



NEW

クローズアップ健康経営

職場の健康づくりの
ヒントがここにある！

健康経営
取組事例集







健保連愛知連合会の会員健保組合に加入する健康経営優良法人認定事業所の
取組事例を紹介しています（愛知連合会発行の広報誌「けんぽれんあいち」から転載）

健康保険組合連合会愛知連合会
けんぽれんあいち

はじめに

健康保険組合連合会愛知連合会（健保連愛知連合会）は、愛知県、愛知県商工会議所連合会、愛知県商工会連合会、愛知県経営者協会、愛知県中小企業団体中央会、全国健康保険協会愛知支部と連携し、「健康経営」の普及促進を図っています。

この事例集は、健保連愛知連合会の会員健保組合に加入する健康経営優良法人認定事業所の取組みを紹介しています。
「何から始めたらいいのかわからない」「他社の取組内容が知りたい」、こんなときに、本事例集を健保組合様および事業所様における健康づくり、健康経営の参考としていただければ幸いです。

「健康経営優良法人」認定への
はじめの一歩は『健康宣言』から！



紹介事業所一覧

※「取組内容」については、掲載内容にリンクしている項目のみのチェックとなっています。

活用方法①「取組内容」からチェック！
健康経営優良法人の認定要件の「小項目」分類に従って、ご紹介している取組内容に●をつけています。

活用方法②「業種」からチェック！
下記の業種分類に従い、アイコンを記載しています。

おもな取組内容	健康課題に基づいた具体的な目標の設定	健診・検診等の活用・推進（健康課題の把握）	ヘルスリテラシーの向上	ワークライフバランスの推進	職場の活性化	病気の治療と仕事の両立支援	保健指導	具体的な健康保持・増進施策	感染症予防対策	喫煙対策
2019年5月号掲載 **大成運送株式会社**（愛知県トラック事業健康保険組合） 運	●	●			●			●		
2019年9月号掲載 **東久株式会社**（トヨタ関連部品健康保険組合） 製	●	●		●	●			●		●
2019年11月号掲載 **ナオリ健康保険組合** 他		●	●	●		●	●		●	●
2020年1月号掲載 **鈴豊精鋼株式会社**（愛鉄連健康保険組合） 製		●	●					●		●
2020年5月号掲載 **株式会社オープンセサミ・テクノロジー**（愛知県情報サービス産業健康保険組合） 情		●	●	●	●			●		
2020年11月号掲載 **株式会社ブラザーエンタープライズ**（ブラザー健康保険組合） 卸	●	●	●		●			●		●
2021年1月号掲載 **株式会社デンソーエムテック**（デンソー健康保険組合） 製	●	●	●	●	●		●	●		●
2021年5月号掲載 **株式会社プロスチール**（豊田通商健康保険組合） 卸	●	●	●		●			●		●
2021年9月号掲載 **アイサンコンピュータサービス株式会社**（愛三工業健康保険組合） 情	●	●	●	●	●			●		●
2021年11月号掲載 **豊田安全衛生マネジメント株式会社**（トヨタ自動車健康保険組合） サ	●	●	●	●	●	●		●		

業種分類

運：運輸業　**製**：製造業　**卸**：卸売業　**情**：情報通信業　**建**：建設業　**不**：不動産業
サ：サービス業（他に分類されないもの）　**他**：医療法人、社会福祉法人、健康保険組合等保険者

おもな取組内容	健康課題に基づいた具体的な目標の設定	健診・検診等の活用・推進（健康課題の把握）	ヘルスリテラシーの向上	ワークライフバランスの推進	職場の活性化	病気の治療と仕事の両立支援	保健指導	具体的な健康保持・増進施策	感染症予防対策	喫煙対策
2022年1月号掲載 **株式会社チューゲン**（愛知紙商健康保険組合）（卸）	●	●	●		●			●	●	
2022年5月号掲載 **名鉄バス株式会社**（名古屋鉄道健康保険組合）（運）	●	●	●		●		●	●	●	
2022年9月号掲載 **セントラルヘリコプターサービス株式会社**（トヨタ販売連合健康保険組合）（運）	●	●	●	●	●		●	●		
2022年11月号掲載 **大同テクニカ株式会社**（大同特殊鋼健康保険組合）（製）	●	●	●	●	●		●	●		●
2023年1月号掲載 **株式会社中部**（サーラグループ健康保険組合）（建）	●	●	●				●	●	●	
2023年5月号掲載 **旭運輸株式会社**（名古屋港湾健康保険組合）（運）	●		●	●	●	●		●		●
2023年7月号掲載 **共立マテリアル株式会社**（ノリタケグループ健康保険組合）（製）	●	●	●	●	●			●		
2023年9月号掲載 **中電不動産株式会社**（中部電力健康保険組合）（不）	●	●	●		●	●	●	●		
2023年11月号掲載 **日本ガイシ健康保険組合**（他）	●	●	●				●	●		

