



健康経営優良法人
2022認定企業

から
取り組む

健康事業所宣言 取組事例集



おめでとうございます!

協会けんぽ京都支部の加入事業所様274社が **健康経営優良法人***に認定されました!この度認定された企業様に、健康づくりに関する取り組みの背景や事例等のお話を伺いましたので、協会けんぽ京都支部にご加入の皆様にご紹介させていただきます。

また、これからより一層健康づくりを推進される事業所様(「健康づくりチャレンジ企業」)にもお話を伺ってみました。

これから健康経営に取り組んでいきたいと考える事業所様にもご参考としていただけます。

すでに取り組みをすすめている事業所様も、本事例集を参考に、ぜひできることからステップアップを目指してみたいはいかがでしょうか。

*健康事業所宣言を行った法人から特に優良な健康経営を実践している企業等を経済産業省が制度設計した基準に基づき、日本健康会議が認定するもの。



全国健康保険協会 京都支部
協会けんぽ

トランシーバーの声

なぜ、いまわたしたちには健康経営が必要なのか

社員の健康づくりに積極的に取り組み、かつ地域において健康経営の発信を行っている企業さまから、これから健康経営をより一層推進したいと考えているみなさまへのメッセージをいただきました。



ローム株式会社

HP <https://www.rohm.co.jp>
業種 電気機械器具製造業

所在地 京都市右京区西院溝崎町21
従業員数 3,894名 (R4.6現在)



「なぜ、いまわたしたちには健康経営が必要なのか」現状把握とその対策としての取り組み

ロームでは、安全衛生方針にて「すべての事業活動において安全と健康が最優先である」と謳っており、社員の健康推進活動に積極的に取り組んでいます。

ロームは半導体製造メーカーで、現在平均年齢は41歳であり、1人当たりの医療費は全国平均及び京都支部の平均よりも低い水準となっていますが、社員の平均年齢は年々上昇しており、生活習慣病や高齢化などへの対策強化が必要だと考えます。

これまでの主な取り組みとして、1991年から継続的に開催している歩こう会やウォーキングキャンペーンなど、歩くことを中心とした運動習慣向上の機会の提供、心と体がともに健康であることを目指し、運動や食生活、生活習慣の改善に加え、メンタルヘルス等、各種健康づくりセミナーやイベントを積極的に開催してきました。特に歩こう会はロームを代表するイベントで多い時には500人規模で開催していました。

他に、地域における健康経営の発信や貢献活動としては、会社周辺の清掃活動や近隣の医療機関へコロナワクチンの接種会場を提供する等、コミュニケーションの活性化を図っています。

また、社員の高齢化対策として、エイジフレンドリー身体機能測定や中高年齢者向け健康セミナーの開催、転倒防止対策や照度調整等の職場環境の改善に取り組んでいます。

近年は、コロナ禍で外出自粛や在宅勤務による運動不足、食生活の乱れ、体重増加を訴える社員が多く、また、生活様式の変化による睡眠の問題、ストレスの増加、在宅勤務によるコミュニケーション不足など、新たに多くの問題が出てきました。

これらの対策として、自宅でできるエクササイズ動画の紹介や健康アプリを使用したヘルスアップキャンペーン、社員から募集した在宅勤務時に簡単に作れるヘルシーレシピ集の紹介、コミュニケーション法を取り入れたセルフマネジメントセミナーの開催、外部相談サービスEAPの導入ほか、感染予防も考慮し、コロナ禍でも工夫しながら様々な取り組みを行いました。

また、以前は大人数で実施していた歩こう会を「After 5 歩こう会」「好きな時に身近な人と歩こう会」と称し、勤務終了後や休日には少人数グループや家族単位での参加形態に変更し、コロナ禍でも楽しみながら運動できる機会の提供に努めました。



エイジフレンドリー身体機能測定



ヨガセミナー



自宅でできる運動紹介



After5歩こう会



ヘルシーレシピ集

多面的な健康づくり推進により、客観的な評価にも繋がる

これらの様々な健康づくりの取り組みが評価され、経済産業省「健康経営優良法人(ホワイト500)」に5年連続で認定されており、また、スポーツ庁「スポーツエールカンパニー」に2年連続で認定されています。

また、2019年より「がん対策推進企業アクション」の推進パートナー企業として、がん検診や胃カメラ検査の定期健診への組み込みをはじめ、がんになっても仕事ができる仕組み作りに取り組んでいます。



