

職場の

北海道・東北地方

健康づくり

好事例集



全国健康保険協会 北海道・東北ブロック
(北海道支部・青森支部・岩手支部・宮城支部・秋田支部・山形支部・福島支部)

目次

健康経営について P 2

事業所の事例

● 北海道 P 3

● 青 森 P 5

● 岩 手 P 7

● 宮 城 P 9

● 秋 田 P11

● 山 形 P13

● 福 島 P15

健康経営優良法人認定について P17



「健康経営」に取り組む事業所様を応援します

近年、日本では社員の健康を大切にすることで企業の収益性を高める「健康経営※」が注目を集めています。健康な社員は生産性も高く、業績に貢献できるため、企業が社員の健康に積極的に配慮することで、持続的な収益が将来的に期待できます。

※健康経営は NPO 法人健康経営研究会の登録商標です

**業績向上！
成長する組織へ**

**組織の活性化
(生産性の向上)**

**従業員の健康増進
(従業員の活力の向上)**

**人的資本に対する投資
(従業員への健康投資)**

北海道・東北地方の健康経営を応援する取り組み

協会けんぽの支部	取り組み	問い合わせ先	連絡先
北海道支部	健康事業所宣言	企画総務グループ	011-726-0354
青森支部	健康宣言		017-721-2713
岩手支部	いわて健康経営宣言		019-604-9018
宮城支部	職場健康づくり宣言		022-714-6851
秋田支部	健康経営宣言		018-883-1841
山形支部	やまがた健康企業宣言		023-629-7226
福島支部	健康事業所宣言		024-523-3916

※各支部の取り組みについては上記問い合わせ先またはホームページをご覧ください。

※問い合わせは平日 8:30 ~ 17:15 の間にお願いいたします。

北海道

曲イ 田中酒造 株式会社

日成工機 株式会社

太平洋設備 株式会社



曲イ 田中酒造 株式会社

- 所在地：北海道小樽市
- 事業内容：酒類製造・卸・小売業
- 従業員数：48人
- 2019年 健康経営優良法人認定



運動の推進や禁煙の勧奨などで自発的な健康づくり

毎日の朝礼時にラジオ体操を実施しています。また、移動手段としてできるだけ歩くことを励行する「歩け歩け運動」を行い、日頃からの歩く習慣付に繋がっています。

毎月15日を禁煙デーに設定し、社内外での禁煙を勧奨しています。また、朝礼・社内研修・社内回覧などを利用して、健康保持に関する情報共有を図っているほか、社員会において健康維持や改善に関する取組案を議論のうえ策定し、会社全体で取り組むようにしています。

その他の取り組み

- ・ 特定保健指導の対象となった社員には、上司が指導の内容や必要性を説明し、必ず受けるように徹底しています。また、再検査が必要とされた社員には、会社から医療機関を紹介のうえ再検査の費用を助成し、再検査後は会社への「受診結果報告書」の提出を義務付けています。
- ・ 感染症対策として、予防接種費用の補助・出勤認定、消毒液の設置、マスクの配布を行っています。

太平洋設備 株式会社

- 所在地：北海道釧路市
- 事業内容：建設業
- 従業員数：125人
- 2019年 健康経営優良法人認定



健康づくりに関するセミナーを実施し全社員の健康への意識を高める

当社は、行動指針として「健康第一」を掲げております。社員の健康管理には気を配っており、健康づくりに関するセミナーを実施して特定保健指導の利用推進、喫煙に伴う害や禁煙指導をしています。

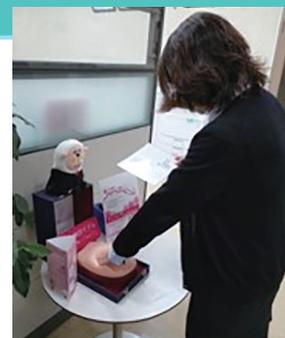
また、特定保健指導の利用時間は就業時間とみなしており、再検査が必要とされた社員には、再検査受診期限を明示し再受診を促しています。再受診にあたっては、業務スケジュールを調整するとともに、各事業部長に再検査受診者一覧表を渡し未受診防止に努めています。

その他の取り組み

- ・喫煙対策として、禁煙宣言書を会社へ提出してもらい、禁煙できている間は、禁煙手当を支給しています。年に1度社内全体の喫煙率を調査し、各事業部別・男女別・全体の統計を表にして社内に周知しています。
- ・50人未満の事業場でもストレスチェックをしています。
- ・フィットネスジム、プール、エクササイズ等を従業員が無料で利用できる福利厚生制度があります。