業種分類

運：運輸業　**製**：製造業　**卸**：卸売業　**情**：情報通信業　**建**：建設業　**不**：不動産業
サ：サービス業（他に分類されないもの）　**他**：医療法人、社会福祉法人、健康保険組合等保険者

新企画

クローズアップ 健康経営 2019

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

2年連続で健康経営優良法人に認定

大成運送 株式会社

愛知県トラック事業健康保険組合（熱田・笠寺支部）



インタビューに協力いただいた
近藤部長（左）、仁田課員（中）、浅野課長（右）

会社概要
●本　社／名古屋市南区豊田5-17-13
●創　業／1907年　●社員数／120名（2019年3月末）

健保補助を活かして社員と家族の健康をサポート

社員の健康管理は全社的に推進し、健診受診率は5年連続で100%

当社は運送業のため、交通事故の観点から健康がクローズアップされる業種。以前より社員の健康管理については重点的に取り組んでいます。

会社で集団健診を実施していますが、社員の大半はトラックで外回りのため、配車を調整して、都合が悪い場合は、会社が健診機関を予約し、個別に受診してもらっています。

特定保健指導は、コスト面でもサービス面でも、健保組合のサポートを受けられるため、4年前から実施しており、実際に体重が減ったという声も上がっています。

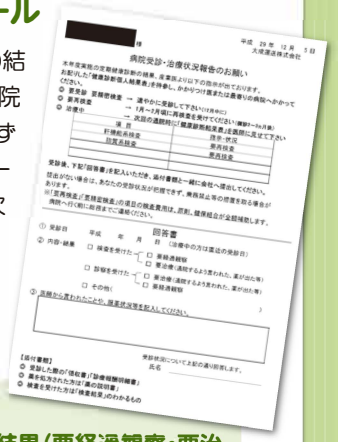
対象者は男性が多いので、女性の指導員からのアドバイスは素直に受け入れてくれています（笑）。



社内で特定保健指導を受ける社員

受診勧奨では「二次健診の費用は全額健保負担」をアピール

「要再検査」「要治療」などの結果が出た人には、『病院受診・通院状況報告のお願い』を渡し、必ず受診してもらっています。アピールポイントは、「健保補助で二次健診の費用は負担ゼロ」。最初は受診してもらえなかったのですが、受診率は年々上昇しています。

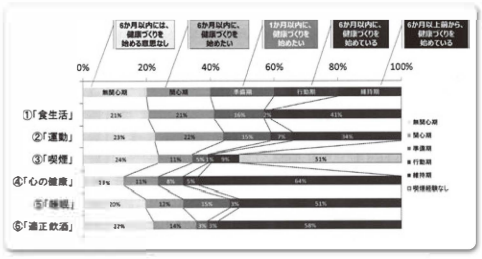

病院受診・治療状況報告のお願い

『病院受診・通院状況報告のお願い』には、「受診日」「内容・結果（要経過観察・要治療）」「医師から言われたこと・服薬状況など」を記入のうえ、領収書と処方薬の説明書も添付してもらいます。

保険会社と協力してアンケートを実施・分析

保険会社に依頼し、約60項目にわたる健康に関するアンケートの実施・結果分析を行っています。社員の健康への関心度や何が求められているのか、問題点などを洗い出すために活用しています。

「食生活」「運動」「喫煙」を重点課題と考え、これらへの関心・興味と行動を促すため、健康保持・増進に向けて取り組んでいます。



アンケート結果の一例

筋肉部（?）が健康づくりと社員同士のふれ合いの場に



会社の正式な部活動は野球部のみですが、昨年から筋肉部（?）が有志でスタート。各自で器具を持ち寄って、みんなで筋肉を鍛えています（笑）。いろいろな職種の人が集まっているので、懇親の場にもなっています。

筋肉部のリーダーは筋トレの知識があるため、我々は安心して見守っています。

今後に向けた展開　女性社員&家族も巻き込んだ健康増進を

今までやってきたことをベースに、今年度は、女性社員の健康増進として健診の補助などを拡充したいと考えています。また、配偶者の健診結果を提出してもらうなど、家族も巻き込んだ取組みをしていきたいと思います。



