



だから私たちは健康経営はじめました

# 健康経営

## 成功例

すぐに取り組める **14** の事例

取り組みスタートまでの流れ

継続の秘訣

効果・メリット

令和6年度 健康経営優良事例集

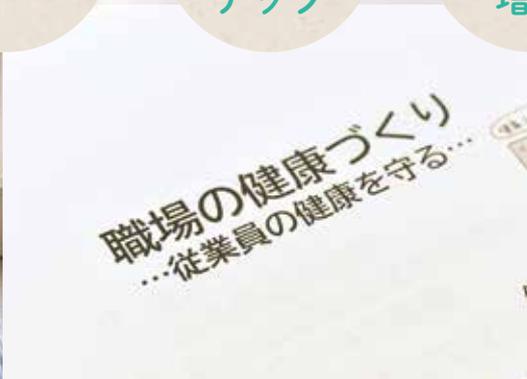
従業員の  
やる気  
アップ

生産力  
アップ

企業の  
イメージ  
アップ

就職  
希望者の  
増加

取引先も  
安心



全国健康保険協会 三重支部  
協会けんぽ

## 目次

支部長メッセージ	02	二次検診受診勧奨	
会社で従業員の健康管理に積極的に関与する大切さ	03	株式会社GMC	15
健康事業所宣言しましょう	04	株式会社アイフク・テック	16
使おう！協会けんぽのサポート		その他	
サポート1 生活習慣病予防健診	05	株式会社 NTN多度製作所	17
サポート2 健康サポート(特定保健指導)	06	株式会社飯田商事	17
健診受診率向上の取組		株式会社アイフク・テック	18
廣瀬精工株式会社	07	伊勢湾倉庫株式会社	18
株式会社ゴーリキ	08	三重とこわか健康経営カンパニー(ホワイトみえ)認定制度	19
株式会社 NTN多度製作所	09	協会けんぽ三重支部の協定先自治体の取組使おう！地元の健康サポート	21
株式会社GMC	10	三重産業保健総合支援センターの紹介使おう！さんぽセンター	23
健康サポート利用率向上の取組		協会けんぽのインセンティブ制度活用しよう！インセンティブ制度	25
廣瀬精工株式会社	11	協力事業所一覧	26
株式会社アイフク・テック	12		
株式会社三重平安閣	13		
伊勢湾倉庫株式会社	14		

### 「健康経営®」とは？

従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することです。

健康投資を行うことで、

**従業員の健康増進、組織の活性化や生産性の向上**が期待されます。

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

## 協会けんぽ 三重支部長あいさつ

### 支部長メッセージ

全国健康保険協会 三重支部  
支部長 内藤 誠



### 職場の健康づくりは経営者の皆様が 責任をもって取り組んでいかなければならない時代です。

日頃より協会けんぽ三重支部の事業運営にご理解とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。

協会けんぽ三重支部では、平成27年より「健康事業所宣言」事業として、職場の健康づくりに取り組む企業を登録し、サポートを行っております。「健康事業所宣言」の登録事業所も1,000社を超え、事業所において従業員の健康に配慮することへの意識の高まりを感じております。職場の健康づくりは経営者の皆様が責任をもって取り組んでいかなければならない時代です。