日成工機 株式会社

- 所在地：北海道上川郡当麻町
- 事業内容：製造業
- 従業員数：16人
- 2019年 健康経営優良法人認定



喫煙対策の推進と健康づくりの情報発信により意識を浸透

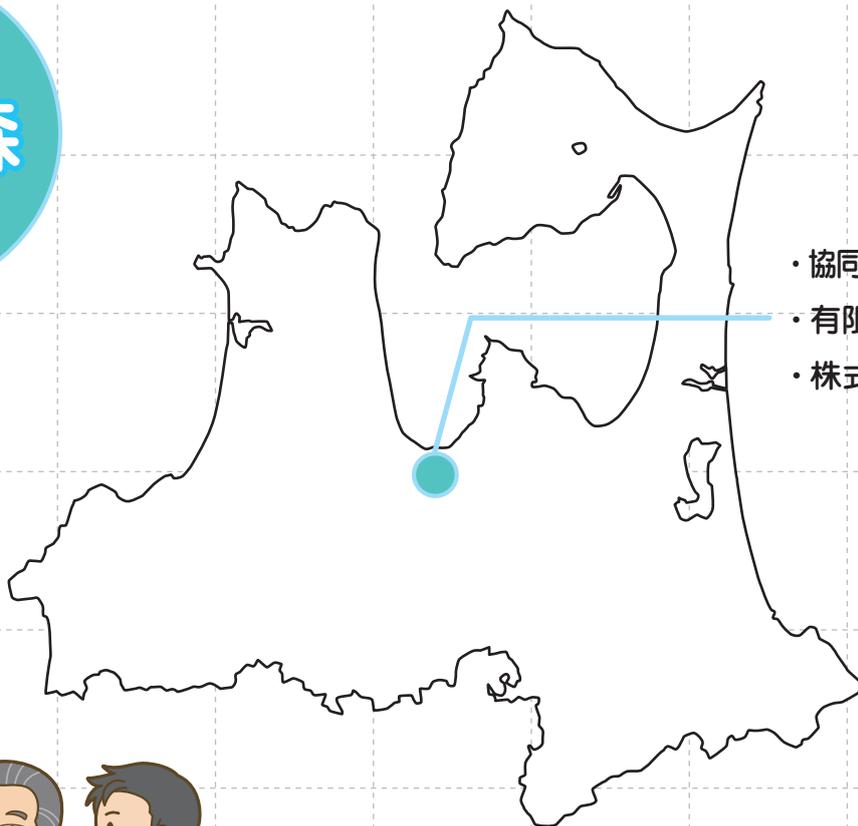
年に2回外部から講師を招き、受動喫煙防止など健康に関する研修会を開催しています。また、喫煙者を対象とした個別指導を実施しており、将来的には喫煙者ゼロを目指しています。

毎年一つのテーマを決め、健康経営にかかる年間活動スケジュールを立て、会社全体で取り組んでいます。また、健康づくりに関する情報を掲示板や社内回覧などで周知しているほか、乳がん触診モデルの展示なども行い健康への関心を深めてもらう取り組みをしています。

その他の取り組み

- ・健診結果で再検査が必要とされた社員には、本人へ直接受診が必要であることを伝え、後日受診結果の確認をしています。また、受診の際には日程調整をし、受診しやすい環境づくりをしています。
- ・毎朝ラジオ体操の実施や周辺の農家から旬の野菜を購入し従業員へ無料配布しています。
- ・ランチミーティングを計画的に開催しコミュニケーションを図っています。

青森



- ・協同組合青森総合卸センター
- ・有限会社 桂工業
- ・株式会社 みちのく計画



協同組合青森総合卸センター

- 所在地：青森県青森市
- 事業内容：協同組合事業
(共同物流、共同施設管理、景観、環境事業等)
- 従業員数：12人
- 平成29年度あおもり健康づくり
奨励賞受賞



青森市南部の健康づくりの拠点を目指して

企業が集積する卸団地という特性を活かして、青森県・青森市の短命県・市返上へ向けた取り組みを幅広く行っています。集団健康診断やインフルエンザ集団予防接種に加え、独自に健康情報をまとめた「問屋町健康や Letter」の発行、企業の健康づくり担当者を支援する「とんやまち健康づくり実践塾」、1年かけてみんなで減量する「ダイエットグランプリ」、3人1チームで歩いた歩数を競う「問屋町100日ウォーキング」など、多様な企画で企業従業員の健康増進に取り組んでいます。

その他の取り組み

- ・健康セミナーを組合員昼食会で定期的に行っています。
- ・問屋町会館掲示板や組合員に FAX で情報発信をしています。
- ・とんやまち保健室を問屋町会館ロビーに設け、体組成計、血圧計、血管年齢計を設置しています。
- ・従業員向けレクリエーションとして、八甲田や奥入瀬渓流等のハイキング・ボルダリング教室等を開催しています。
- ・組合員企業に対し健康宣言や国・県・市の健康経営認定制度の認定支援をしています。



