

あ、近所のあの会社も！

わが社の健康宣言！

取り組み事例集



全国健康保険協会 兵庫支部
協会けんぽ

「健康経営®」、はじめてみませんか？

！ 従業員の健康を重要な資源と捉え、職場の健康づくりに積極的に取り組む「健康経営®」という経営スタイルが注目されています。

背景（現代企業の課題）

少子高齢化による
労働人口減少

メンタルヘルス
不調者の増加

生活習慣病の増加等による労働力低下

健康づくりが
疎かになると...

経営に重大な影響が...

事故・不祥事の発生
生産性の低下

企業にとって労働力の維持・確保は、今後ますます重要に！

「健康経営®」の積極的な推進

事業主が従業員の健康づくりを積極的にサポート

従業員の健康状況（リスク）の把握

健康づくりの推進

従業員が心身ともに元気に働ける企業に変革

生活習慣病の予防・改善

メンタルヘルス不調者の予防・改善

企業にもメリットが！

生産性向上

- ・モチベーションUP
- ・欠勤率の低下
- ・業務効率の向上

負担軽減

- ・休職者への手当
支払の減少
- ・健康保険料率の
上昇抑制

イメージアップ

- ・企業ブランド価値
とイメージの向上

リスクマネジメント

- ・事故や不祥事の
予防

「健康経営®」の推進は、業績にも良い影響をもたらします！

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！



「わが社の健康宣言事業」とは？

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。そして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するという事業です。

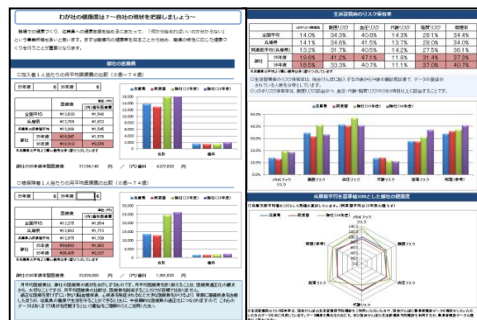
「わが社の健康宣言事業」に取り組むことでこんな特典が



➤事業所健康診断カルテ

過去の健診結果等から作成する**オリジナルの「事業所健康診断カルテ」**を提供いたします！

「医療費の状況」や「健康リスク保有率」について、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**することが可能となります。



▲ 事業所健康診断カルテ

(※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。)

➤健康経営優良法人認定制度

経済産業省が主導して、優れた「健康経営®」を行う企業・団体を表彰する制度が平成28年度に創設。

この認定を受けるには、**健康宣言の実施が必須！**

◎兵庫支部と健康宣言に取り組む事業所のうち、すでに**4社が「健康経営優良法人」に認定**。
(※P3～6でご紹介)

➤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)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！