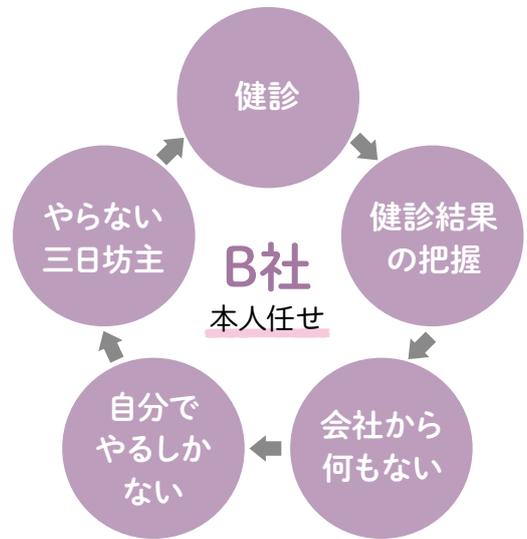
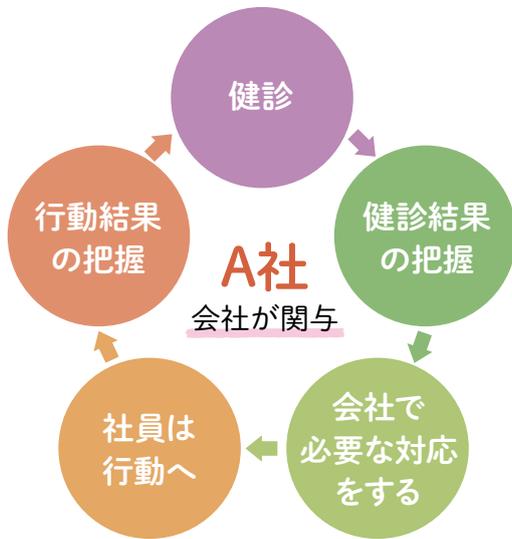
私どもが健康づくりについて加入者の皆様に推進していることのひとつとして「健康づくりサイクル」を実施していただくことがあります。「健康づくりサイクル」とは健診後、生活習慣病のリスクがある従業員には健康サポート(特定保健指導)を受けられる体制を事業所が整え健康サポートを利用させる。医療機関への受診が必要な従業員に

は事業所が声を掛け、速やかに受診をしてもらう。そして、健診結果に基づきそれぞれ適切に生活習慣の改善を行ったうえで、次年度の健診に臨む、といったものです。健診後の従業員の行動を本人任せにしない健康管理体制は事業所にとって重要です。

今回ご紹介する8社は自社で従業員の健康増進のために実践できることを工夫しながら取り組まれ、さらに「健康づくりサイクル」を実施されています。「健康事業所宣言」をはじめている、または、これから始めようと検討しているすべての事業所様に本事例集をお役立ていただければ幸いです。

最後に、当事例集の作成にあたりご協力いただきました皆様に厚く御礼申し上げます。

# 会社で従業員の健康管理に積極的に関与する大切さ



## 人は必ずしも合理的ではない

健診結果が悪くても、自覚症状がない限り放置。自覚症状が出ても受診を先延ばす人も。

人はわかっているにもかかわらず、自分のことに関しては、合理的な行動がとれない場合があります。

大切な自分の健康のことなのに、自分のことだからつい後回しにしてしまうのも、その一つ。

でも、自分の大切な人が健診で要治療や要精密検査と判定されたら、医療機関の受診を勧めませんか？

少子高齢化により働き手が減り、労働力不足が進む現在。

今いる大切な従業員様に健康で永く働き続けてもらうには本人任せでは限界があります。

会社で従業員様の健康を守る仕組みを整え、積極的に関与することが今、求められています。

## 事業主様・ご担当者様へお願い / 健診後はアクションを

健康保持・増進には、健診受診後に、適切な行動をとることができるかが重要です。

会社として従業員様には健康で元気に働き続けてほしいという想いを伝え、健診後に適切な行動をとらせてください。ここで本人任せにしないことが、健康経営です。

### 健診

#### ➡ 医療機関への受診が必要

健診の結果、「要治療」「要精密検査」と判定された従業員様がいたら、会社として医療機関への受診を勧奨し、受診結果まで把握しましょう。

#### ➡ 生活習慣の改善が必要

健診の結果、メタボリックシンドロームのリスクのある方を対象に保健師や管理栄養士等が健康サポートをします。健診当日や健診後事業所での時間と場所の調整をお願いします。

#### ➡ 異常なし

健康づくりを継続して、毎年健診を受けましょう。

会社で健康管理を積極的にやるなら

# 健康事業所宣言しましょう

三重支部では  
1,000社以上が  
宣言中!

## 「健康事業所宣言」とは?

会社で取り組むべき健康管理項目23個の中から、  
自社にあった項目を選んで無理なく健康づくりを開始することができる、  
それが協会けんぽ三重支部が実施している「健康事業所宣言」です。  
下記の流れに沿って、ぜひ健康事業所宣言にご参加ください。



## 健康事業所宣言するまでの流れ

- STEP 1
- STEP 2
- STEP 3
- STEP 4
- STEP 5

### 健康事業所宣言パンフレット&カルテセットの入手

送付依頼書を協会けんぽ三重支部にFAXしてセットを取り寄せましょう。

送付依頼書は  
こちらから



### 健康課題の把握

セットが届いたら、事業所カルテ\*や自社でお持ちの従業員様の  
健診結果などを確認し、自社の健康課題を把握しましょう!