ホームページの「採用情報」のページには、家族向けのメッセージを掲載

インタビューに同席いただいた愛知県トラック事業健保組合 安達課長のコメント

健保組合は健診・保健指導の受診率・実施率を前面に出す傾向にありますが、本来は加入者に最適な保健事業を展開することが使命。当健保組合の加入者の平均年齢は46歳と高く、10年後、20年後を見据えた保健事業が求められています。事業所にとって、安全配慮や人材確保等にも役立ち、ひいては医療費適正化につながる事業を、事業所と一体となって進めていきたいと考えています。

当健保組合のホームページで事業所の取組み（特定保健指導や優良法人認定）を随時お知らせしています。

クローズアップ
健康経営 2019
【第2回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

東久 株式会社

トヨタ関連部品健康保険組合（三河支部）



管理部人事総務グループのみなさん
〔取材にご協力いただいた水野グループリーダー（後列右）、川口課員（前列中央）〕

会社概要
- ●本　　社／丹羽郡大口町余野1-60
- ●創　　業／1941年　●社 員 数／398名（2019年7月末）
- ●事業内容／カーエアコン用コンプレッサ部品の製造・販売など

専門職がいなくても、創意工夫で健康経営を着実に推進

全社員直筆の「健康宣言旗」で意識付け & 一体感を醸成

健康経営の取組みのキックオフとして、全社員に健康目標を記入してもらい、「健康宣言旗」を作成しました。とにかく、“全員、一人も漏れなく”にこだわり、直接参加してもらうことで、意識付けにも効果があったと同時に、社内の一体感も芽生えました。



みんなの目標を見ることで健康課題の把握にも役立ちました。

禁煙デー & 手作りポスターで喫煙率は5年で40%→30%に低下

禁煙対策にも力を入れていますが、効果的だったのは「禁煙デー」。スタート当初は「第1金曜日、第2金曜日の13時～終業まで」とし、今年4月から「すべての木曜・金曜日の15時10分から終業まで」に変更しました。

1回の時間を短くするかわりに回数を増やし、禁煙のことを考えてもらう機会を増やしました。また、喫煙所に手作りのポスターを掲示し、40%だった喫煙率が5年で30%まで下がりました。



▲いろいろな角度から喫煙者へ訴える手作りポスター

禁煙タイムは、スタート当初は社長と一緒に見回りをするなど、厳しく実施しています。

健保の健康づくりキャンペーンをアレンジして展開

健保組合の健康づくりキャンペーンである「ヘルスマ♥チャレンジ」を「オリジナルヘルスマ」として運用しています。当社では個人での取組みを評価するようにし、“シンプルにわかりやすく”を心がけ、毎日実施した項目に○を記入してもらうだけの方法を取り入れています。

区分	実施項目	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
食事	三食バランスよく食事した（特に朝食は抜かなかった）	○	○		○		○	○	○	○	
	夕食後、就寝までに2時間以上開けた（間食も含む）		○	○	○						
	腹8分目を心がけた	○	○		○						
運動	ラジオ体操をした（しっかり）	○		○	○						
	10分以上運動、又は20分以上ウォーキングした										
歯磨き	1日に2回以上歯磨きをした（就寝前は5分以上）	○	○	○	○						
	デンタルフロスや歯間ブラシを実施した	○			○						
睡眠	6時間以上睡眠した	○		○							
禁煙	タバコを吸わなかった		○		○						
その他	体重測定をした	○		○	○						
日々の獲得ポイント		7	5	5	8						

取組み項目は担当者で話し合い、毎年見直しています。健保組合が重視している「朝食」「歯みがき」は必ず入れています。

人間ドックの受診率は70%の高水準、家族にも会社の補助&社長メッセージで受診促進

35歳以上の社員には健保補助で健診費用の半額を、さらに会社が7,000円を補助しており、人間ドックの受診率は70%前後を推移しています。“35歳になったら受けるのが当たり前”という風土が根付いています。

昨年からは配偶者に対しても同様の補助を行っています。また、健診未受診の家族には、社長メッセージを送付し、一人でも多くの方に受診していただくようにしています。

働き方改革に向けてキックオフ

ワーク・ライフ・バランスの向上のため、働き方改革への取組みを開始しています。これらを推進し、安心して働き続けられる職場環境の整備と、ご家族も安心して暮らすことのできる魅力ある企業づくりを目指していきます。

おもな取組み活動
- ●定時退社日の設定（毎月最低2日）
- ●会議の時間制限（45分以内）
- ●社内メールの時間制限（20時まで）
- ●朝9時前のミーティングの禁止
- ●仕事を棚卸し、徹底して無駄を排除

インタビューに同席いただいたトヨタ関連部品健保組合 大参さんのコメント

事業所の「健康づくり」において、健保は事業所の活動を支援するのが役目だと思います。その一環として、毎年2月に事業主の方に集まっていただき懇談会を開催していますが、今年は「健康経営」をテーマにした講演と、東久様に取組み事例発表を行っていただきました。東久様にはその後、他の事業所からの問合せにも快くご対応いただいています。