今後は「Rohm Health Challenge 7」を制定し、運動・食生活・睡眠・飲酒・禁煙・ストレス・適正体重の7項目の改善を新たな目標(指標)とし、さらなる包括的な健康づくり活動に取り組んで参ります。

最後に

社員の健康維持・向上のために健康推進活動に積極的に取り組むことで、ウェルビーイングが向上し、それが会社の生産性向上や持続的成長に繋がると考えます。

ロームでは、上記のような健康推進活動に取り組んでいますので、貴社も健康経営に取り組んでみてはいかがでしょうか。エールをお送りいたします！

トプランターの健康経営

導入から計画、実践のステップ

健康経営に取り組むこととなったきっかけから、課題意識に関すること、目標達成のための取り組みなど、「今日から」「京から」健康経営に取り組もうとされているみなさまに、ご参考としていただけるような事例をご提供いただきました。



株式会社 京応

HP <https://keio-web.com/>
業種 コンサルティング

所在地 京都市中京区御倉町85-1KDX烏丸ビル2F
従業員数 17名 (R4.3時点)



健康経営戦略マップで実現する well-being 型健康経営

健康経営に取り組むきっかけ

「幸福創造企業」を掲げる企業として、社員の健康増進・パフォーマンス向上を考える中、5年前に健康経営というキーワードに出会い取り組みをスタートさせました。

組織の体制

健康づくり推進委員会は「運動推進」「食生活改善」「働き方改革推進」「全体会議推進」の4つのグループを組成、産業医・保健師・管理栄養士のサポートを受けて毎月活動しています。

健康課題の内容

- ① メタボ該当が予備群を加えると27.3%。腹囲基準超過も50%を超える。
- ② プレゼンティズム19.3% (東大1項目版アンケート)。総損失額は約1,900万円と推定。
- ③ エンゲージメントスコア (独自サーベイシステム) 58ポイント。

数値目標の内容と期限

★いずれも2023年度3月末目標

生活習慣病予防・肥満者の減少

- ① 腹囲基準 超過比率の減少 **54.6% → 34.5%**
- ② 脂質検査 超過比率の減少 **27.3% → 17.3%**

※2023年度健康診断結果により判定

従業員の幸福度向上

エンゲージメントスコア 20%向上
※独自サーベイシステムにより判定

社員全体のパフォーマンス向上

プレゼンティズム損失 20%削減

東大1項目版アンケート※により判定

※東京大学政策ビジョン研究センター健康経営研究ユニットが作成した、プレゼンティズム (何らかの疾患や症状を抱えながら出勤し、業務遂行能力や生産性が低下している状態) の程度を測定できる尺度



健康経営戦略マップ

目標達成のための取り組み (主な取組)

- 健全な食生活者比率の向上……………年5回の食生活改善セミナー実施
- 運動者習慣比率の向上……………クラブ活動推進、ウォーキングイベント
- グループ交流、関係性の向上……………毎月全体会議実施 (対話と学習)
- エンゲージメント・幸福度向上……………well-being ダイアログカードの実践
- 健康増進習慣化の推進……………健康わくわくマイレージポイントの導入

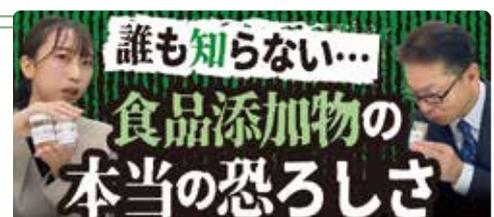


健康わくわくマイレージ

取組結果 (効果検証)

食生活改善セミナー実施によって朝食摂取や栄養バランスを考える人が増えました。特に食品添加物についての知識が増え、食生活が大きくなりました。(社内アンケート結果集計より)

独自サーベイシステムによってメンタル、フィジカル、エンゲージメントは毎月データ検証。何れも3ポイントアップしています。



食生活改善セミナーに活用した動画



株式会社 サンフレッシュ

HP www.super-sunfresh.net
業種 スーパーマーケット

所在地 京田辺市河原御影30番地の8
従業員数 200名 (R4.6現在)



労働時間の適正化等によるワークライフバランスの実現

健康経営に取り組むきっかけ

経営理念である「衣食住の真ん中にある『食』を通じてみなさまの健康と豊かな生活のお役に立てるように」との思いは、健康経営に通じると思い、導入することを決意しました。

