# 東海住電精密 株式会社 様



#### 企業のご紹介

- ●昭和59年4月設立
- 社員数 ……158名
- ●平均年齢 …… 39歳

最新の設備やシステムを導入し、積極的な省力化や合理化、効率化の追求を図り、高度で高精度な切削工具を製造されています。その技術力は、国内外問わず高い信頼を獲得しています。

東海住電精密株式会社様では、社員の皆様の仕事と生活の調和を図るため、健康づくりに関する様々な取り組みをされています。

#### 健康づくり推進の取り組みについて

- ・誕生日や結婚記念日に合わせて取得できるアニバーサリー休暇や勤続5年、15年、25年、35年に対して連続3日取得できるライフサポート休暇等を設けています。
- ・事業所内のコミュニケーションを活発にするために、 様々なイベントを計画・開催しています。
- ①事業所全体の新年会の開催
- ②納涼ビールパーティー(平成28年)の開催
- ③サマーパーティー (平成29年)の開催
- ④活き活き職場調査の実施 年に一度全社員に対して、仕事のやりがいや職場の 雰囲気、労働時間等に関するアンケートを実施してい ます。
- ⑤ タウンミーティングの開催 部署別に社長と上長が全社員からヒアリングを実施しています。議論をしたり、社員からの意見・要望を聞く場になっています。
- ・創業時から朝のラジオ体操を毎日実施しています。2年 ほど前からは、お昼(就業時間内)に腰痛予防体操も始めました。社員には好評です。



▲事業所内イベントの様子



▲腰痛予防体操



# 株式会社 マイプレジャー 様



#### 企業のご紹介

- ●平成9年10月設立
- ▶ 社員数 ……32名
- ●平均年齢 ……35.3歳

四日市を本社に東海エリアに4支店を構え、情報通信機器の販売や保守点検の事業を展開されています。

お客様の満足度を高めるため、研修会や勉強会に年間370時間を費やすなど、社員教育にも力を入れている企業です。

株式会社マイプレジャー様では、社長自らが率先して社員の喫煙対策や残業時間の削減に取り組まれ、 社員とそのご家族の健康管理を推進されています。

#### 喫煙対策について

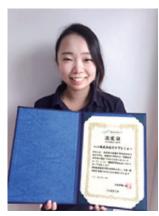
- ・事業所の敷地内を全面禁煙。営業車についても全車両禁煙。
- ・非喫煙者手当を導入。役職や勤続年数に基づき、6万円から18万円を賞与に加算して支給しています。
- ・現在タバコを吸う社員は一人もいません。

#### 残業時間の管理について

- ・部長会議において、各支店の残業時間を報告。月50時間を超えた社員は 反省文を提出。提出が多くなると評価に影響するので、効率的に仕事を進 めています。
- ・社長自らが各支店の様子を確認し、遅くまで残業している社員がいれば、早く帰宅するように促しています。
- ・タブレット端末等のITツールを活用することで、外回りの空き時間に仕事を進めることができるようになり、残業時間の削減に繋がっています。

#### その他の取り組みについて

- ・社長とのサシ飲み、飲み歩き 現場の声を拾い上げたいと社長が企画をしています。
- ・ありがとうと思ったことを、カードにメッセージを書いて、相手に手渡し、感謝の気持ちを伝えています。



▲健康経営優良法人認定



▲取り組みのビジュアライズ化

#### 職場の健康づくりについて

社員とそのご家族がいつまでも健康で暮らし、充実した人生を送ることができるように、私たちは少しでも そのお手伝いをしていきたいと考えています。

# イーバリュー 株式会社 様



#### 企業のご紹介

- 社員数 ……33名
- 平均年齢……39歳

環境コンサルティングで全国の企業のリスクマネジメントをサポート。お客様の環境価値を高めます。平成30年1月に環境コンサルティング事業部を独立し、本社を名古屋に移転。(インタビューは独立前の内容です。)

イーバリュー株式会社様では、運動を取り入れた色々な健康づくりや独自のコミュニケーションの向上に 向けた取り組みをされています。

#### 運動を取り入れた健康づくり

#### ランニングサークル活動

半数以上の社員がメンバーとして活動しています。9月には練習を兼ねて多度山トレイルランを実施。練習後に川沿いでバーベキューを行いました。大会にも出場し、最近では八ヶ岳ロードレース、お伊勢さんマラソン、袋井クラウンメロンマラソンにも出場し、各自ベストを尽くしました。

#### スポーツクラブでのグループレッスン

全社員を対象にスポーツクラブのグループレッスンに参加しています。火曜日のノー残業デーに実施するので、多くの社員が参加しています。

普段は運動に興味のなかった社員が、週末にスポーツクラブに行こうとか、レッスン終了後も残ってトレーニングをしてみようとか、運動をする社員が増えてきています。



▲ランニングサークル

#### コミュニケーションの向上

#### フリーアドレスの実施

決まった席は作らず、出勤すると自由に席に座り仕事を 行います。状況に合わせて席を移動しますので、コミュニ ケーションが円滑に進み、仕事もスムーズに行うことがで きます。