また、当健保にも「健康経営」についての問合せが増えています。より多くの事業所が「健康経営」に取り組み、優良法人の認定を受けられるよう、愛知連合会の協力を得ながら進めていきたいと思っています。

クローズアップ
健康経営2019
【第3回】

愛知県内の健康経営優良法人を訪問しました

ナオリ健康保険組合

大曽根支部

概要
- ●所 在 地／名古屋市東区武平町5-1 名古屋栄ビルディング4階
- ●設　　立／1940年
- ●役職員数／12名（2019年9月末）



前列左より黒柳課長、田財常務理事、原谷事務長

健保組合が率先して優良法人認定を取得、事業所の先導役に

「健康経営優良法人2019」において、中小規模法人部門で認定を受けたナオリ健保組合の田財常務理事に、健保組合としての認定取得の意義や他の健保組合に対してのアドバイスをお聞きしました。

健康経営優良法人認定取得のきっかけは？

一昨年に始まった健保連愛知の「健康宣言」が契機となっています。その後、コラボヘルスとして、事業所と健診結果を互いに共有し、昨年は各事業所と覚書を交わしました。この過程において、「健保組合が認定を取らずして、健康経営を語れない」ということで、2019年の優良法人に申請し、無事認定されました。

しかしながら、役員会等でナオリ健保として優良法人に認定された旨の話をしても、「よく認定されたね」とは言ってもらえず、逆に「健保は最初に認定されないといけないね」という声を多く聞きました。事業所側の視点では、“健保組合は認定されていて当然”という見られ方をしているのだなと痛感しました。

取組み内容は？

特別なことは何もしていません。幸いなことに、認定において一番重要視される「働きやすい環境」のベースはもともとありました。新たに始めたことは、「ヘルスリテラシーの向上」のための【月1回、健康情報紙を職員に回覧】と「受動喫煙対策」のための【就業時間内の禁煙】。現在、喫煙者は2名だけですが、来年には禁煙してくれることを期待しています（笑）。

ナオリ健保組合の取組み内容

- ●定期健診の受診率100%（就業時間内に実施）
- ●二次検査等該当者への受診勧奨（就業時間内に実施）
- ●特定保健指導の就業時間内の実施・場所の提供
- ●定時帰宅と有給休暇取得の促進
- ●1時間単位での有給休暇の取得による病気と仕事の両立支援
- ●アルコール消毒液の設置とマスクの配付
- ●健康情報紙の回覧（月1回） NEW
- ●就業時間内の禁煙 NEW

健康経営に対する事業所の反応は？

算定基礎届の説明会時に、希望する事業所に健康経営のガイドマップを配付しました。多くの事業所（80社程度）から引き合いがありました。

我々の事業所は、中小企業がほとんどで、人材採用面で非常に厳しい状況に置かれています。優良法人認定は、採用においてPR材料となるため、そこに期待しているという声も多く耳にします。

当健保組合の認定の流れをある事業所担当者に説明した際、「そんな簡単なのですか!?」という反応で、その事業所はさっそく健康宣言をし、2020年の優良法人認定の申請もしました。ハードルは決して高くないことを伝えられれば、中小規模法人部門であれば、難しくはありません。我々もそういった案内・周知の重要性を再認識しているところです。

ナオリ健保組合・田財常務理事からのメッセージ

いざ「申請しよう!」と実施項目を読むと、取り組まなければならないことが多く感じます。しかし、**どの健保組合も実際は既にやっていることがほとんど。難しく考えず、今何をしているのか、そこに何をプラスすればいいのかを考えていけば、十分に対応できる**と思います。

毎年認定をとることはプレッシャーに感じる部分もありますが、**健康経営の先導役として、やはり健保組合が認定を得ることは不可欠**だと考えています。また、**各事業所が健康経営に取り組むことは、最終的に、我々健保組合のデータヘルス計画やコラボヘルスにとっても有益**なため、事業所の優良法人認定のサポートを引き続き強力に推進していきます。

健保連愛知連合会 事務局からのコメント

健保連愛知と協会けんぽ愛知支部と愛知県の3者を中心に、経営者団体も含めて計7団体で健康経営を推進しています。健康宣言事業についても、他県と違い、健保連愛知と協会けんぽ愛知支部の項目の差異はほとんどありません。この姿勢は崩さないという共通認識をもって今後も進めていきたいと考えています。