### エントリーシートの記入

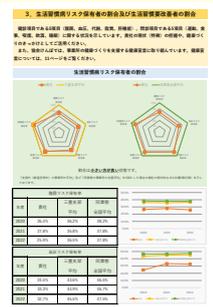
自社の健康課題に対応した項目を中心に取り組む内容を決定。

### エントリーシートのFAX

エントリーシートを協会けんぽ三重支部にFAXしてください。

### 健康宣言書が届いたら、健康づくりをスタート!

健康事業所宣言の認定がされると健康宣言書が届きます。  
エントリーシートに記入した取組の達成を目指して頑張りましょう!



\*協会けんぽが保有する貴社の健診結果データ等を分析したものが事業所カルテです。被保険者数や当協会が保有する健診結果等データの内容により、事業所カルテを提供できない場合は、県内同業種と全国同業種を比較した「健康度カルテ(業態別)」を提供させていただきますので、参考としてください。

## 回そう!

## 健康づくりのPDCA

健康事業所宣言した後は、協会けんぽ  
三重支部から健康づくりに役立つ情報  
誌を年に4回、季節ごとにお送りします  
ので社内でご活用ください。年度末には  
最新の事業所カルテ等をお送りします。  
取り組んだ結果や社員の健診結果など  
を確認し、必要に応じて翌年度に取り組  
む項目や内容を見直すなど、健康づくり  
のPDCAを毎年回していきましょう。



使おう!

## 協会けんぽのサポート

さらに充実、一步先へ! 協会けんぽの健康づくり事業

### サポート1 生活習慣病予防健診

35歳以上の被保険者様のために協会けんぽがご用意している健診です。



#### お勧め理由①

### 定期健康診断より内容が充実

協会けんぽの生活習慣病予防健診は、

- 血圧測定
- 血液検査
- 尿検査
- 心電図検査
- 胸部レントゲン検査
- 胃部レントゲン検査
- 便潜血反応検査

メタボリックシンドロームとともに

**5大がん** 肺 胃 大腸 子宮 乳房 までカバー!

※子宮頸がん検診、乳がん検診は、別途自己負担金が必要です。

※メタボリックシンドロームとは、お腹まわりに内臓脂肪がたまることで悪玉のホルモンが分泌され、高血圧・高血糖・脂質異常等が起こり、生活習慣病になりやすくなっている状態のことです。

#### お勧め理由②

### 協会けんぽからの補助あり

### 生活習慣病予防健診等の自己負担の軽減



19,000円相当の健診が自己負担5,282円程度で受けられます。



令和6年4月より、検査項目が人間ドック並みになる付加健診の対象年齢が**40歳、50歳**に加え、

**45歳、55歳、60歳、65歳、70歳**も対象になりました。

※付加健診とは、節目の年齢において、肝臓、胆のう、腎臓といった腹部の臓器の様子を調べるための腹部超音波検査や、高血圧・動脈硬化などを見つける手がかりとなる眼底検査といった、より詳細な健診です。

**70%**



利用者は毎年増加し、令和5年度では対象者の約70%にご利用いただいています。健診結果は健診機関から協会けんぽへ直接提供されるため、特定保健指導などの案内が速やかに届くというメリットも!三重県内では44の健診機関でご利用できます。

## サポート2 健康サポート(特定保健指導)

40歳以上の加入者のために協会けんぽがご用意している健康サポートです。

保健師や管理栄養士が健診結果を一緒に確認し、専門家の目からまずは健康状態をしっかりとチェック。

まずはスモールチェンジから生活習慣改善につながる取組を実践しましょう。

### 特定保健指導の対象者について

健診を受けた40歳以上の方のうち以下の追加リスクが1つ以上ある方

腹囲 男性 85cm以上  
女性 90cm以上

OR

BMI 25以上

さらに

+

血圧 血糖  
脂質 喫煙

※喫煙については、血圧、血糖、脂質のリスクが1つ以上の場合にのみ追加

### 特定保健指導対象者に該当



### 特定保健指導の内容について

特定保健指導では対象者の健康に向けて目標と行動計画をサポートします！健康や生活習慣を見直す良い機会です。

#### STEP 1 目標と行動計画の設定 20~30分の初回面談

ライフスタイルや体の状態に合わせて、運動や食事、喫煙、飲酒等の生活習慣の改善に向けた取組を個別具体的に提案。健康に向けた目標と行動計画を一人ひとりに寄り添って一緒に考えます。