▲スポーツクラブでのグループレッスン

#### 360° フィードバックの開催

5月と11月の年に2回、年齢、役職の枠を超えて、日頃の感謝を伝えたり、さらなる点(もっとこうしたほうがという改善点や期待している点)について意見交換を行います。

入社1年目の社員からベテラン社員へさらなる点を提案することもあります。

# 久居運送 株式会社 様



#### 企業のご紹介

- ●創業1949年4月
- 社員数 ······60 名
- 平均年齢 …… 47歳

津市に本社を構え、三重県内・東海・関西エリアに高品質な物流サービスを提供しています。 また、安全管理、労務管理、健康管理を徹底し、 社員とその家族を大切にしている事業所です。

久居運送株式会社様では、健康経営が注目される以前から、社員の皆様の健康づくりに取り組んでおり、 事業主様自身が健康経営アドバイザーの資格を取得される等、健康経営に力を入れています。 その中から、コミュニケーションの促進と社員の健康管理を中心にご紹介させていただきます。

#### コミュニケーションの促進について

#### 年代別会議を開き、社員の意見を吸い上げます

同じ年代の社員が集まり、定期的に年代別会議を開催しています。会議の中では、年代別に話し合ったテーマについて、発表を行います。違う年代の社員の話を聞くことは、非常に参考になります。特に若い世代の社員には、自分が50代になった時にどんな考えが生まれるか、それまでにどんなことがあるのか勉強になります。

年代別会議から社員の意見を吸い上げて企画したものもあります。社員間のコミュニケーション向上を目的に、社員と家族を対象に定期的にバーベキュー大会を開催しています。



ボウリング大会は30年以上継続していて、今までに62回開催しています。社員とその家族、取引先の方々が参加していて、毎回約40名が参加しています。社員間だけではなく、取引先の皆様ともコミュニケーションがとれますので仕事にも良い影響がでています。

#### 社員の健康管理について

#### 血管の硬さが測れる血圧計を設置しています

出庫時、帰庫時に血圧を測定し、社員の健康管理をしています。 使用している測定器は、血圧だけでなく、血管の硬さも測定できます。血圧が高い人は病院を受診して、血圧を下げる薬をもらいますが、根本的な解決にはなりません。血管そのものを良くしていく必要があります。血管の硬さを「見える化」することにより、食事に気をつけたり、運動を取り入れたりと社員の気づきになってほしいと考えています。



▲バーベキュー大会



▲ボウリング大会



▲血圧測定

# 株式会社 東産業 様



#### 企業のご紹介

- 創業1964年(昭和39年)1月4日
- 社員数 ………139名
- ●平均年齢 ……38歳

四日市市に本社を置き、浄化槽・排水処理施設 維持管理、上下水道建設工事等を中心に環境 事業を展開されています。

「社業の健全な発展を通じて社会に貢献する」 を経営理念に、社会への貢献はもちろん社員を 大切にする事業所です。

株式会社東産業様では、社長様の「社員は宝(人財)」という考えの元、社員がいつまでもこの事業所で働きたいと思えるような環境づくりに取り組んでいます。その中から、検診費用の補助制度とコミュニケーション促進の取り組みを中心に紹介させていただきます。

#### 任意検診の費用補助について

#### 人間ドック・がん検診の費用補助

35歳40歳等の節目の年齢と50歳以上の全ての社員について、事業所が費用を負担して人間ドッグを受診できます。

また女性社員は、20歳以上は偶数年齢の方が、30歳以上は全員が乳がん検診、子宮がん検診を事業所が費用を負担して受診できます。費用を事業所が負担することにより、定期的に検診を受けやすい環境が整っています。

#### コミュニケーションの促進について

#### 社長からのバースデーカードや花束のプレゼント

全ての社員の誕生日に、毎年社長からバースデーカードが届きます。心の込もったメッセージが直筆で書いてあります。

また、結婚記念日には社員の旦那様や奥様に花束が届きます。 旦那様や奥様の支えがあるからこそ、社員が元気に働くことが できるという社長からの感謝の気持ちの表れです。