Step1. エントリー

エントリーシートはP14に！

エントリーシートを郵送またはFAX！

Step2. 目標決定

事業所健康診断カルテを参考に目標決定！宣言書を提出♪

Step3. 実践

兵庫支部から登録認定証を発行！社内に掲示し、取組開始！

健康経営優良法人2017

株式会社ヨシダ商事運輸（西宮市）

業態：道路貨物運送業

わが社の健康宣言！

・1日1回血圧測定してもらう

「人手不足が進む中で、従業員に定年まで元気に働いてもらいたい」という思いから健康宣言に取り組むことを決意。

血圧のリスクが高いという現状を受け、職場全体で着実に乗り越えられる目標として一日一回の血圧測定に取り組みました。

毎日の血圧測定のほかにも、

- 毎年度2回の健診受診
- 健診の受診勧奨（要再検査者への案内）
- 特定保健指導の導入
- 産業医との面談の実施
- 健康相談日の設置（毎月第3木曜日）

といった様々な取り組みを実施し、事業所を挙げて従業員の健康づくりをサポートしています。

「わが社の健康宣言」、「健康経営優良法人認定」により、お客様・取引先の方々からも大きな反響をいただきました。

さらに、従業員からの健康に関する質問等が増え、健康に対する意識の向上を感じています。



健康経営優良法人2017

株式会社フクユ（伊丹市）

業態：その他の運輸業

わが社の健康宣言！

- ・ 敷地内全面禁煙
- ・ 健診結果による有所見者の減少

高い喫煙率がきっかけとなり、健康宣言を実施しました。

健康宣言を実施するにあたり、取り組み目標の候補がいくつか浮かんでいましたが、「今一番取り組むべきことは何か」と考え、上記の二つの目標を掲げました。

以前から敷地内分煙を実施していましたが、健康宣言を契機に禁煙についての社内掲示を行い、実際に敷地内を全面禁煙としました。

さらに、もう一つの目標である「健診での有所見者の減少」の達成に向けて、「婦人科検診の奨励」、「安全衛生委員会での生活習慣病についての学習」などの取り組みも行っています。

平成28年度からスタートした健康宣言の取り組み。平成29年度の健診の結果が楽しみです。



健康経営優良法人2017

日本テクノロジーソリューション株式会社（高砂市）

業態：機械器具製造業

わが社の健康宣言！

- ・計測・改善のため健康診断および生活習慣病予防健診を100%受診する
- ・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
- ・会社内に健康経営を意識できるツール（器具など）を設置、活用し「エナジーオフィス」にする
- ・ミーティングでのハイタッチや元氣体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
- ・コミュニケーションを活性化させるチームコンパ開催を支援する
- ・社内で体験・経験し成果が上がれば積極的に公表する

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、まず社員が心身ともに元氣であることが重要だと考えています。

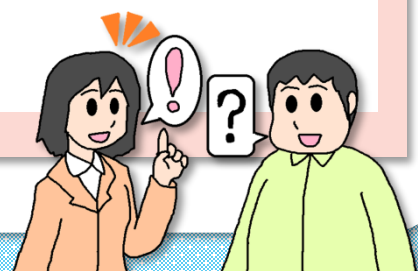
そして、その姿勢をより明確にし、強化していきたいという思いから健康宣言にトライしました。

健康経営が健康づくりだけでなく、職場の活性化、コミュニケーションやチーム力の向上につながりました。

例えば朝礼でのハイタッチでは、朝、お腹から声を出すことで元氣に一日がスタート。また、ウォーキングイベントでは、普段の仕事での連携が少ない社員同士が話したりと、健康面以外でも職場に良い影響が。

健康宣言することで健康経営の取り組みを社内外にわ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。

理念のとおり「幸せスパイラル」を提供中です。



健康経営優良法人2017

永伸商事株式会社（尼崎市）

業態：娯楽業

わが社の健康宣言！

- ・社員全員が年間を通じて会社が指定するスポーツイベントに参加する（スポーツイベントは社内・社外を問わない）

健康宣言と出会う前からミライズ活動を通じ、様々な健康づくりの取り組みを行ってきました。

健康宣言との出会いは、平成28年度に協会けんぽ兵庫支部が開催した健康経営セミナーでした。

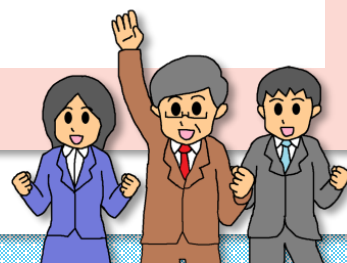
以前から取り組んできた健康づくりの取り組みと趣旨がマッチングすると考え、健康宣言を実施しました。

従業員で自転車、山登り、ヨガなどのクラブをつくり、毎月活動しています。

さらに、近隣の商店街のお店に従業員向けのヘルシー弁当をつくってもらったり、年2回の健診の受診といった以前からの取り組みを続けています。

そして平成28年度の秋には、協会けんぽ兵庫支部のサポートもあり、健康経営優良法人の認定に挑戦。

認定を受けてからは社外からも大きな反響をいただいています。





運動不足は生活習慣病の発症を手助けしてしまいます。
生活習慣病だけでなくメタボリックシンドロームの予防のためにも生活に運動を取り入れましょう。
まずは、自分のできることをできる範囲から始めてみましょう！