有限会社 桂工業

- 所在地：青森県青森市
- 事業内容：建設工事業
- 従業員数：16人



ウォーキングの実施

毎月2回～3回、従業員全員でウォーキングを実施しています。
日頃、車での移動が多く、歩く時間が少なくなっていました。ウォーキングを行うことによって生活習慣病の予防にもつながってきていると思います。
また、弊社では現在、問屋町の「問屋町100日ウォーキング」に参加しており、歩数を意識しながら歩いています。

その他の取り組み

- ・受動喫煙防止の為、喫煙所の設置をしています。
- ・ノー残業Dayの実施をしています。
- ・社員全員でのインフルエンザ予防接種の受診をしています。



株式会社 みちのく計画

- 所在地：青森県青森市
- 事業内容：総合建設コンサルタント業
- 従業員数：70人
- 平成30年度青森県スマートムーブ通勤アワード受賞
令和元年度青森県スマートムーブ通勤アワード受賞
平成28年度あおり健康づくり奨励賞受賞



自然の恵みを生かした健康づくり

「健康経営」に取り組んで4年になり、社員も健康宣言の目標を実施し、その中で青森県が推進しているスマートムーブ活動にも参加しました。

- ①自然の風のおい・街の風景などを観ながら通勤することで、体も心もリフレッシュできます。
- ②二酸化炭素排出量削減の理解度を高めるために年1回、10月にハイキングを行っています。(今年度は蕁温泉周辺のハイキングを行いました。)
- ③全社員参加型の活動を行うことで「仕事(業務)」にも創意工夫が生まれています。

その他の取り組み

上記の取り組みを生かして、各個人がそれぞれ以下のような「個人的健康活動」を実施中です。

- ①趣味を生かした登山、サイクリング、運動施設での運動、山スキー、釣り等。
- ②テレビを生かした心の健康として、「ふるさと探訪」「にっぽん縦断こころの旅」などの心が和む番組の視聴。
- ③毎月第一土曜日を活用して個人の健康の取り組みを発表しています。社員が相互に啓発しあえる環境づくりをしています。

岩手

株式会社 プラザ企画

株式会社 菅文

株式会社 藤村商会



株式会社 菅文

- 所在地：岩手県二戸市
- 事業内容：ホームセンター等
- 従業員数：297人
- H28年度いわて健康経営アワード最優秀賞受賞



社員一人ひとりが自分の健康目標を設定

各自が自主的に取り組めるように、全社員が自分にあった「スモールチェンジ」目標を設定しました。自宅の目につくところに目標を貼って取り組みを進めていますが、中には「早寝早起きをする」ことで体重10キロの減量に成功した社員もいます。また、平成20年度より産業医の先生に3ヶ月に1度来社していただき、「何でも健康相談」としてこころや身体について相談できる機会を作っています。希望者がいない時は順番で1人15分を基本に面接を行い、これまでに114名の面接を行いました。

その他の取り組み

- ・健康診断の全社の結果分析等を安全衛生委員会で報告し、対応について検討しています。
- ・健診結果で要精密検査となった社員には、必ず再受診するように呼びかけています。該当者には期限を定めて受診報告を求め、所属長に対しても受診への配慮を促しています。(再受診率90%以上)
- ・人間ドック(35～50歳:5年毎、50歳以上:隔年)、インフルエンザ予防接種費用の半額補助をしています。
- ・市町村で受診する女性がん検診の自己負担金を全額会社で負担する事とし、女性がん検診の受診推進に取り組んでいます。



株式会社 藤村商会

- 所在地：岩手県紫波郡矢巾町
- 事業内容：管工機材 卸売業
- 従業員数：73 人
- H30 年度いわて健康経営アワード 最優秀賞受賞
2019 年 健康経営優良法人認定



禁煙やウォーキングを推進し、社員の意識向上

経営理念にある「全社員の一生の幸福を追求する」事を達成するためには社員の健康維持・増進が重要になると考えて取り組みを開始しました。禁煙宣言を行った社員（※以前より喫煙していない社員も含む）に対して毎月1万円の禁煙手当を支給しており、喫煙者18名中5名が禁煙に成功しました。また、盛岡商工会議所が提供する「ウォーキングポイント」を導入しており、スマホや歩数計によって歩数をカウントし、その歩数や月間ランキングによって日々の買い物等に使えるポイントとして付与しています。

その他の取り組み

- ・時間のメリハリをつけて定時退社を図るために終礼を実施しています。当日の業務進捗報告や明日の予定確認を行うとともに、残業を行う場合は上司の許可を得る事にしています。
- ・ハラスメントに関する社内アンケートを年1回実施しています。実施に際しては顧問社労士に回収、分析を委託し、社員が本音で答えやすいように配慮しています。



株式会社 プラザ企画

- 所在地：岩手県奥州市
- 事業内容：ホテル業、新聞販売業
- 従業員数：160 人
- H29 年度いわて健康経営アワード 最優秀賞受賞
2019 年 健康経営優良法人認定