お蔭様で2019年から2022年まで4年連続「健康経営優良法人」の認定をいただきました。

組織の体制

- ・総務部が中心となり、会社全体の活動を展開
- ・各店舗の店長が中心となり、従業員の健康管理・労務管理を実施

健康課題の内容

【労働時間の適正化等によるワークライフバランスの実現】

以前は長時間労働により健康面で不安をかかえる従業員もおりましたが、労働時間の適正化の取組により心身のリフレッシュにつながり、その結果、業務に対する活力や生産性が向上し、結果的に業績などの向上にもつながると考えました。

数値目標の内容と期限

数値目標等の内容

残業時間の削減

目標値(現状値→目標値/達成年度)

スタート時点 45時間 >>> 目標 30時間(令和4年度)

目標達成のための取り組み(主な取組)

以下の活動により、社員全体が「メリハリがある、創造的な仕事」ができるように心掛けました

- 管理者が現状の人員配置を確認してバランスよく人の配置を考える。
- 作業内容を洗い出して仕事の優先順位をつける。
- 労働環境を見直して、生産性を向上させる。

具体的には、下記の取組を実施しています

- ・ 残業、有給休暇の自己申告制度の導入
- ・ 管理職と一般社員が同時にハラスメント講座を受講
- ・ 健康経営ワンポイントアドバイスの配信
- ・ 健康習慣アンケートの継続的な実施
- ・ 健康講座(生命保険会社主催)の受講
- ・ 社内禁煙制度の導入
- 従業員の自主性・創造性を尊重する企業風土の醸成
会社の理念を「創意・工夫・実行」としていることもあり、従業員の自主性・創造性を尊重し、「働きがいのある職場」を目指して日々の業務において積極的な提案(「ことポップ」等※)をいつも募っています。
※ 商品の名称・価格だけでなくお客様の心をつかむアイデアを散らばめて製作する店頭広告・宣伝物のこと



いきいきと働く従業員と職場の様子

取組結果(効果検証)

推進計画により年々残業時間は減少しています。特定の人に仕事が集中しない様な体制作りと能力にばらつきがある場合に個別に社員教育を実施した結果、令和3年度は、平均30.6時間となり、大きく残業時間を削減することができました。



三共精機 株式会社

健康経営優良法人
Health and productivity
プライト500

HP <https://www.sankyo-seiki.com/>
業種 専門商社

所在地 京都市南区吉祥院九条町49番地
従業員数 76名 (R4.7時点)



オンラインを活用したコミュニケーションの活性化

健康経営に取り組むきっかけ

きっかけがあり取り組み始めたのではなく、その時その時の社員からの提案や、会社として取り組むべき事項を1つ1つ実行、継続をしていった結果、それらが健康経営に繋がる取り組みとなっていました。



組織の体制

各拠点の健康づくり担当者、衛生委員会メンバーを中心に、取り組みの社内浸透の支援や進捗管理を実施しています。

健康課題の内容

【従業員間のコミュニケーションの促進】

コロナ前は年に3回の社員総会での親睦会や、ボランティアでの森林保全活動等、部署や拠点の垣根を越えて、社員同士がコミュニケーションを取る機会が多くありましたが、コロナ禍により社員間の対面のコミュニケーションが減少しました。

在宅勤務や拠点間の移動の制限などにより他拠点の社員とのコミュニケーションが難しくなりました。

数値目標の内容と期限

数値目標等の内容

社員同士のコミュニケーションをはかる場の数

目標値(スタート時点→目標値/達成年度)

スタート時点 4回 >>> 目標 8回 (令和3年度)

オンラインミーティングツールを新たに契約することで、対面だけでなくオンラインの場も活用して他拠点の社員同士で親睦を深める催しを企画しました。イベントごとに責任者を決定し、コミュニケーションツールにて詳細を発信することで定期的な開催を実現しました。

目標達成のための取り組み(主な取組)

より多くの参加者を募るために開催当日までに定期的に情報発信や個別の声かけを行いました。出席に通信などの障害が出た際の個別フォローも実施し、オンラインが苦手な方のハードルを下げられるようにしました。希望者へは会社用PCや携帯電話などの持ち帰りも許可、誰もが気軽に参加ができるようにいたしました。

取組結果(効果検証)