株式会社ソーラー（神戸市中央区）

業態：化学工業・同類似業

わが社の健康宣言！

- ・社員の運動習慣改善のため、外部機関主催の健康教室等に積極的に参加する

協会けんぽ兵庫支部が開催したメンタルヘルスセミナーで健康宣言を知り、取り組みを開始しました。

アシックスジャパン株式会社による健康教室の開催や、神戸市の歩KING歩QUEEN決定戦への参加により運動習慣改善を目指しています。

さらに、健診時に前立腺がん・乳がん・子宮頸がんの検査の受診を義務付けるなど、健康宣言が事業所として従業員の健康づくりを積極的にサポートするきっかけとなりました。

株式会社ブリッジ・エンジニアリング（神戸市中央区）

業態：専門・技術サービス業

わが社の健康宣言！

- ・ウォーキングイベントを定期的に実施します
- ・生活習慣病予防健診の受診率並びに健診後に受ける保健指導の受診率の向上に取り組めます

平成28年度から経営目標に「健康経営の推進」を取り入れました。

年に二回、事業所内のウォーキングイベント「チャレンジ・ウォーキング」を実施しています。また、人間ドック・脳ドックの受診費用を補助し、従業員の健康づくりをサポートしています。

もともと健康志向が強い事業所でしたが、健康宣言による社長の意思表示により、さらなる意識の高揚が期待できると思います。



角南商事株式会社（神戸市中央区）

業態：卸売業

わが社の健康宣言！

- ・アシックスジャパン株式会社様と協力してウォーキング講座や健康体操など、運動習慣の改善に取り組んでいくことをお約束します

従業員にできる限り長く働いてもらうため、また、優秀な人材の獲得に向けて健康宣言を実施しました。

現在、アシックスジャパン株式会社様との運動に関する取り組みを計画準備中です。さらに、残業削減に向けて働き方改革のプロジェクトを旗揚げし、ワークライフバランスにも取り組んでいます。従業員の意識も少しずつではありますが、変わってきているように感じます。

医療法人愛和会（神戸市灘区）

業態：医療業・保健衛生

わが社の健康宣言！

- ・職員は原則エレベーターを使用せず、階段を利用します

職員一人ひとりが自らの健康をしっかり意識できる良好な職場づくりを目指しています。

健康宣言に基づき、全職員が職場内の移動の際にはエレベーターを使用せず階段の使用を徹底しています。

そのほかにも、年に2回の健診の受診や敷地内の全面禁煙に取り組むなど職員全員で意識を高く保ち続けています。

無理な目標設定は禁物！

すぐに運動が続かなくなってしまうたり、逆に体を痛めてしまう恐れもあるよ。





健康づくりにおいては、身体の不調や異常の早期発見・早期治療が非常に重要です。

日ごろから自身の健康状態の把握しておくことは、体調の小さな変化に気づくきっかけになります。

神姫バス株式会社（姫路市）

業態：その他の運輸業

わが社の健康宣言！

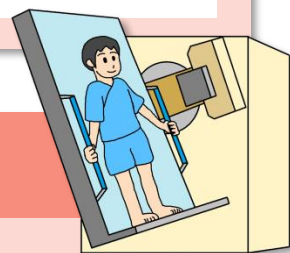
- ・心疾患検査を受診する
- ・脳ドックを受診する

かねてより乗務員の健康強化を図りたいと考えていたところ、協会けんぽ兵庫支部から健康宣言を紹介されました。

健康宣言に基づき、定期健診の検査項目に心疾患検査の項目を追加し、また、脳ドックの受診も行っています。さらに、すべての営業所に血圧計を設置し、自由に使用できるようにしています。