「健康経営プログラム」の策定と実行

平成11年の健診結果において、「医師の指示」の社員が6割あったことがきっかけとなり、「健康経営プログラム」を策定して取り組みを開始しました。健診は受診日の3ヶ月前から周知活動を行い、受診率は100%となりました。また、健診対象者をパート労働者の週20時間以上の方に拡大し、希望者には「配偶者健診」も実施可能にしました。健診の結果、再検査や治療が必要な社員には、領収証を提出させる事により受診を確認しています。なお、その受診は時間単位での休暇が取得できるように配慮しています。

その他の取り組み

- ・健診結果でBMIまたは腹囲が基準値を超えている方、及び喫煙者を対象に「健康診断まで頑張るぞキャンペーン」を実施しました。エントリーした全員に歩数計の提供や禁煙外来受診のための勤務調整でサポートを行い、達成者には体組成計やお祝い金を支給しました。
- ・時間外労働や休日出勤の是正を行う事により、飲食や睡眠等の生活習慣の改善効果を実感しています。

宮 城

ゴリラガードギャランティ株式会社

株式会社 大伸建設

ハリウコミュニケーションズ株式会社



ゴリラガードギャランティ株式会社

- 所在地：宮城県仙台市泉区
- 事業内容：警備業
- 従業員数：95人
- 2019年 健康経営優良法人認定



自動販売機に工夫を凝らし、従業員を健康志向に誘導

自動販売機で販売する飲料すべてに角砂糖換算の糖分量を明記。また、基本は無糖と低糖のものに特化しています。あえて一部甘いと思われるジュース類も置いていますが、他と比較して糖分量が突出しており、ジュース類を飲むことの糖分量を目で見て知り、飲む機会を大幅に減少させることに成功しました。

また、健康に良いとされる「無塩タイプのトマトジュース」を1番安い価格に設定し、飲んでもらう習慣を付けるよう工夫しています。

その他の取り組み

- ・感染症予防としてアルコール除菌、マスク等配布の他、インフルエンザ等の予防効果があるとされているヨーグルトを会社で作り、毎日無償で提供するようになってから病欠の従業員が激減しました。
- ・現場等で車両を駐車する場合、わざと少し離れた駐車場を指定することで「歩く」機会を創出しています。
- ・勤務時間内の通院を許可し、仕事を休むことなく気軽に通院できるようにしています。また、勤務日も会社指定ではなく従業員の希望で決めており、「働き方」の配慮をできる限り実施しています。

株式会社 大伸建設

- 所在地：宮城県登米市
- 事業内容：舗装工事業
- 従業員数：37人
- 2019年 健康経営優良法人認定
- スマートみやぎ健民優良賞
(平成30年度企業部門)



健康管理表 健康管理
～・作業前に体調が整っていない～

平成31年	月分	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
風邪	気味												
嘔吐	が												
嘔	吐												
めまい	が												
頭痛	が												
肩痛	が												
吐気	が												
血圧	の												
症状	が												
その他	の												
症状	が												
すべて	で												
症状	が												
なし													
合計	点												
0	点												
1	点												
2	点												
3	点												

○記入例 症状ある人 番号にて記入
○点 症状なし 1点 作業にさしかねない
○点以上の方は、現場代理人に申し出てく
○薬の服用は番号にて記入 1.血圧 2.頭痛 3.嘔吐

毎日の健康管理チェック表による管理

毎朝全従業員に「10項目以上の健康管理チェック」を「健康管理チェック表」にて実施しています。内容の一例として「風邪気味」「めまい」などの自覚症状から「血圧」「アルコールチェック」などの数値確認、「朝食をとったか」、「薬の服用」など多岐にわたります。この結果から、監督者はその日の現場や担当業務を決め、なるべくその日の体調に合わせた配置を行っています。

その他の取り組み

- ・ 健診後、再検査が必要な従業員には必ず受けてもらい、提携している医師から業務時間内に面談を受けさせています。
- ・ メタボ該当になった従業員には協会けんぽの特定保健指導を業務時間内に受けさせています。
- ・ 感染症予防として従業員や来客者が利用できるようアルコール消毒液の設置やマスクを保管しています。

ハリウコミュニケーションズ株式会社

- 所在地：宮城県仙台市若林区
- 事業内容：印刷業
- 従業員数：38人
- 2019年 健康経営優良法人認定



「コミュニケーション」を核とした心身の健康づくりの実践

社員の心身の健康を個人任せではなく、会社が労務管理の一環として取り組むことで、社員が健康で働き続けられる職場づくりを進めています。

例えば、健康診断結果を配付するだけでなく、経年の結果を保存するための個人ごとのファイルを渡しています。社員には医療機関を受診する際に持参するよう呼びかけています。社員には緊急搬送が必要な方がいるので既往歴や主治医、応急処置の方法等を綴ったファイルを作成し会社で保管しています。