#### 新入社員歓迎運動会

新入社員の歓迎を目的とした運動会を毎年実施しています。 別会場をお借りして、綱引きや大縄跳び等の種目をチームご とに競い合いました。

全ての社員が参加できるように日程調整を行い、大盛況のうちに幕を閉じました。

#### 地域美化活動の推進

部署間をまたいでチームを編成し、地域の美化活動を行っています。「いつもありがとう」とお声をいただくこともあり、住民の皆様とも良い関係が築けています。



▲新入社員歓迎運動会



▲地域美化活動

# 株式会社 ナヤデン 様



#### 企業のご紹介

- 設立1968年(創業1789年)
- 社員数 ……16名
- 平均年齢……31歳

桑名市に本社を置き、石油製品販売、太陽光機 器販売・施工等の事業を展開されています。

菜種油の販売から始まり、歴史と共に取扱い商 品は石油製品に変わりましたが、歴史と伝統を 受け継ぎ、安心と信頼、心あたたまるサービスを お客様にお届けするという姿勢は変わりません。

株式会社ナヤデン様では、社員の皆様の健康づくりに対するモチベーションが向上する仕組みや環境づ くりに取り組んでおられます。

その中から、健康づくりの取り組みが「健康ポイント」へ反映される健康管理アプリを活用した取り組み 等を紹介させていただきます。

#### 全社員に健康管理アプリを提供

健康づくりに取り組むことで「健康ポイント」がもらえる健康管理アプリを、事業所が 費用負担して全社員に提供しています。

食事内容の写真をアプリへ登録することによりポイントがも らえたり、5.000歩歩くごとにポイントがもらえる等、健康づくり への取り組みがポイントとして貯まっていきます。貯まった健康 ポイントは、ギフト券等と交換ができます。

健康管理アプリを導入してから、「今月は頑張ったからもう少 しで500ポイントたまるよ」「私はまだ300ポイントだからもっと 歩こう|といった会話を事業所内でよく聞くようになり、社員の 間でも健康づくりに対するモチベーションが向上しています。



▲事務所内でのラジオ体操

#### コミュニケーションの促進の取組

#### 「トレーニングタイム」の導入

仕事の合間の短い時間を使い、トレーニング器具のある部屋で手軽に運動が できるように 「トレーニングタイム」を設けています。

体を動かしながら会話もできるので、気分転換やコミュニケーション促進にも つながります。



▲コミュニケーション交流会

#### 「コミュニケーション交流会」 の開催

社員が順番に幹事を務めて、交流会を開催しています。

普段はシフト制のため、同じ職場内でも顔を合わせる機会 が少ない社員もいますので、定期的に開催し、カラオケや食 事等を楽しみながら社員間の交流を深めています。開催に 係る費用の一部は事業所が負担しています。



▲トレーニングタイム

# 株式会社 四日市事務機センター 様



#### 企業のご紹介

- ●創業1974年1月
- 社員数 ……35名
- ●平均年齢 ……37歳

四日市市に本社を置き、オフィス関連のハード・ソフト等の販売・保守などを行っています。「地域社会に貢献し、健全なる経営と繁栄を目指す。」を企業理念に、地域の活性化にも貢献しています。

株式会社四日市事務機センター様では「TFS (Team family satisfaction、チーム/家族満足度)」の向上を目的に、「思いやりの精神」「助け合いの精神」「感謝の精神」を基にした働きやすい環境づくりに取り組まれています。 TFS推進3大プロジェクトとして、これまでに42制度を導入されておりますが、その一部をご紹介させていただきます。

#### 家族安心・健康支援プロジェクト

#### 禁煙手当

社長自身の禁煙経験から、まず「禁煙手当」が作られました。禁煙にチャレンジしている社員に対し、「禁煙手当」を支給するもので、この制度を利用して完全禁煙に成功した社員もいます。 さらにチームメンバー全員が禁煙すると金額が増加する、給与明細にも「禁煙手当」と表示されるなど、周囲の協力が得られやすいよう工夫されています。

#### ファミリー支援プロジェクト

#### 入学おめでとう制度

社員の子育でにおける大変なこと、嬉しいことを 共有していきたいという社長の思いから、家族にか かる制度も多く導入されています。そのひとつに 「入学おめでとう制度」があり、小学校入学時にラ ンドセルを贈ったり、中学校入学時に制服費用を 補助されています。



▲贈られたランドセル

#### チームワーク支援プロジェクト

#### チーム達成報奨金

中小企業の最大の利点はチームワークという考えのもと、「チーム達成報奨金」という制度を設けています。3人以上でチームを作り、事業所が推奨するスポーツ大会に出場することを支援する制度ですが、社員からも参加したい大会等の提案がされるなど、コミュニケーションのきっかけにもなっています。また、事業所内でソフトボールチームを結成し、大会にも出場されています。

事業所内チームでマラソン大会に出場▶



▲事業所内ソフトボールチーム



# 健康経営優良法人認定を目指して順学の開

## 健康経営優良法人(中小規模法人部門)とは?

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中小企業等を、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します。(原則1年に1回)