2019年度における愛知県の健保組合の優良法人認定は93組合中10組合（大規模3・中小規模7）でした。2020年度の中小規模法人部門の申請は10月末をもって終了していますが、申請していない健保組合はぜひ2021年度に向けて取組みを進めていただきたいと思います。ご不明な点は健保連愛知連合会事務局までお問い合わせください。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　365事業所（10月9日現在）［前号（9月号）掲載時より36事業所増］

クローズアップ
健康経営 2019
【第4回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

鈴豊精鋼 株式会社

愛鉄連健康保険組合（中村・一宮支部）



左から総務部の渡辺部長、森村さん、今場さん、村越課長、仲神係長

会社概要
- ●本　　社／名古屋市緑区清水山1-132
- ●創　　業／1949年　　●社 員 数 ／200名（2019年10月末）
- ●事業内容／みがき棒鋼・冷間圧造用鋼線・冷間鍛造品などの製造および販売

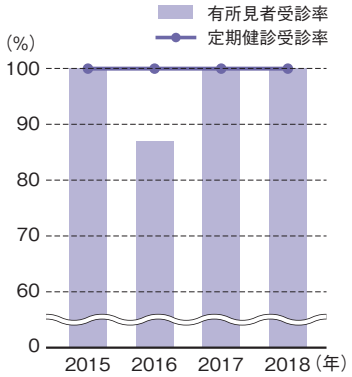
「企業は人なり」、社員の健康管理を積極的に実践

健診受診率100%はあたりまえ、有所見者受診率100%継続

2012年、社員が健診で悪い結果が出ていたにもかかわらず適切な処置を怠り、会社としてもフォローできず、非常に残念な結末を迎えてしまいました。その時、我々総務部はもちろん、社長、上司全員が悔やみ、もう二度と同じ苦しみを味わいたくない、社員・家族にもさせたくないという強い思いを抱きました。

2014年に健診受診率100%を達成し、それ以降は「有所見者受診率100%」を目指し、それも2017年に達成し、継続中です。同時にインフルエンザ予防接種や喫煙対策なども愛鉄連健保組合と一緒に取組みを進めてきました。

そして2017年、健保組合から健康宣言をしてみませんか?という話をいただきました。健康経営のための宣言ではなく、あくまでも社員の健康管理のための活動の延長線上にありました。



毎年、健康セミナーを企画・実施

健診受診率100％を目指すなかで、“健診結果の見方がわかるセミナーを開きたい”と、健保組合へ相談、実施したのを機に、2014年から年に2回、健康関連のセミナーを開催しています。



テーマは我々で決めていますが、最近は若手職員ならではの自由な発想で「体の臓器はどこにあるの?」など、これまでとは違った内容を実施しており、また講師は健保組合や健診機関、専門業者に依頼しています。



主なセミナー内容
- ●がんにおける仕事と治療の両立
- ●あなたの味覚大丈夫?
- ●プチッと血糖測定
- ●体の臓器はどこにあるの?
- ●食べたものはどのように排出されるの?

課題は「家族健診」「女性社員の婦人科検診」「喫煙対策」

健保組合で家族の共同巡回健診を実施されており、2018年より自己負担が6,000円から3,000円に引き下げられました。会社からも2,000円の補助を出してもらえるようになり、2019年度の受診率は56%と、当面の目標であった50%を達成しました。今後は100%を目指して、少しずつ受診率を上げていきたいと考えています。

女性社員の婦人科検診は、受診者が健診機関に予約し、有給休暇を使用して受けなければいけないので、この点を整備していきたいと考えています。また、喫煙対策も教育による意識改革・環境改善（ルール変更）など、中期計画では諦めず継続的に改善していきます。

メンタル対策は“不調の芽を事前に摘み取る”

これまで、メンタルヘルス不調者対策は休職寸前の方に対し、どう対応するかという考え方でした。今は、産業精神保健（IMH）研究所と連携し、休職者に“どう休んでもらうか”を目的に、休職中に通院してもらい、状態を確認できる体制をとっています。

一方で、休職に至る前段階で対処するため、愛知心理教育ラボに依頼し、社員全員一人ひとりと臨床心理士との面談を一人40分実施しました。2019年からは、2年に1回全員に実施する体制にしています。やはり、さまざまな問題が浮き彫りになり、面談を通じて集まった情報は総務部で報告を受け、ケースによっては、通院勧奨などを行っています。

私の夢は、社員の家族向けに工場見学を行い、「お父さんはこういうところで働いているんだ!」と家族に感じてもらうこと、そして帰りに夫婦で健診を受けてもらうことです。いつか誰かが実現してくれると信じています!（笑）　村越課長