オンラインと対面のハイブリッドで7回、オンラインのみの交流を3回実施。合計10回の開催を実現しました。

他にも週に1度の全従業員での運動時間の設置や、フレックスタイム制の導入など、従業員の心と身体の健康を増進できる取り組みを行っています。



オンラインを活用したコミュニケーション



綾部商工会議所

HP <https://ayabe-cci.jp/>
業種 地域総合経済団体

所在地 綾部市西町一丁目50-1
従業員数 18名 (R4.6.1現在)

健康経営に取り組むきっかけ

当所では、特定保健指導の対象者や日々の体調不良を訴える職員が増えてきていました。事務仕事を中心で業務時間中は体を動かすことがほとんどないことから、健康への意識が高い職員を除いて運動不足に陥っているのが主な原因でした。

そこで、健康への意識の向上を目的に、平成30年から協会けんぽの「京から取り組む健康事業所宣言」を行い、「階段」利用の推進などを行いましたが、取り組む内容は本人の意思に任せる部分が大きく軌道にのることはありませんでした。運動をすることが日々の習慣になるような体系的な仕組みが必要だと考え、令和2年から本格的に健康経営に取り組むことになりました。

組織の体制

専務理事の指揮監督のもと、総務課の「健康経営」担当者が実務を行っています。

なお、「健康診断」などの実際の健康管理は総務課長が行っており、特定保健指導や健康相談窓口としての役割を担っています。

主な取組

令和2年から健康経営の取り組みを開始し、ラジオ体操や階段利用、万歩計による歩数管理など、日常生活に運動を取り入れてフィジカル面での健康増進につなげてきました。次第に体力をつけた職員は、各々でも山登りやランニングを始めるなど、自身の健康について前向きに考えはじめるきっかけとなりました。

令和3年は、その効果を踏まえこれまでの取り組みを継続したうえで、更にメンタル面での健康をサポートする取り組みを行いました。

心身ともにバランスのとれた取り組みを行うことで、職員の更なる健康増進を図り、健康で活力のある職員による組織の活性化を目指しています。

取り組み内容

フィジカル面での取り組み

● 1・Tビル4階事務所までの階段利用の推進

→「目指せ！エベレストへの道」と題し、エベレスト（標高8,848m）の登頂を目指す設定で推進を行いました。綾部商工会議所が入居する1・Tビル4階までの高さを20mとし、1年間で443回の階段利用によりエベレストの登頂を目標に取り組みました。

● 万歩計により日々の歩数を測定

→1日の目標を8,300歩とし、1年間で近畿を一周(1,000km)するという設定で行いました。



近畿一周

※「エベレストの登頂」では、階段利用の都度、正の字で表に書き込み、「近畿一周」では、色違いの押しピンで各個人の現在地を表示しました。それぞれの進捗状況が見える化することにより、お互いのモチベーションを高める効果がありました。

メンタル面で取り組み

● お寺で心と体のリフレッシュ

地元の正暦寺というお寺で実施されている寺業体験に参加しました。普段、あまり体験することがない取り組みでしたので、休日での実施にもかかわらず、多くの職員が参加し座禅と山行を行いました。

→座禅「竹林座禅」と山行「八十八地蔵参り」を体験しました。

竹林座禅…座禅をすることにより日々の生活で蓄積されたストレスや雑念を取り除き、心の健康を取り戻す。

八十八地蔵参り…山中にある八十八ヶ所のお地蔵さんを参りながら山頂を目指す。

● 健康セミナーの開催

協会けんぽの「健康講座」を利用した健康セミナーを実施しました。

→メンタルヘルス対策として、マインドフルネスについて学びました。



目指せ！エベレストへの道



竹林座禅の様子



株式会社 藤大

健康経営優良法人
Health and productivity

HP <https://fujiharu-kyoto.jp/>
業種 製造業

所在地 亀岡市ひえ田野町太田竹ヶ花10-6
従業員数 75名 (R4.6現在)

健康経営に取り組むきっかけ

お付き合いのある企業様からのお勧めと生命保険会社の健康経営アドバイザーをご紹介いただいたことで導入することとなりました。健康経営の説明を受けた際、従来から取り組んできたことが多くあり、この取り組み内容をさらに充実させていくことが、経営理念に掲げている「人を大切に、一人ひとりに思いやりを持って向き合う」という想いを実現することに繋がると感じました。また、大切な仲間である従業員の急逝に直面し、あらためて健康であることの大事さを痛感しました。健康経営を通して、従業員の健康に会社がもっと関わっていく必要があると実感しています。