#### STEP 2 3~6カ月チャレンジ 行動計画の実践

STEP1で考えた具体的な行動計画を実践。保健師または管理栄養士がサポートします。

#### STEP 3 目標達成度の チェック

減量等、目標を達成できたかの確認を行うとともに、引き続きの健康づくりについての取組をアドバイスします。



### 特定保健指導 (初回面談)の 利用方法

#### 健診機関で健診当日に受ける

健診当日に健診機関の保健師や管理栄養士による特定保健指導の初回面談が受けられる健診機関が増えています。ぜひご利用ください。

#### 後日、事業所で受ける

健診後、事業所様宛に特定保健指導の案内が届きます。日程を調整のうえ、ご利用ください。

御社の衛生委員会に  
協会けんぽ職員が  
うかがいます！

御社の衛生委員会等に協会けんぽ職員がうかがい、御社が属する業態の健康リスクや特定保健指導のご説明をさせていただきます。経営者、管理職層への説明により健康づくりへの理解が深まり特定保健指導の利用につながったケースがあります。ご希望の事業所様はお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ先

保健グループ

☎059-225-3315

本人任せ  
にしない



人は自分の大切な健康のことなのに、つい先延ばしにしたり、大したことはないだろうと軽視しがちです。働き盛りの従業員様であれば、仕事や家庭を優先し、その傾向は顕著に。特定保健指導の対象者には事業主様、担当者様が積極的に関与して初回面談を受けさせてください。従業員の健康は会社が守る。それが健康経営です。

取組  
内容

## 健診場所・日程を複数設定して、きめ細かく対応

総合病院での受診希望者は  
総務部が病院に個別で予約

伊勢市小俣町や玉城町に3箇所の工場拠点を持つ廣瀬精工。330名の社員のうち約200人は工場で健診業者による健診を受け、残り約100人は総合病院等で受診している。3工場での健診には予備日を含めて日程を複数設定して、当日受診できなかった社員は他の工場で受診することも。総合病院での健診を希望する社員には、総務部担当者が一人ひとり個別に病院を予約するなど、きめ細かい対応を行っている。



プラスアルファ

## +αのサポート

総務部担当者が健診日程を約2ヶ月前から各製造部門に伝達。当日の業務の中に健診の予定を組み込んでもらえるように、意識の徹底を図っている。



## 取組に至った経緯

2022年から「健康経営優良法人」の認定取得に向けて本格的な取組をスタート。3箇所の工場で勤務する330名の社員が全員確実に健診を受けられるように、健診の日程・場所を複数設定。予備日も設けて100%受診を達成している。2023年、2024年と2年連続で「健康経営優良法人」の認定を取得した。

## 取組によって生まれた課題 ▷ 改善方法

## 課題

健診当日に体調不良や勤務都合で受診できなかった社員に、再受診の日程を組む上で、各部門との日程調整に時間や手間が取られていた。

## 改善



## 健診予備日の日程を柔軟に調整

健診予備日の日程の間隔を1週間程度空けることで、当日受診できなかった社員の日程を調整しやすくなった。

## 取組の成果

## 勤務する工場以外での健診受診も



各部門への健診実施日の周知徹底や、他工場でも受診できる態勢を整えることで、社員全員がスムーズに健診を受けることができている。

## 取組の担当者の声

総合病院で健診を受ける約100名の社員に関しては、一人ひとり病院に日程を予約しています。数ヶ月前しか予約が取れない状況ですが、社員の健康のために取り組んでいます。

総務部担当者

## 今後の目標や課題

## 要再検査となる社員の数を減らしていく

現在330名の社員のうち約70名が要再検査という結果に。再検査受診を支援して、徐々にその数を減らしていくことを目指している。



廣瀬精工株式会社

●業種:製造業

●社員数:330人

取組内容

## オプション健診を会社負担で受診可能に

### 総務部が個々の社員の健診予定日を1年前から病院に予約

社員が自分の希望日に合わせて病院で健診を受けられる態勢を整えている。総務部が社員一人ひとりの健診希望日を把握し、1年以上前から病院の予約を取っている。受診日などの情報はアプリで部署全体で共有しているので、業務に支障なく受診できる。また、健診の際には胃カメラ・大腸カメラなどのオプション検査や婦人科検診を会社負担で受けることができるなど、社員の健康を守る取組に注力している。