インタビューに同席いただいた 愛鉄連健保組合 伊佐次課長のコメント

セミナーは、打合せの段階からいろいろとアイデアをいただいています。加入事業所のニーズを知ることができ、とても参考になっています。セミナーに参加される従業員のみなさんはとても積極的で、健康意識が高いと感じています。当組合の分析で同規模事業所と比べ、健診項目の総合ランキングが1位となっていますので、総務部のみなさんの取組みが結果に結びついていると思います。次回は、禁煙に関する企画でいいものを作りたいですね。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　397事業所（12月10日現在）［前号（11月号）掲載時より32事業所増］

クローズアップ
健康経営 2020
【第5回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

株式会社 オープンセサミ・テクノロジー

愛知県情報サービス産業健康保険組合（鶴舞支部）



森岡取締役・総務部長（左）、名打さん（右）

会社概要
- ●本　　社／名古屋市中村区平池町4-60-12 グローバルゲート22F
- ●創　　業／2003年
- ●社 員 数／116名（2020年3月末）

“親心”で社員に寄り添い、コミュニケーション強化と働きやすい環境を整備

社員発で職場のコミュニケーションをはかる

社長がみんなでワイワイやるのが好きなこともあり、創業当時から社内のコミュニケーションを重視しています。今では、「イベント部」のメンバーが旅行やリレーマラソンなどを企画・実施してくれています。今年は、初めて運動会を開催する予定でしたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のために中止しました。

また、社員がプライベートの予定を社内のスケジュールに入れてみんなに周知することで、プライベートの時間を確保しやすくしています。こういったアイデアも健保組合のセミナーで紹介してもらい、非常に参考になっています。


「子ども参観日」を実施しており、社員のお子さんに実際に職場に来てもらい、プログラミング体験などをしてもらっています。

「運動頑張ったで賞」で1年間の運動を振り返る

2018年に本社をささしまライブに移転したのを機に、「運動頑張ったで賞」を創設しました。基本的には、名古屋駅から本社までの1駅を歩いた方を対象としています。さらに、プラスで運動をしたかどうか、自己申告でやってもらっています。

会社としても交通費を削減できるし、社員の健康にもつながる。削減分を還元するという考えで、達成度に応じてささやかな賞品をお渡ししています。2割の社員が挑戦しており、自分自身が振り返って、運動が「できた」「できなかった」と自覚してもらうきっかけになればと思っています。





運動頑張ったで賞はその達成度に応じ、「豪傑賞」「強者賞」「初陣賞」を用意。挑戦してくれなかった人には「残念でしたで賞」とともに、頑張ってねというコメントをつけています。健診結果についての産業医のコメントも一緒に渡しています。

睡眠障害、メンタル対策が課題

当社は平均年齢が低いため、疾患を抱えている社員はほとんどいません。ただし、睡眠障害やメンタル不調の方はわずかながらいます。兆候として、遅刻が多くなる傾向があるため、そのときは、まず産業医との面談を受けてもらい、今後の対応を決めていきます。健保組合にアドバイスをいただきながら、状況に応じた対応マニュアルも用意しています。

40歳以上の社員には健保組合から人間ドックに補助が出ており、オーバー分は会社が補助しています。保健指導の対象となった方には、健診結果を産業医にみてもらい、そのコメントを対象者に伝えています。

退職後の人生も見据えて、健康寿命の延伸を願う

健康経営優良法人に加え、「愛知県ファミリー・フレンドリー企業」「名古屋市ワーク・ライフ・バランス推進企業」の認定もいただいています。“やるべきことを当たり前にやる”、これをモットーに取り組んできた結果だと思います。次は厚生労働省の「子育てサポート企業（くるみん）」の認定を目指しています。

また、社員の健康寿命を考えていけたらと思っています。若いときからの積み重ねで、人生の後半ができあがるということを頭のなかに描いてもらえるよう、意識づけをしていきたいです。

県外のみならず、韓国やインドなど親元を離れて働いている社員もいますので、健康に限らず、相談ごとがあるときは、しっかり耳を傾けるという姿勢を心がけています。

インタビューに同席いただいた 愛知県情報サービス産業健保組合 成瀬課長のコメント

オープンセサミ・テクノロジーさんは当組合で最初の健康経営優良法人の認定企業であり、各種セミナーへの積極的な参加に加え、コラボヘルスにもご協力をいただいています。血糖、血圧が高い方への声掛け、受診勧奨通知の配付なども会社から行っていただけているため、当組合の中でも非常に健康的な職場です。

我々の業界の特徴は、平均年齢が低く、喫煙率・飲酒率は他健保と比較すると全体的に低くなっています。その中で、傷病手当金の7割がメンタル関連であることからも、課題はメンタル対策です。今後も引き続き、加入事業所の協力をいただきながら、課題解決に向けて取り組んでいきたいと考えています。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　413事業所（4月1日現在）［前号（1月号）掲載時より16事業所増］