組織の体制

健康経営を始めた当初から、健康づくり担当者を設置しています。担当者は、衛生管理者であり、従業員の健康課題の把握や、健康診断等の連絡窓口の実務を担っています。経営者層や社員に対して、健康経営の取り組み方針・進捗状況及び結果を報告・相談し、全員で健康経営に取り組める体制を整えていけるよう努めています。健康に関する情報や講習なども積極的に取り入れるように心がけています。また、産業医や健康経営アドバイザーと連携し、従業員の健康保持・増進に関する取り組みを推進しています。

主な取組

- 毎年秋ごろに藤大感謝祭と称して、社員がパート従業員やご家族に対して日頃の感謝の気持ちを込めて、すべて手作りでおもてなしをするイベントを行っています。コロナ禍前は、会場を貸切って集まっていたが、現在はドライブスルーという形で感染症対策を行いながら実施しています。普段、お話しする機会のない従業員同士がふれあう場になり、健康経営の指標の一つでもあるコミュニケーション促進につながっています。
- 2019年12月に京FUJIHARUカレー店をオープンしました。きっかけは、本業である精密機器の外観検査を行う仕事は、年齢による視力低下で長く続けるのは厳しく、退職を志願する従業員もいるという現状で、「元気でいつまでも働ける場所を作りたい」との思いから、お店を始めました。京FUJIHARUカレーは、食の健康を考え、安心安全の材料だけを使って作り、地産地消で地域にもやさしいカレーを提供しています。



感謝祭の様子(コロナ禍前)



キッチンカーに子どもの絵をラッピング

- 「こどもミュージアムプロジェクト」に参画し、京FUJIHARUカレーのキッチンカーと会社前に設置の飲料自動販売機に、従業員の子ども達の絵をラッピングしています。飲料自動販売機は、従業員だけでなく地域の方も利用することができ、一人でも多くの方に安全運転を心がけてもらえるようにと願っています。今後は、社用車にも子ども達の絵をラッピングしていく予定です。
- 飲料自動販売機には、健康志向飲料を導入し、まずは身近な飲み物から食生活を改善することを意識しています。

- 亀岡市にある、学習塾・武道・就業力を学ぶことができる文武両道の社会教育塾「Sky Punch」の地域メインサポーターを務めています。毎週金曜日に空手エクササイズを実施されており、従業員の運動不足解消とストレス発散になるように、費用を会社が負担していつでも利用できるようにしています。現在、数名の女性従業員が積極的に通っています。



空手エクササイズ

- 生命保険会社からいただく、「健康経営ワンポイントアドバイス」を毎月のお給料明細に同封し、従業員だけでなくご家族にも幅広く健康についての情報共有を行い、健康意識を高め維持できるように工夫しています。また、休憩室にも健康に関する情報を掲示し、関心を持ってもらえるようにしています。年に1回、健康習慣アンケートを実施してもらい、従業員の健康課題を把握するように努めています。
- 定期健康診断後の二次健診受診率100%の実現に向け、対象者にむけて声掛けを徹底しています。
- AEDの設置をし、万が一の際、従業員がAEDによる救命処置ができるよう準備を整えています。



西田工業 株式会社

HP <http://nishidakougyou.co.jp/>
業種 総合建築業

所在地 福知山市字天田小字犬丸131番地の1
従業員数 34名 (R4.5現在)

健康経営に取り組みきっかけ

「全社員とその家族の未来の幸せを築く」の企業理念のもと、2018年5月に健康保険委員を担当とし、健康づくりの環境整備や維持・増進に向けた取組、又健康経営優良法人の認定に向け活動をスタートしました。

組織の体制

- 健康づくり担当者として健康保険委員が企画等を行っています。
- 中丹地域産業保健センターを活用して医師による意見聴取を行っています。



主な取組

健康づくりの環境整備として、事務所内の禁煙、毎朝のラジオ体操、インフルエンザの予防接種の費用補助等を継続的に実施しております。また、近年は新型コロナ対策として検温計や消毒マット、パーテーションの設置も早期より実施してまいりました。

健康診断の受診率100%はもちろんのこと、健診結果について医師の意見聴取、特定保健指導の実施、女性の健康保持・増進に向けた取り組みとして乳がん・子宮頸がん検診の費用補助、ヘルスリテラシー向上のための全役職員を対象とした外部講師による「健康講座」も毎年開催しております。