また、社員の昼ごはんには野菜不足の状況があったことから、月に1回、野菜を豊富に取り入れた社食を実施することで、バランスのよい食事への関心を高め、更に社員同士のコミュニケーションを深めています。

その他の取り組み

- ・ 社員のスポーツ活動やコミュニケーション活動に対し、場の提供や活動資金の補助を行っています。
- ・ 社員が体調不良で医療機関受診が必要と判断した場合には、医療機関まで付き添い、医師に状態を説明する等、医療機関との連携を重視しています。
- ・ 社員が健康づくりに関心を持ち、自己管理能力を高められるように、積極的に研修会等に参加させ、伝達資料を全社員に回覧しています。

秋 田

秋田活版印刷株式会社

株式会社クツザワ

東光コンピュータ・サービス株式会社



秋田活版印刷株式会社

- 所在地：秋田県秋田市
- 事業内容：印刷業
- 従業員数：51人
- 2017年 健康経営優良法人認定
- 2018年 健康経営優良法人認定
- 2019年 健康経営優良法人認定



社員の受動喫煙対策

社屋内を全面禁煙にし、秋田県・市町村・協会けんぽが認定している「受動喫煙防止宣言施設」に秋田県第1号で登録しました。毎週水曜日は全社禁煙デーと設定し、社用車内においても終日禁煙にしています。また、喫煙スペースを屋外に移したことで、タバコを吸う本数が減ったり、禁煙を実行した人もいます。さらに、社長が従業員に禁煙を呼びかけ、受動喫煙の害を話し続けるなどの地道な働きかけが、喫煙者の減少につながっています。

その他の取り組み

- ・社員食堂への食生活改善に関するポスター（摂取カロリーを減らすための工夫等）の掲示や、血圧計、カロリーやマッサージ等の健康に関する本を置いたコーナーを設置しています。
- ・従業員の運動不足の解消のため、毎日15時にラジオ体操を実施しています。

株式会社クツザワ

- 所在地：秋田県横手市
- 事業内容：製造業
- 従業員数：136人
- 2018年 健康経営優良法人認定
2019年 健康経営優良法人認定



ありがとうカードの実施

従業員同士のコミュニケーションを活発にしていくことを目的に、ありがとうカードの運営を実施しています。日頃の感謝の気持ちを書いたカードを、社内の各所に設置したBOXへ投函し、ありがとうカードは毎月の給与明細に入れて本人へ渡しています。

ありがとうカードをもらうと嬉しいので、次は自分も書こうという気持ちになり、コミュニケーションの促進につながっています。

その他の取り組み

- ・メタボ該当となった従業員は、勤務時間内に保健指導を受けられるよう、健診実施担当者（総務人事担当）がスケジュールを組んでいます。
- ・血圧計や高血圧・減塩に関するパンフレットを設置した健康コーナーを設け、従業員が定期的に健康状態を確認できるような環境を整えています。

東光コンピュータ・サービス株式会社

- 所在地：秋田県大館市
- 事業内容：情報通信業
- 従業員数：72人
- 2017年 健康経営優良法人認定
2018年 健康経営優良法人認定
2019年 健康経営優良法人認定



運動機会の促進

室内運動器を社内に設置して就業時間内に利用できるようにしており、従業員の運動に対する意識づけにつながっています。また、毎朝朝礼前にラジオ体操を実施しています。

さらに、グループ会社で社員の家族も参加できる運動会を毎年開催しており、運動不足の解消はもちろん、普段会えない社員との交流もでき、とてもよいコミュニケーションの機会となっています。

その他の取り組み

- ・働き方改革委員会を設置し、労働時間を短縮することで、ワークライフバランス（仕事と生活の両立）を適正にするよう取り組んでいます。
- ・毎週水曜日をノー残業デーとして設定して、定時退社を心掛けています。

山形

置賜建設株式会社

エイエスエムトランスポート株式会社

株式会社 サニックス



エイエスエムトランスポート株式会社

- 所在地：山形県酒田市
- 事業内容：運輸業
- 従業員数：75人
- 2017年健康経営優良法人認定
2018年健康経営優良法人認定
2019年健康経営優良法人認定



毎月 保健衛生セミナーを実施

月一回のドライバー会議で、プチ健康コーナーを設けて季節に応じた健康情報を伝えています。協会けんぽさんの企画を積極的に取り入れ、外部講師によるセミナーも実施。スポーツジムのインストラクターさんの腰痛改善ストレッチや、保健師さんのアルコールセミナーなど、とても好評でした。ほかにも、消防士さんの救急救命講習を実施し、受講者全員が胸骨圧迫やAEDを体験しました。従業員の健康維持に役立つ情報を、出来るだけ楽しく伝えていくことを心がけています。