クローズアップ
健康経営2020
【第6回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

株式会社ブラザーエンタープライズ

ブラザー健康保険組合（熱田・笠寺支部）



左から経営企画部の泉部長、林田さん、喜多代表取締役社長、ブラザー工業㈱ 川角産業医、ブラザー健保組合・保健推進センター 中根センター長、ブラザー工業㈱ 日笠保健師

会社概要
- ●本　　社／名古屋市瑞穂区苗代町26-17
- ●創　　業／1990年　●社 員 数 ／44名（2020年9月末）
- ●事業内容／アミューズメント関連機器の企画・開発・製造・販売

会社と健保と産業医・保健師が一体となり、健康施策を推進

ブラザーグループヘルシーカンパニー※1の最優秀賞を2年連続受賞

当社は「健康経営優良法人」3年連続認定、ブラザー健保の「健康スコア※2」第1位、「健康ブラザー2025※3」20項目中7項目達成などが認められ、ブラザーグループの「ヘルシーカンパニー2019」に2年連続で最優秀賞に選ばれました。

しかしながら、右記の課題を抱えており、社として、さまざまな取組みを進めています。

「健康スコア」からみえた課題

❶メタボ非該当率 グループ平均より低い **61.1%**

❷不適切な飲酒率（毎日飲酒する） グループ平均より高い **23.8%**

❸喫煙率 ブラザー2025の目標値10%より高い **16.7%**

※1「ヘルシーカンパニー」
ブラザー工業㈱が健康経営への取組みを総合的に評価し、優秀であったグループ会社を表彰する制度。

※2「健康スコア」
ブラザー健保組合が加入事業所のレセプトデータ、健康診断結果、傷病手当金の支給状況等を分析し、点数化したもの。

※3「健康ブラザー2025」
健康経営理念に基づいて設定した、2025年までに達成すべき長期目標。（「喫煙率10%未満」など）

ウォーキングや健保のキャンペーンを活用し、健康機運の醸成とともに、社内のコミュニケーションも円滑に

2018年度に1ヵ月間のウォーキングキャンペーンを独自に行いました。参加希望者に歩数計を配付し、毎日の歩数を記録してもらう、というシンプルなものでしたが、社員の9割が参加し、出勤時にひとつ手前の駅から歩いたり、遠回りしてたくさん歩く人もいたりと、社内の健康機運を高めるのに大変有効でした。

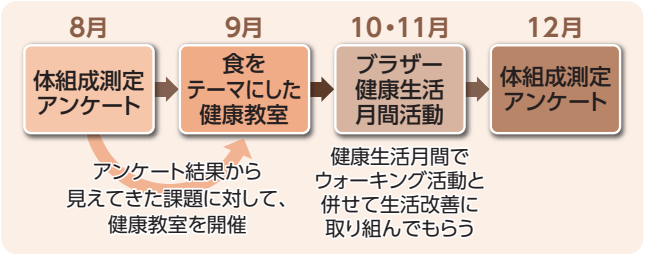
さらに、産業医と保健師による健康講話、外部事業者によるセミナーの開催、健保組合が実施している「ブラザー健康生活月間活動」について、部門のグループマネージャーを通じて全社員に周知徹底を図るなどしました。

2019年度は、ウォーキングキャンペーンを2ヵ月間に延長するとともに、ブラザー健康生活月間活動から「毎日体重を測ろうコース」「ほろ酔いコース」を社として推奨し、独自の賞品も用意しました。

「毎日体重を測ろうコース」においては、各フロアに体重計を設置し、気軽に測定できるように。優勝者へ5,000円の商品券を用意したところ、白熱した争いが繰り広げられました。「ほろ酔いコース」では、社長も参加して毎日飲酒する人10人程度のチームを作り、各自飲酒に関する目標を立て、メーリングリストで状況を共有し、励まし合いました。社長の発案で賞品は特定保健用食品のノンアルコールビールを用意し、遊び心も加えました。

メタボ対策は長期スパンで

メタボ対策として、現在8月から12月までの取組みの真っ最中です。まず、全社員を対象に体組成測定と食事に関してのアンケートを実施し、それを分析したうえで、食事に関する健康教室を開催しました。設定目標に向けて、10月・11月に食事とウォーキングの活動を取り組んでもらい、12月にもう一度体組成測定を行う予定です。健康教室では、アンケート結果からコンビニで昼食を買う方が多かったので、その参考になるような実践的な内容とし、社員からも非常に高評価を得ました。