労使とともに協力して取り組むことで体の状態に目を向ける機会を設けることができていると思います。

今後は、営業所の自販機への特保飲料の設置、血圧計の利用促進、禁煙といったより日常的な取り組みを進めていきたいです。



株式会社ウエスト神姫（相生市）

業態：その他の運輸業

わが社の健康宣言！

- ・休み明けは出勤点呼時に体重測定します
- ・飲酒報告書に体重を記入します

協会けんぽ兵庫支部の事業所診断カルテで事業所の生活習慣病リスクの現状を知り、健康管理の重要性を再認識しました。

生活習慣病予防対策を取り組みテーマとして、休み明けの出勤点呼時に体重測定し、飲酒報告書に記録することを各長会議にて決定しました。

現在では、体重測定が習慣づき、休み明けだけでなく毎日測定している従業員もいます。

この取り組みが従業員本人の気づきにつながることを願っています。

石見サービス株式会社（丹波市）

業態：その他の運輸業

わが社の健康宣言！

- ・ 特定保健指導の実施
- ・ ドライバー出勤点呼時の血圧測定

平成28年度に協会けんぽ兵庫支部が開催した健康経営セミナーに参加し、健康経営の考え方に賛同し取り組みを始めました。

ドライバーの出発・帰庫時の血圧測定のほか、心と体に関する社内セミナーを定期開催し意識を高めています。

取り組みにより、自身の健康状態に関心を持つ従業員が増え、食べること・飲むことに以前より留意するようになりました。



関西化工株式会社（神戸市長田区）

業態：卸売業

わが社の健康宣言！

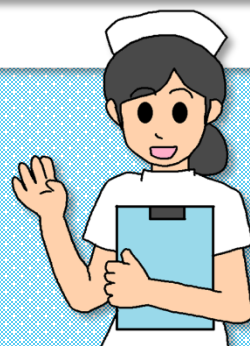
テーマ：めざせBMI22

- ・ 万歩計を使って毎日1歩でも多く歩く
- ・ 毎日血圧測定し記録する

協会けんぽ兵庫支部の事業所健康診断カルテで事業所の現状を知り、健康づくりを従業員本人任せにしたままでは、事業所のため、従業員のためにならないと気づきました。

「めざせBMI22」をテーマに、万歩計を活用し毎日1歩でも多く歩くという意識づけを行うとともに、事業所に設置した血圧計で血圧測定し、毎月末に報告を受けています。神戸市の歩KING歩QUEEN決定戦には4名が参加し、意識の高い従業員は以前にも増して自己管理を行うようになりました。

日々の健康管理とあわせて、年に一度は健診を受診しましょう。協会けんぽでは、35歳以上の被保険者を対象に生活習慣病予防健診（がん検診含む、協会けんぽが費用の6～7割を補助）を提供しています。





喫煙は、副流煙により自身だけでなく周囲の人にも影響を及ぼします。喫煙はあらゆる生活習慣病共通の危険因子であり、禁煙は最も優先すべき生活習慣改善の一つです。喫煙年数の長い方でも「禁煙を始める」に遅いはありません。

株式会社アストリーツコーポレーション（神戸市中央区）

業態：娯楽業

わが社の健康宣言！

- ・ 事務所内の全面禁煙
- ・ 保健指導の受診率向上
- ・ エレベーターを使わず階段の使用を推奨
- ・ インフルエンザ予防接種を社員全員が受診

従業員が定年まで健康で働ける職場環境をつくりたいという思いから健康宣言に取り組みました。

現在は、分煙と女性従業員の乳がん・子宮頸がんの早期発見のための検診を実施中です。

たばこを吸わない人も気持ちよく働ける環境に、また女性従業員が安心して働ける環境になり、事業所に対する信用も上がりました。

工成建設株式会社（姫路市）

業態：総合工事業



わが社の健康宣言！

〈禁煙のすすめ〉

たばこをちょっとやめてもいいかなと思っているあなたを
応援します ～あなたのからだ・健康のために～

「健康で明るく和やかな職場づくりをしよう」という考えのもと、高かった喫煙率の低下に取り組んでいます。

毎月初めの朝礼で〈禁煙のすすめ〉を励行。禁煙サポーターが禁煙に取り組む従業員を応援する体制となっており、サポーターが禁煙に取り組む従業員に「頑張っているか」等の声掛けを行う姿や、喫煙者が分煙に気をつかう様子が見られるなど、職場一丸となった取り組みを続けています。

健康宣言を開始した平成28年度は2名、平成29年度にも1名が禁煙に挑戦しています。



近年、急速に増加しているメンタルヘルス不調。平成27年12月にはストレスチェック制度がスタートするなど、心の健康づくりのための取り組みがより一層重要となってきています。