プラスアルファ

### +αのサポート

健診の結果、要再検査となった場合、1回目の受診費用を会社が負担。就業時間内に受診できる。また、健康増進のために毎年、体力測定と運動会を実施している。

### 取組に至った経緯

以前は社員が個々で健診の日程をスケジュール入力していたが、日程の入力ミスや入れ忘れが起こることもあった。総務部がグループウェアのアプリで一括管理し、受診日の予約を行うことで、受診漏れをなくし、日程の変更にも柔軟に対応できるように取り組んだ。



### 取組によって生まれた課題 ▶ 改善方法

課題

オプション検査を自由に選択できるようにしたことで、「誰がどのオプション検査を受診するか」を管理することが難しくなった。

改善



### グループウェアで情報を共有

グループウェアで「いつ・誰が・何を受診するか」を管理することで、情報を手軽に共有できるようにした。

### 取組の成果

### 社員間のコミュニケーションも活発に



受診日が予約できたらグループウェアで共有するとともに個々にLINEで連絡。社員間のコミュニケーションも深まっている。

### 取組の担当者の声

健診の際のオプション検査は会社負担で実施するとなると費用もかかりますが、病気の不安を解消し、健康に働いてもらうことが何よりも大切。社員への投資だと考えています。



取組担当のお二人

### 今後の目標や課題

### 健診では表面化しない身体の不調へのサポートも

整体師を招いて肩こりや腰痛を緩和してもらうなど、健診ではカバーできない身体の不調へのサポートの充実にも取り組む。

株式会社ゴーリキ

●業種:製造業 ●社員数:21人

取組  
内容

## 健診時に社員による託児システムを導入

育休中の社員にも  
健診を受けやすい環境を

「育児休暇中も会社の一員であることに変わらない」と、育休中も健診・予防接種を積極的に推進しているNTN多度製作所。育休中も健診を受診しやすい環境づくりに取り組むため託児を行っている。また、受診日に都合の合わない人には別日に会社で予約を取ることが受診向上に。健康経営優良法人認定制度「ブライツ500」に2年連続、「三重とわか健康経営カンパニー」に4年連続認定を受けている。



## 取組に至った経緯

健診を受診したくても子どもの預け先がなく受けられないという育休中の社員からの声を聞き、同じ子育て経験を持つ女性社員たちから託児をする提案が出た。健診中はその社員たちが交代で子どもを見守り、育休中の社員も健診の受診率が向上するきっかけとなった。

## 取組の担当者の声

今では当たり前になっている健診受診の時の託児。社員が自身のママ友に話すと驚かれたと言っていました。会社が社員の健康を大事に思っているということをこれからも伝えていきたいです。

管理部事務課 上原さん

プラスアルファ

## +αのサポート

社員の健康課題として上がったのは飲食だった。お弁当と自動販売機の飲み物の代金を補助し、健康な身体づくりをサポートしている。

## 取組によって生まれた課題 ▷ 改善方法

**課題** 十分な栄養が得られるだけの食事を取らない従業員が多い。夏は熱中症で体調不良になる人が居た。

**改善**

会社が補助したり、環境を整備  
会社がお弁当の補助を2割程度まで増やすことで購入数が増え、夏の暑い時期は熱中症対策として会社が自動販売機の飲み物代を1割程度補助して販売。

## 取組の成果

## 夏場に熱中症での体調不良の訴えがゼロに

飲食は毎日の積み重ね。金銭的にも環境的にも継続しやすい仕組みを取り入れることで、健診の結果課題になった飲食の課題が改善。従業員の平均年齢は上がっているが、健康診断結果が「要受診」となる従業員の数が減った。



## 今後の目標や課題

従業員の声を聞いて  
働きやすい会社づくり

心身共に健康であることが生産性にもつながると、毎月行う「よくする会」で社員の声を聞き、より良い会社を目指している。

株式会社 NTN多度製作所

●業種:製造業

●社員数:100人