また、外部機関との連携、健康に関する取り組みの、より充実化を図ることを目的とし、協会けんぽ京都支部の健康測定器貸出制度の活用(2021年糖化年齢測定器)、「京から取り組む健康事業所宣言」にエントリーし、京都府の「きょうと健康づくり実践企業」の認定を受けるなど、健康意識の向上につながる活動を社内外に発信しております。

今後は状況をみながら心身のリフレッシュを兼ねた全役職員参加イベントなど、メンタルヘルスを意識した取り組みも再開していきたいと思っております。

様々な施策に取り組んだ結果、2019年より「健康経営優良法人(中小規模法人部門)」に認定され現在も継続中です。

これらを継続的に実行し、企業理念である「全社員とその家族の未来の幸せを築く」を基に、企業ビジョンである「働き甲斐のある職場環境」を構築するため、今後も心身ともに健康に向けた取り組みを推進してまいります。



2018年 健康講座



2021年 糖化年齢測定器



富士倉庫運輸 株式会社

HP <https://www.fuji-soko.com>
業種 倉庫業・運送業

所在地 京都市伏見区横大路柿ノ本町13番地の1
従業員数 50名 (R4.4現在)

健康経営に取り組みきっかけ

従業員の平均年齢が上がるとともに、生活習慣病のリスクも上がっていることが健診結果で見えてきました。
『従業員は会社にとっての財産』
財産を守り、かつ若手人材の育成にも繋がると思い、従業員と共に心と体の健康意識のUPを目標に始めました。

組織の体制

- 健康保険委員の所属する総務課を中心とした体制
- 従業員の健診結果等に関しては産業医の意見を参考に面談等を実施
- 健康経営アドバイザー有資格者の意見を聞きながら取り組みを実施



主な取組

社長とお付き合いのある健康経営アドバイザーのサポートを受け、出来ることから従業員と共に健康志向への第一歩として健康経営に取り組んできました。

● 禁煙宣言報奨金制度

まず始めたのが『禁煙宣言』。喫煙者が社内の約半数を占めていた当社において禁煙すると宣言することは、なかなか容易な事ではなかったと思います。喫煙歴20年以上の課長が禁煙を成功させたことは他の従業員の励みにもなったと思います。

制度としては、半年禁煙で5万円支給、1年間でさらに5万円支給を行います。社内で見守りながらの取り組み実施を心掛けています。

● リフレッシュ休暇制度の導入

年次有給休暇に加えた休暇制度を導入しています。勤務年数によって日数が増加していくような仕組みをとっています。

● 協会けんぽの健康講座の利用

ここ数年、協会けんぽの健康講座を利用しています。当社は、倉庫業・運送業でなかなか交流の少ない従業員同士も一緒にストレッチをしたりして毎回わいわい楽しく受講しています。

受講テーマは毎年社内のニーズに沿って選定しています。社内アンケートはもちろん、取引先の金融機関から紹介された「会社(従業員)の幸せ度」を数値化するサービスを利用した結果を参考にして何が社員の幸せ度の向上に足りていない部分なのかチェックするなど、従業員のニーズを把握するのにあたって工夫をしています。今年もどの講座メニューを受講したいか社内アンケート等を取りながら、みんなの希望の講座を受講する予定です。

また、開催にあたって、多くの従業員に受講してもらうため、毎月行っている安全会議(作業環境の質の向上や運転業務の安全に関することなどについて議題としている会議)の後に健康講座を組み込むなどの工夫をしています。いつも約半数の従業員が参加できています。

● 協会けんぽの健康測定器無料レンタルの利用

健康講座とあわせて協会けんぽの健康測定器も利用しています。こちらも、利用者を増やすための工夫として朝礼での声掛けを行っています。勤務中に測定する従業員がほとんどで、社内のコミュニケーションの活性化につながっていると感じています。



協会けんぽの健康講座の利用



協会けんぽの健康測定器
無料レンタルの利用



ブロン電機 株式会社

HP <http://brondk.com/>

所在地 京都市上京区御前通今出川上ル北町644

業種 各種トランス製造・配電盤、制御盤組立

従業員数 18名 (R4.6現在)

健康経営に取り組みきっかけ

2019年4月に、お取引の生命保険会社様から健康経営をご紹介いただき、【企業の持続的な発展のための必要不可欠な未来への投資】という言葉が取組の後押しとなりました。