健康経営優良法人の認定を受けると…

健康経営に取り組む 優良な法人として 積極的に公表 求職者、取引先、 金融機関などから 社会的評価が 期待できます



企業のイメージアップ 業績アップ



## 認定を受けるためのステップ

#### 中小規模法人部門2019の場合

ステップ1

協会けんぽ三重支部の 健康事業所宣言に参加

ステップ2

<mark>認定基準</mark>の評価項目に 取り組む

ステップ3

9~11月の間に 申請書を認定事務局へ提出 ■認定基準

必須項目

- ●健康事業所宣言していることを事業所内外に発信
- 経営者自身の健診受診
- ●健康づくり担当者の設置
- ●40歳以上の従業員の健診データ提供
- 受動喫煙対策に関する取り組み
- ●法令遵守

選択項目

選択項目15項目のうち6項目以上を達成する ※3つのテーマにわかれており、テーマごとに必要とする項目数が決められています。

※認定要件・基準等の詳しくは、経済産業省ホームページをご覧ください。

経済産業省 健康経営優良法人



協会けんぽ三重支部の健康事業所宣言は 「健康経営優良法人」の認定基準に沿って作成しています。 だから、ステップアップして目指しやすい! 協会けんぽ三重支部と一緒に 健康経営優良法人認定を目指してみませんか



### 2018年度 (平成30年度) からインセンティブ制度を導入

# 皆様の取り組みで保

※2018年度の取り組み結果は、2020年度の保険料率に反映されます。

2018年度から新たに協会けんぽの「インセンティブ (報奨金)制度 | が始まりました。この制度 は、5つの評価指標で47支部をランキングづけし、上位過半数支部の健康保険料率に反映するも のです。

評価指標は、①特定健診等の受診率、②特定保健指導の実施率、③特定保健指導対象者の減 少率、④医療機関への受診勧奨を受けた要治療者の3か月以内の受診率、⑤ジェネリック医薬品 の使用割合です。

# 

#### 特定健診等の受診率



被保険者本人の約4割の方が 受診していません。

- 解決策 ●生活習慣病予防健診を受診する
  - ※対象者は35歳から74歳まで。費用補助が あります。
  - ※ご案内は3月下旬に事業所へお届けします。



被扶養者家族の約8割の方が 受診していません。

- 解決策 ●特定健診受診券を使用して特定健診 を受診する
  - ※対象者は40歳から74歳まで。費用補助が あります。
  - ※受診券は4月に被保険者のご自宅へお届け します。

#### 特定保健指導の実施率



健診結果で生活習慣の改善が 必要とされた対象者の約8割が 特定保健指導を受けていません。

#### 解決策

- ●勤務シフトに配慮した日程調整
- ●特定保健指導を受けやすい環境を
- ◆運送業や営業など外勤が多い業種、医療機関や 製造業など夜勤が多い職種によっては日程調整 が難しいことがあるかもしれません。 そのため、事業所からの働きかけにより、従業員 が受けやすい環境を整えていただくことが大切 です。

#### 要治療者の医療機関受診率



健診結果で要治療とされた対象者の 約9割の方が受診していません。

#### 解決策

- ●健診結果で「要精密検査」や「要検査」 の所見があれば、必ず医療機関を受 診するよう働きかける
- ◆放置しているとキケンです。自覚症状がないな どの理由で治療が遅れ、万が一、大切な従業員 が倒れたら、従業員本人とその家族だけでなく、 事業所にとっても深刻なダメージです。

## ジェネリック医薬品の使用割合



ジェネリック医薬品に約8割の方が 切り替えています。

- ●ジェネリック医薬品を希望される場 合、医師や薬剤師の方にお伝えくだ
- ◆ジェネリック医薬品は、効き目や安全性が先発 医薬品と同等であると国から認められた安価な お薬であり、お薬代の負担軽減につながります。
- ◆協会けんぽでジェネリック医薬品を希望するこ とを表示したシールをお配りしています。それ を保険証やお薬手帳に貼るだけで希望すること が伝わります。

協会けんぽ三重支部は、皆様の取り組みを全力でサポートしますので 共に取り組んでいきましょう!

# 協会けんぽと一緒に 従業員の皆様の健康を守りましょう!



#### お問い合わせ先

#### 全国健康保険協会(協会けんぽ)三重支部

電 話 059-225-3317

受付時間 午前8時30分から午後5時15分まで(土・日・祝日・年末年始を除く)

住 所 〒514-1195 三重県津市栄町4-255 津栄町三交ビル

ホームページ http://www.kyoukaikenpo.or.jp/

協会けんぽ



## メールマガジンで健康情報 配信中 無料

メールマガジンに登録いただくと、『季節の健康情報』や『季節の健康レシピ』など、すぐに実践できる便利な健康情報を毎月定期的に無料でお届けします。

メールマガジンは、従業員の方へ健康情報を手軽にお届けできるツールです。