その他の取り組み

- ・健康診断+αのオプション検査の紹介と、健康診断後、再検査が必要な人への受診勧奨をしています。
- ・ソフトボール大会出場、ゴルフ場利用補助、トレーニングルーム開設、朝礼時にラジオ体操など、適度な運動を促進しています。
- ・脱・加糖飲料を目的に、ウォーターサーバーを設置、自販機も無糖・低糖飲料へ変更、野菜ジュースや特保飲料も追加しています。
- ・通院時間に配慮したシフト構成をしています。
- ・体組成計・血圧計を常備し、自分の体に興味を持つような働きかけをしています。



置賜建設株式会社

- 所在地：山形県米沢市
- 事業内容：建設業
- 従業員数：58人
- 2017年健康経営優良法人認定
- 2018年健康経営優良法人認定
- 2019年健康経営優良法人認定



健康づくり4カ月チャレンジおよびストレッチ体操と体調確認の握手を実施

健康意識を高めるため、今回2回目となります健康づくり4カ月チャレンジを山形県健康プログラム事業を活用して実施しました。食生活と運動量の事前調査（70項目）をおこない、改善ポイントと評価表をいただきました。調査結果をもとに管理栄養士による健康教室も開催。またリストバンド型活動量計を15名が2カ月間装着して、毎日の歩数・運動・睡眠等をアプリで管理しました。安全衛生委員会で作成したチャレンジシートに目標と実践内容や感想を記入し、毎月提出してもらい社長が確認、4カ月後、食生活・体重や体脂肪率、血圧の安定、禁煙の成功等について目標達成や改善がみられた9名を表彰しました。

その他の取り組み

- ・ 全社員への腹部超音波検査および35歳未満の社員への胃の検査、50歳以上にPSA検査を会社負担で実施しています。
- ・ 女性社員の健診の充実（CA125、子宮頸がん検診、乳がん検診を毎年受診が可能）
- ・ 産業医との連携による再検査の勧奨をしています。・毎月健康に関する情報を提供しています。
- ・ 本社および各現場事務所に血圧計を設置しています。・受動喫煙対策として、喫煙所を設けて分煙機を設置しています。
- ・ コミュニケーションの促進に向けた取り組みをしています。（最上川流域のごみ等を早朝に清掃活動）



株式会社 サニックス

- 所在地：山形県山形市
- 事業内容：総合自動車サービス業
- 従業員数：78人
- 2017年健康経営優良法人認定
- 2018年健康経営優良法人認定
- 2019年健康経営優良法人認定



