

健康経営をすすめるために

健康経営の進め方

1 「健康宣言」（理念・方針）の実施

健康経営を経営理念の中に明文化し、企業として取り組む姿勢を社内外に発信しましょう。
▶ 中小規模の企業は、協会けんぽ等の医療保険者が実施する「健康宣言」事業に参加しましょう。

2 実施できる環境を整える

経営層全体で取り組みの必要性を共有したり、担当者・担当部署を設置するなど、取り組みやすい体制をつくりましょう。

3 具体的な対策の実践

自社の健康課題を見つけ出し、目標を設定した上で施策を実行しましょう。

4 取り組みの評価

施策の効果を経営層を含めて確認し、現状の取り組みの評価を次の取り組みに生かしていきましょう。



地元企業の取り組み紹介

大鎌電気株式会社

I 健康経営優良法人に取り組むきっかけについて

2019年の夏頃に健康経営の認定があることを保険代理店の方に教えて頂きました。要件を見ると、既に弊社で取組んでいた会社の制度や仕組みで認定を受けられる可能性が高いことを知り、2020年から申請しています。

2018年に働き方改革関連法が成立し、2019年4月から順次施行が始まりました。弊社では施行に先立ち従業員がワーク・ライフ・バランスに合わせた働き方ができるように、2018年からさまざまな取組を始めました。

企業価値を高めるために下記の項目を取り組みました。

- 1.ISO9001・14001の取得
- 2.働き方の環境整備のため、北海道あったかファミリー応援企業
(※現 北海道働き方改革推進企業 認定)の登録
- 3.健康事業所宣言
- 4.SDGsの宣言
- 5.一般社団法人日本テレワーク委員会への加盟
- 6.会社のフリーアドレス化
- 7.書類の電子化
- 8.iPadを全社員に支給、コミュニケーションツールの導入

また、2019年には経営理念を新規に定義することで働くことの目的を社員全員で共有しました。

弊社の経営理念は以下です。

「社員の幸せと自己実現を第一に考え、仕事を通じて出会った全ての人の幸せ実現のために、一丸となり行動することで、世の中に貢献できる企業を創る」

会社の財産＝人財です。

人財が育てば、その分お客様へ質の高い技術を提供でき、地域貢献に繋がると考えております。社員が安心して、ワクワクしながら働ける環境を会社が準備して、社員間で人間力を高め合っていき、物心両面の豊かな人生を手に入れてほしいと願っています。そしてその輪がどんどん広がって、周りの環境が良くなる未来を想像し、創造できるよう、人材育成に力を入れております。

Ⅱ 自社の主な取り組み

- ①終身医療・介護保険制度の導入
- ②GLTD保険制度の導入
- ③がん保険制度の導入
- ④M3 Patient Support Program制度の導入
- ⑤福利厚生クラブ制度の導入
- ⑥社屋での完全禁煙の実施
- ⑦社員全員健康診断&歯周疾患病検診の受診
- ⑧フリーアドレス導入
- ⑨女性用更衣室・男性用更衣室完備
- ⑩女性用トイレ・男性用トイレ完備
- ⑪働き方改革推進教育の実施
- ⑫健康経営教育の実施
- ⑬kintoneアプリを用いて自宅で検温報告・管理
- ⑭健康経営ゲーム・健康チェックカード心技体の実施



⑧固定のデスクを廃止し、フリーアドレスを導入



⑨女性更衣室・男性更衣室を完備し、より働きやすい環境へ。

健康経営ゲームとは健康の定義に沿って会社運営を疑似的に体験しながら、個人の健康状態が会社の業績に与える影響を実感できる体験型シミュレーションゲームで健康チェックカード心技体は自らの体を動かし、1グループ3～4名で競い合いながら、心身の健康状態を数値で「見える化」する体験型ツールです。代表の大鎌が健康経営ゲーム・健康チェックカード心技体の公認ファシリテーターの資格を取得し、社員全員に対して健康経営教育を行っています。

研修中は社員が自発的に動き回り、目標クリアにむけて協力する姿が見られ、社員間の積極的なコミュニケーションの場としても有効です。



⑬自宅で検温、アプリに入力することで、出勤前に体調の変化に気づくことができ、コロナ感染拡大の予防につながる。



株式会社川股設備工業

I 健康経営優良法人に取り組むきっかけについて

会社の財産である人材、会社の価値である技術サービス、会社の健全性である財政を育てることができなければ、これからの様々な時代の変化に順応していくことが出来ず、経営基盤の貧弱化につながる事となります。

