルテの提供

健診結果等から作成する貴社オリジナルのカルテを提供！
兵庫県平均・同業種平均と比較しているため、
自社の課題が一目でわかり、健康づくりの取り組み目標を設定しやすくなります。

生活習慣病の
リスク保有率などを
「見える化」



※個人情報保護の観点から、協会けんぽが保有する健診結果が10人以上ある事業所様のみカルテを発行しています。

健康講座の実施

年に1回、**無料**で健康講座の受講が可能！
運動や食事、メンタルヘルスなど様々なテーマから選択できるので、
社内の研修としてもご利用できます。

詳細は兵庫支部のホームページをご覧ください▶



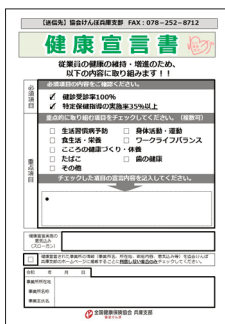
健康宣言の流れ

1 エントリー



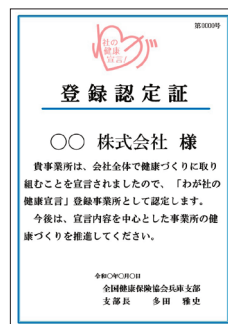
エントリー
シートを
郵送または
FAX！

2 目標設定



事業所健康診断
カルテを参考に
目標決定し宣言
書を提出

3 実践



兵庫支部から
発行された登
録認定証を社
内に掲示し、
取組開始！