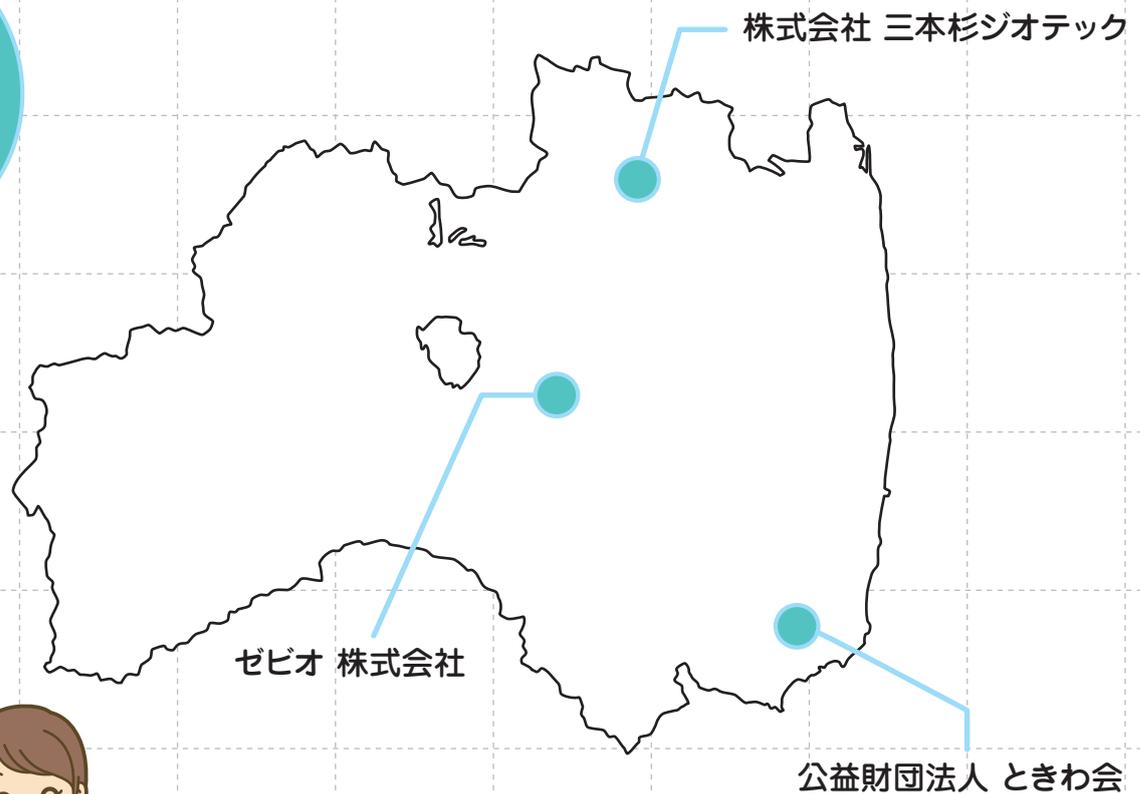
健康づくりで、自己ベストを目指そう！サポートプログラム

「健康経営優良法人」として社員の「心と身体の健康」を維持することを目的にプログラムを開始。参加メンバー20名がそれぞれ無理のない『マイベスト目標』を設定し、月2回、『マイベスト目標』に対する取組を『できた・まあまあできた・できなかった』の3段階で自己評価しています。さらに、取組への参加を点数化しメンバーに定期的に通知することで、お互いに励まし合いながら「楽しく・無理なく」が実現できる環境づくりを目指しています。

その他の取り組み

- ・ 定期的に保健師さんとの面談を行い、専門的な観点でアドバイスをいただいています。
- ・ 希望者にスマホ運動のウェアラブル端末を支給し、アプリと連動させ、毎日の歩数や運動の記録・睡眠時間やその日の摂取カロリーの管理を行っています。
- ・ 希望者にフィットネスクラブの利用補助券を毎月無料で配付しています。
- ・ メンバー全員の取組をLINE WORKS（社内SNS）の掲示板で、全社員に紹介しています。
- ・ 今後は、「禁煙セミナー」の開催を予定しています。

福島



株式会社 三本杉ジオテック

- 所在地：福島県福島市
- 事業内容：地質調査
- 従業員数：15人
- 2017年 健康経営優良法人認定
- 2018年 健康経営優良法人認定
- 2019年 健康経営優良法人認定



バランスボールによるデスクワーク試験導入と卓球台の設置

デスクワークを行う際に椅子の代わりとして、バランスボールを使用しており、初めは総務の職員の方のみで実施していましたが、現在では全社に導入しています。70歳代の会長も使用しており、「いろんな筋肉を使う」と感想を述べています。

また、旧社屋を改修して卓球台を設置し、お昼休みを利用して卓球を実施するなどして、運動の習慣を作ることを心掛けているなど、様々な取り組みを行っています。

その他の取り組み

- ・ 体力測定を実施しています。
- ・ インフルエンザ予防接種の費用補助をしています。
- ・ 理学療法士などによるセミナー実施をしています。



ゼビオ 株式会社

- 所在地：福島県郡山市
- 事業内容：小売業
- 従業員数：3,459人
- 2019年 健康経営優良法人認定
(大規模法人部門)



レクリエーション等を通じた運動の推進

スポーツ関連の会社であるため、運動に関する取り組みを行っており、年に1回、会社と労働組合が共同でレクリエーションを実施し、職場におけるスポーツを推奨しています。その中の種目の一つである店舗対抗で行う「長縄跳び」は社員からも好評です。

スポーツにとって喫煙は害にしかないので、スポーツの関連会社として、「ストレスはスポーツで発散しよう」というメッセージを強く発信していきたい」と考えています。

その他の取り組み

- ・ 禁煙対策をしています。
- ・ 社員食堂にヘルシーメニューを導入し、毎日メールを配信して野菜の摂取を推奨しています。



公益財団法人 ときわ会

- 所在地：福島県いわき市
- 事業内容：医療・福祉業
- 従業員数：680人
- 2019年 健康経営優良法人認定
(大規模法人部門)



禁煙外来の設置

禁煙外来を開設し、職員の健診時に喫煙率調査を行っており、産業医、総務課、健診センターそれぞれが、職員の喫煙率を減らすことを目標として、役割分担を決めて禁煙対策に取り組んでいます。

産業医は「喫煙者への面接指導や禁煙外来への受診を勧奨」、総務課は「産業医へ喫煙者の情報提供・禁煙外来の費用補助」、健診センターでは「禁煙外来受診者の後追い調査」をするなどして、それぞれの部門が関連して取り組むことで、職員へのきめ細やかなフォローを実施しています。

その他の取り組み

- ・ カロリー摂取量や減塩などに配慮した食堂メニューの提供をしています。
- ・ ストレスチェックを活用した産業医面談を実施しています。
- ・ 産業医によるメンタルヘルス教育の実施、健康増進研修をしています。
- ・ 産業医等による従業員を対象とした健康セミナーを定期的実施しています。