2018年は「育てるそして育つ」を合言葉に意識改革を持って行動を実行し、その中でカワマタグループ健康経営を確立し、宣言することとしました。

健康経営優良法人認定を取得できるように働き方改革を継続的に整備していくこととなりました。

健康経営への取り組みとして、まずは、2017年12月27日「健康事業所宣言」を行いました。

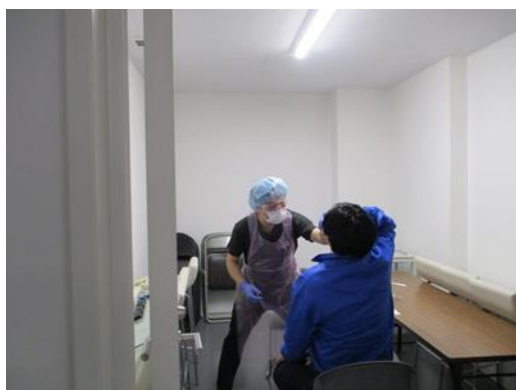
また、翌年の2018年には健康経営優良法人2019の申請を行いました。

II 自社の主な取り組み

当社は2019年に認定を受け、2020年、2021年と3年連続で認定を受けることができました。

昨年度からは独自の「かかりつけ医」による遠隔診療のシステム（日頃からの血圧等のデータも蓄積することができます）導入や感染症等BCPを策定し、当社の安全の基準を明確化し、社員の健康と安全を守り、企業としての継続力を担保し、当社の安全、安心をお客様へ提供することが可能となりました。また、今年度の春には抗原検査を実施するなど様々な取り組みを継続しています。

また、各関係者の協力のもと、カワマタグループ全体でいち早くワクチン接種にも取り組みました。



抗原検査の実施



市の出前講座を活用した研修会

Ⅲ 一緒に始めませんか？健康経営

健康経営は難しいものではありません。会社、従業員自らが動いて効果が出るものです。会社の従業員への健康投資と考え、今まで実施してきた健康診断等を徹底する、生活習慣改善推奨、運動の推進、喫煙対策、メンタルヘルス対策に取り組み、健康づくりメニューを実施するだけです。

当社は健康経営をひとつのツールとして捉え、企業価値を高める為に戦略、計画的に取り組んでいます。今年も色々な取り組みを実施、計画準備を行い、見直し、新しい企業価値を生み出す為、健康経営優良法人2022の申請を行いました。来年度は是非、皆さんも一緒に取り組みましょう。



I 健康経営優良法人に取り組むきっかけについて

人口減少やデジタル化を背景とし、2016年、創立70周年を機に新経営理念の制定ならびにオフィスリノベーションを実施しました。社員がイキイキと働くウェルビーイング経営を宣言し、2017年「第30回日経ニューオフィス賞 北海道経済産業局長賞」、そして、これまでの取組みが認定基準に合致したため「2021健康優良法人ブライト500」を受賞しました。

弊社の経営理念＝「私たちは、常に明日を見据え、“最適な策”を提供できるオフィスのプロ集団となり、国家の繁栄に貢献し、全社員の物心両面の幸せを実現します」

近藤商会は、「ヒト・モノ・カネ・情報」4つの経営資源のうち、あえて「ヒト」を重視した経営を実践しています。特に「健康と教育」には徹底的に投資をする。最終的に、「心身共に強い社員の集団にする」事が会社の業績向上および永続発展に必ず結びつく！と信じ、健康経営に積極的に取り組んでいます。

II 自社の主な取り組み

- ①産業医契約、安全衛生委員会の開催(月1回)、全社員のストレスチェックの実施(WEB)
- ②敷地内及び車両内における全面禁煙の実施
- ③全員定期健診&インフルエンザワクチン接種、生活習慣病健診(35歳以上)、胃カメラ検査(希望者)、役員PET検査&脳ドック(3年毎)を全額会社負担で実施
- ④テレワーク7割を実施、在宅勤務が難しい社員向けにサテライトオフィスを設置
- ⑤各地スポーツジムの法人契約(家族も利用可)、本店に卓球ルームを設置