直ちに協会けんぽの「京から取り組む健康事業所宣言」を行いました。



本社社屋

組織の体制

社員数が社長以下18名の電気機器の製造を行っている小さな会社ですので、組織の長として松原社長が、健康経営アドバイザーと健康保険委員はトランス課主任が担当しています。

主な取組

当社は1924年の創業ですので2年後には100周年を迎えます。長い歴史の中でもこれまではせいぜい年に1度の定期健診と2度の特殊健診で済ませてきましたが、少数精鋭の元にもものづくりに励むためには健康な身体づくりをする必要があります。

100周年を迎えるに当り、「100才まで働こう!」をスローガンに定め、社員それぞれが心と身体の健康を増進・維持し、仕事に励んでくれるように体制を整えています。

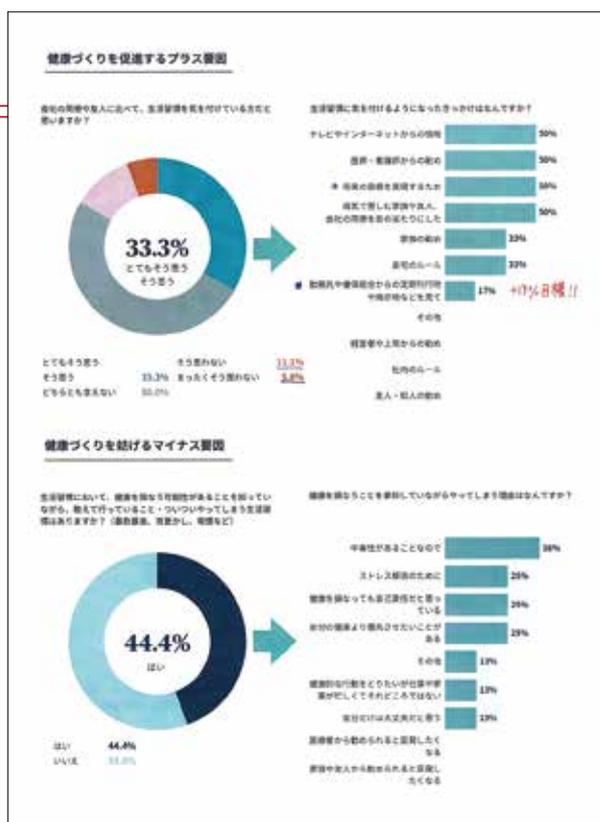
そのために

1. 働き方改革と健康経営を一体とした体制作り
2. 健康習慣アンケートを行い社員の生活習慣の見える化とプラス、マイナス要因の特定
3. 新型コロナウイルス感染症対策
4. 畑を借りて社員、その家族と野菜作り

に取り組んでいます。



2021年3月 健康経営優良法人 2021年の認定を受ける
2022年3月 健康経営優良法人 2022年の認定を受ける



アンケート結果



社員とその家族での畑仕事

健康づくりチャレンジ企業

チャレンジ
企業

株式会社 東洋

HP <https://toyo-group.co.jp/>
業種 事務機器 卸・小売業

所在地 京都市山科区東野八反畑町21
従業員数 76名 (R4.4現在)

令和3年度中に、「健康事業所宣言」にエントリーをされ、これからより一層健康づくりを推進される事業所様の事例です。

健康経営に取り組むきっかけ・健康事業所宣言にエントリーしたきっかけ

社会のニーズの変化に対応するべく事業の多様化に伴い多様性を意識した採用や働き方に取り組む中、就業規則など、ルールが旧態依然の現状がありました。結果的に働き方が変わらず休み方が変わっただけで、年に1名ほどが体調不良や心身のバランスを崩してしまうことがあることに危機感を感じておりました。

短時間で生産性を上げることを考えた際に、必然的に社員の健康が最も重要であるというところと取り組む中で、この制度を知りエントリーいたしました。外部からの評価が社員の安心につながると考えているからです。

組織の体制（担当者の配置・担当課の設定等）

- 健康づくり担当者…事業主
- 社内サポートのメンバー…「働き方改革」部門と「人事・採用」部門のプロジェクトメンバーが健康づくり担当者をサポート
- その他…生命保険会社と連携し、メンタルヘルスに関する対策を行っています