「健康経営優良法人認定」で貴社の 企業イメージを高めるチャンスです

以下 2019 年 9 月現在の状況です。詳細や最新の情報については経済産業省のホームページ等でご確認ください。

健康経営優良法人とは

従業員の健康づくりに積極的に取り組む優良な法人を、経済産業省、日本健康会議※が顕彰する制度です。従業員や求職者、関係企業や金融機関などから「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる法人」として社会的に評価を受けることができる環境を整備することを目標としています。自社の健康づくりの次のステップとして目指してみましょう。

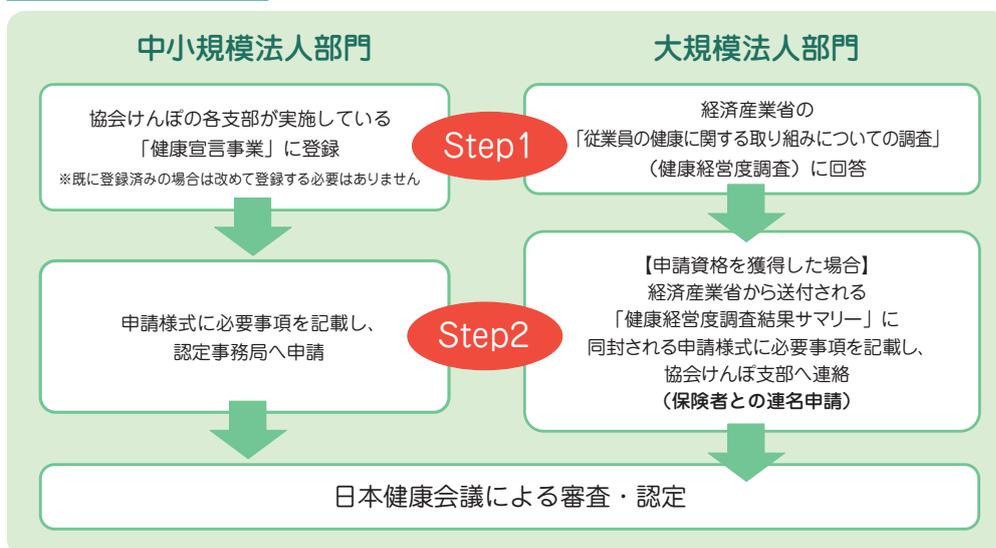
※日本健康会議は、行政（経済産業省、厚生労働省、自治体）と民間組織（経済団体、医療保険者、医療団体等）が連携し、健康寿命延伸や適正な医療の実現を目的とした活動体です。

認定対象 （会社上の会社等及び士業法人の場合）

中小企業基本法上の業種	中小規模法人部門 <small>※従業員を1人以上使用していること</small>		大規模法人部門
	資本金の額又は出資の総額	常時使用する従業員の数	
① 製造業、その他 <small>（②～④を除く）</small>	3 億円以下	又は 300 人以下	301 人以上
② 卸売業	1 億円以下	又は 100 人以下	101 人以上
③ サービス業	5 千万円以下	又は 100 人以下	101 人以上
④ 小売業	5 千万円以下	又は 50 人以下	51 人以上

（例）従業員数 400 名で資本金が 2 億円の製造事業者はエントリーの際「中小規模法人部門」、「大規模法人部門」のいずれかを選択できます。

手続きの流れ



認定基準

評価項目	中小規模法人の場合※
健康宣言の社内外への発信及び経営者自身の健診受診	必須
健康づくり担当者の設置	
①定期健診受診率（実質 100%）	左記①～④のうち 2 項目以上
②受診勧奨の取り組み	
③ 50 人未満の事業場におけるストレスチェックの実施	
④健康増進・過重労働防止に向けた具体的目標（計画）の設定	
⑤管理職又は従業員に対する教育機会の設定	左記⑤～⑧のうち少なくとも 1 項目
⑥適切な働き方実現に向けた取り組み	
⑦コミュニケーションの促進に向けた取り組み	
⑧病気の治療と仕事の両立の促進に向けた取り組み（⑮以外）	
⑨保健指導の実施又は特定保健指導実施機会の提供に関する取り組み	左記①～⑮のうち 7 項目以上
⑩食生活の改善に向けた取り組み	
⑪運動機会の増進に向けた取り組み	
⑫女性の健康保持・増進に向けた取り組み	
⑬従業員の感染症予防に向けた取り組み	
⑭長時間労働者への対応に関する取り組み	
⑮メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組み	
受動喫煙対策に関する取り組み	必須
（求めに応じて）40 歳以上の従業員の健診データの提供	
法令遵守、リスクマネジメント	

※大規模法人部門の認定基準については経済産業省ホームページ等でご確認ください

応募の詳細や申請用紙等は

健康経営優良法人認定制度

検索



作成 全国健康保険協会 北海道・東北ブロック
(北海道支部・青森支部・岩手支部・宮城支部・秋田支部・山形支部・福島支部)