サテライトオフィス



卓球ルーム

- ⑥全社員の事務用イスを高機能製品で統一（10万円程度/脚）
- ⑦マッサージチェア，仮眠スペース，血圧計常備のリラクゼーションルームを設置
- ⑧体調不良時の休養スペース（電動ベッド完備）2部屋を設置



リラクゼーションルーム



体調不良時の休養スペース

- ⑨有給休暇は原則として希望通り取得中
- ⑩オンライン勤怠システムを導入し，適切な残業時間管理を実施
- ⑪「心の癒しとAI研究の一環」として，a i b oを飼う
- ⑫女性社員向けに「気持ちも着替える」更衣室を設置，男性更衣室も新設



aiboのハッピー



女性更衣室

Ⅲ 健康経営の取り組みによる効果

- ①残業時間は，2011年は平均72時間／月，2021年は平均20時間／月以内に減少
- ②社員の働く姿勢に変化。体調管理も仕事として捉え，疲れたらいつでも自由に設備を活用して休み，リフレッシュしたら再開する，メリハリのある働き方になった。
- ③儲からないイレギュラー業務をよりシンプルにし，仕事を属人化させずに誰でもカバーできる仕組み作りを進め，大幅な経費圧縮と労働時間短縮につながった。
- ④働く時間や場所を選択でき，育児・介護など諸事情に応じて働くことが可能になった。
※一例として，芦別市で親の介護のため2週間テレワーク勤務の実績あり
- ⑤新聞他メディア取材，講演依頼が増加し，企業イメージの向上，営業基盤の拡大につながっている。
- ⑥実体験に自信を持つ社員が増え，事業活動が活性化している。

I 健康経営優良法人に取り組むきっかけについて

安全衛生委員会で産業医の先生より、経済産業省が健康経営を推進し注目されるようになってきたことや従業員の健康管理をすることで企業価値を上げたり、生産性の向上に繋がることを教えていただいたことがきっかけです。当社として従業員の健康管理に取り組むことは将来の人材確保に繋がると考え、健康経営に取り組む事と致しました。

II 自社の主な取り組み

1 従業員の健康課題の把握と必要な対策の検討

① 従業員の健康診断の受診（受診率 100%）

- ・全従業員が受診するため、勤務調整を実施し、期間内での受診を完了しています。
- ・生活習慣病等を持つ従業員には、産業医との面談を実施し、必要に応じて紹介状を発行して受診勧奨を行ったほか、未受診の従業員に対する個別の声かけなどを行った結果、受診率は100%となっています。

2 健康経営の実践に向けた土台作り

① ワークバランスの推進として適切な働き方の実現に向けた取り組み

- ・全従業員へ対して「厚生労働省の事業所で行うストレスチェック」を実施しています。
- ・従業員個々の労働時間を箇所毎に把握することで、業務を平準化し超過勤務時間削減と年次有給休暇の取得を促進し生活時間の確保に努めています。



3 従業員の心と身体の健康づくりに関する具体的対策

① 具体的な健康保持増進施策で長時間労働者への対応に関する取り組み

- ・産業医との面談による指導
- ・上司による面談と指導の実施
- ・安全衛生委員会における超過勤務時間の状況改善を目的とした、所属長などへの指導を行っている

② 運動機会の増進に向けた取り組み

- ・毎朝始業前の鉄道体操による傷害事故や腰痛防止
- ・産業医・保健師による女性の健康相談を年一回実施している。

③ メンタルヘルス不調者への対応に関する取り組み

- ・相談窓口を設置して従業員への周知を実施

④ 感染症予防に関する取り組み

- ・インフルエンザワクチン予防接種費用の一部補助を実施
- ・ワクチン接種及び副作用が発生した場合及び、家族が感染した場合又は感染疑いの際の勤務の取扱いについて従業員への周知
- ・全事業箇所において感染予防策を実施している。
- ・アルコール消毒液の設置、執務室における各デスクに感染防止パーテーションの設置や抗ウイルスコーティングの実施
- ・道南いさりび鉄道線を行く列車の車両内及び、駅自動券売機等については、定期的に抗ウイルスコーティングを塗布した感染防止対策を実施および各駅へのアルコール消毒液の設置