主な取組

【就業規則の見直し】

- 超過勤務について「事前申請」を必須とすることで、超過勤務の削減に繋げることができました。
- 有給休暇の取得率を上げるため、リフレッシュ休暇を創設。一年に一回、連続した9連休が取得できるような仕組みにしました。

【福利厚生の改善】

- スポーツジム等外部施設の利用補助等や、社員同士のスポーツへの取り組みへの資金援助を行う等、運動促進を中心とした改善を行いました。

【レクリエーションの実施】

- 社員同士でグランピングをしたり、同業他社とフットサル大会をしたりする際の費用補助を行いました。



プロジェクトメンバーとの会議



社内レクリエーションの実施

【広報欄】 京都支部の「京から取り組む健康事業所宣言」とあわせて取得される事業所様が増えています

京都府「きょうと健康づくり実践企業」認証制度のご案内



随時
受付中

京都府では、がん検診受診率の向上や健康づくり活動に取り組む企業を「きょうと健康づくり実践企業」として認証しています。大切な従業員の健康を守り、働く世代の健康づくりを推進しましょう。



認証までの流れ



認証申請

企業の取り組みを審査

認証決定



対象 常勤従業員が計5名以上の事業所

認証期間 1年間

認証企業のメリット

- ・従業員の健康づくりに積極的に取り組む健康経営企業として、企業HP、製品、名刺、広告等、広くアピールできます。
(認証賞、ステッカー、ロゴデータが送られます)
- ・認証企業を京都府HP等で、広く府民にPRします。

企業の取り組み

- ・がん検診・特定健診受診促進へ向けた取り組み
- ・健康づくりの取り組み
- ・受動喫煙防止対策



認証基準

- ・健診・保健指導、がん検診、健康づくりに関する取り組み等、6項目のうち4つ以上の項目に該当していること
 - ・受動喫煙防止対策の措置を講じていること
 - ・過去5年間に重大悪質な事案により法令に違反し、処分等を受けたことがないこと
- 詳しくは京都府HPよりご確認ください

手続き方法

申請様式をそろえ、持参・郵送にて京都府健康対策課または京都府保健所に提出してください。
(京都市内の事業所については、京都府健康対策課へ提出してください)

お問い合わせ先 京都府 健康対策課
☎075-414-4738 📠075-431-3970 ✉kentai@pref.kyoto.lg.jp

詳しくはこちらから /
きょうと健康



協会けんぽと一緒に健康度アップを目指す

健康経営® チャレンジプログラム

協会けんぽでは、事業所様と協会けんぽとのコラボによる従業員様の健康づくりをサポートしています。自社の実情に応じて、協会けんぽと一緒に健康度アップに向けてステップアップをしていきましょう！

「健康経営®」は NPO 法人健康経営研究会の登録商標です

STAGE
1

健康保険委員への登録

まずは健康づくり担当者・健康保険事務
担当者を“健康保険委員”に登録

登録すると…

- ・制度案内や申請書の書き方をまとめた便利なガイドブック進呈
 - ・WEB研修会のご案内
 - ・保健師等のプロによる健康講座
 - ・事業所健康度カルテ*の提供
- ※35歳以上の健診受診者が10名以上の事業所を対象に提供

健康保険委員については
こちらから



STAGE
2

健康事業所宣言の実施

事業所内の健康づくりの方針を定め
“健康宣言”として社内外へ周知

健康宣言をすると…

- ・健康宣言証の交付
- ・京都支部HPへの社名公表
- ・健康測定器レンタル
- ・健康宣言事例集の提供
- ・京都信用金庫の金利優遇

健康事業所宣言については
こちらから



STAGE
3

健康経営の実践

健康宣言をもとに、協会けんぽとのコラボによる健康経営を実践

健康経営の実践により…

- ・従業員の満足度向上
- ・人材の確保、定着
- ・健康宣言事例集への掲載
- ・外部機関の認証制度取得によるPR効果

〈例〉
経済産業省等「健康経営優良法人」
京都府「きょうと健康づくり実践企業」



“健康経営が当たり前”

そんな会社を目指して、継続的に取り組むことができる体制づくりがポイントです



健康経営の
PDCA
イメージ



発行

全国健康保険協会京都支部
企画総務グループ

〒604-8508

京都市中京区烏丸通六角下ル七観音町634 カラスマプラザ21 1F

☎075-256-8636

☎075-256-8670

2022年8月発行