株式会社サニーズ・メディカル・コンサルティング・マネジメント（神戸市中央区）

業態：医療業・保健衛生

わが社の健康宣言！

- ・メンタルヘルスのスタッフ研修会を実施する。

職場の健康づくりに取り組むことが、従業員満足度の向上につながると考え、健康宣言を実施しました。

健康宣言の以前には、あまり力を入れていなかったメンタルヘルスに取り組むこととしました。

兵庫県の健康づくりチャレンジ企業制度に登録し、同制度の支援を受け、メンタルヘルスの研修会開催を計画しています。

健康宣言により、スタッフ間の雰囲気明るくなりました。



社会福祉法人神戸中央福祉会山手さくら苑（神戸市中央区）

業態：社会保険・社会福祉・介護事業

わが社の健康宣言！

- ・メンタルヘルスに関する研修会を実施する
- ・定期的に個別面談を行う

当事業所は、職員を人財・財産であると捉えて事業を運営しています。魅力ある施設づくりと働きやすい職場環境づくりに取り組んでおり、より具体的な目標の設定・周知が職員のモチベーションUPと効果的な取り組みにつながると考え、健康宣言しました。

ストレスチェックの義務化を受け、まずはメンタルヘルスに取り組んでいます。外部講師を招いての研修会を計画し、適切なセルフケア・ラインケアに努めています。また、メンタルヘルスに関する資料を回覧し、衛生委員会でも定期的に話し合うようにしています。

経営者側の思い・取り組みが徐々に職員にも伝わっているように感じます。また、登録認定証の掲示は外部からの評価にもつながっています。



事業所によって健康課題が様々であるように、その取り組み内容も様々です。自社の課題に合わせた、自社のための健康づくりに取り組みましょう。

株式会社システムリサーチ（豊岡市）

業態：情報通信業

わが社の健康宣言！

- ・社内健康マイレージ運動への参加率を40%以上にする

健康経営の一環で以前から兵庫県の健康づくりチャレンジ企業に登録していました。そして、健康宣言により従業員の意識向上・心身の健康を目指すとともに、社外にも健康経営の取り組みを発信していこうと考えました。

自社において「健康マイレージ」として、従業員各自が日々の生活習慣や運動の活動目標を立て、その取り組みを日々記録・数値化。そのポイントを年間通じて累積し、活動実績に応じて表彰しています。

取り組みにより、従業員の意識が高まり、クラブ活動を始めようというような動きも見られ、健康づくりの活動範囲が個人からグループへと広がりつつあります。また、新規採用活動においても多くの求職者から良い反響が得られています。

今後は、健康経営優良法人の認定にも挑戦したいと思っています。



日藤ポリゴン株式会社（多可郡）

業態：金属工業

わが社の健康宣言！

- ・健康に関する研修会を行う

協会けんぽ兵庫支部の健康経営セミナーに参加し、健康宣言することで自社の健康への意識向上を図ることができると思いました。

従業員向けの健康に関するセミナー開催を計画中です。

現在は、毎日のラジオ体操、全従業員の身体測定の実施、ストレスチェックの実施といった活動を行っています。

登録認定証の掲示、事業所としての意思表示を行うことにより、従業員の意識の向上につながりました。



まずはお気軽にエントリーを！！

さて、『わが社の健康宣言 取り組み事例集』はいかがでしたでしょうか。

ぜひ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には、協会けんぽ兵庫支部の職員が事業所診断カルテを持参のうえ、お伺いさせていただきます。

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、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	@		
○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				
○今回エントリーされたきっかけを教えてください。 1.健康経営セミナー 2.協会けんぽ職員による訪問 3.保健指導者の訪問 4.協会けんぽからの案内文書 5.ホームページ 6.その他（ ）				

◀ 発行 ▶

全国健康保険協会兵庫支部 企画グループ
〒651-8512
神戸市中央区御幸通6-1-12 三宮ビル東館2階
TEL : 078-252-8702
FAX : 078-252-8712