喫煙対策は慎重に【喜多社長談】

社員の喫煙者は7名程度です。対策としては、世界禁煙デー（5/31）は館内禁煙、保健師による禁煙講話や禁煙成功者の体験談をメール配信するなどしています。ブラザーグループでは部門長と社員がペアになって一緒に禁煙する取組みをしており、私も一人ずつ声をかけましたが、みんなから「禁煙だけは勘弁して」と泣きそうな顔で言われてしまいました。自分が禁煙の苦労をよくわかっているため、なかなか強く言えません（笑）。いずれにしても、本人の気持ちに寄り添うことが大切だと思っています。

インタビューに同席いただいた ブラザー健保組合・保健推進センター 中根センター長のコメント

ブラザー健保には20年以上前からの健診結果がすべて蓄積されています。そのデータなどをもとに、「健康スコア」を作成、事業所に提供し、健康課題に基づいた健康改善計画書の作成と具体的な実施をお願いしています。実行力が問われるなかで、ブラザーエンタープライズさんは、喜多社長を中心に社員のみなさんが積極的に行動されていることがとてもいい結果につながっています。今後もぜひ継続していっていただきたいと思っています。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　489事業所（10月16日現在）

クローズアップ
健康経営 2020
【第7回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

株式会社 デンソーエムテック

デンソー健康保険組合（三河支部）



左からデンソー健保組合・山崎室長
㈱デンソーエムテック 経営企画部・安形理事、松尾さん、鵜野さん、松下さん

会社概要
- ●本　　社／知多郡阿久比町大字草木字芳池1
- ●創　　業／2000年　　●社 員 数／151名（2020年11月末）
- ●事業内容／専用機製作・改造、計測器管理・校正、中古機械転用　など

デンソーグループが一丸となって社員の健康づくりをアシスト

㈱デンソーとデンソー健保の充実したサポートをフル活用。健保作成の「コラボヘルスレポート」から社員の健康課題を把握し、健康施策のヒントに

社員の健康づくりに関して、㈱デンソーと健保組合から非常に手厚いサポートがあります。例えば、㈱デンソーからは健診予約システムが提供されており、社員・管理者ともに基本健診の予約のほか、任意のがん検診の選択、結果のダウンロードが可能です。就業制限などの状態もわかりますし、未受診者の情報も提供してもらえます。

デンソー健保からは健診結果や医療費通知の閲覧、歩数・体重・血圧等の記録などが行えるポータルサイトや禁煙サポート、ウォーキングアプリなどが提供されていますが、とくに健康情報の把握に役立っているのが、**「コラボヘルスレポート」**です。事業所ごとの健診データのほか、疾病、医療費、生活習慣などのデータが詳細に分析されており、グループ44社の順位比較もされているため、非常に参考になります。

さまざまな事業を土台に、当社の裁量で「就業時間内の特定保健指導」、「事業所内での婦人科検診」などをプラスすることで、例えば特定保健指導の実施率100%（社員のみ。対象者10名）を達成できました。



コラボヘルスレポートから見えた課題

- ●運動習慣や身体活動の不足
- ●20歳から体重が10kg以上増加している人が多い
- ●アブセンティーズム※の面では、循環器、慢性腎臓病、糖尿病合併症が健保平均に比べて高い
- ●生活習慣病の治療を放置している人の割合が高い

※健康問題が原因による欠勤など業務自体が行えない状態

製作所内のウォーキングコースやウォーキングイベントを利用して健康増進

運動イベントは、デンソーグループ各社が参加しての運動会に加え、製作所単位でも運動会などが開催されます。さらに、阿久比製作所では、「スマイルウォーク」という3ヵ月間の歩数を競う企画が年2回催され、毎回40チームほどが参加しています。最近では、当社からは2チームエントリーし、結果は2位とブービー賞でした（笑）。

製作所の敷地内にウォーキングコースがあり、さらに下芳池が隣接しているため、その周囲を多くの社員が昼休みに歩いています。桜やつつじ、花かつみなどが咲き誇り、自然を楽しみながらウォーキングができます。



阿久比製作所は「あぐいオアシス」をコンセプトにウォーキングコース等の整備を行っています。

6月には幻の花と言われる「花かつみ」（野花菖蒲）が下芳池周辺に咲き誇り、人気スポットとなっています。



各種イベントでコミュニケーションをはかる

会社独自として、「イベント委員会」のメンバーが毎年春と秋にイベントを企画し、実施しています。ボウリング大会や家族も参加してのウォーキング、運動会、バーベキュー、テーマパーク散策など、社員だけでなく家族を含めてコミュニケーションをとる貴重な機会となっています。

また、残業管理や有給休暇の積極的取得を推奨しており、全社平均で年20日は取得しています。こうした取組みを通して、働きやすい環境整備を続けていきたいと考えています。



家族が参加してのゴミ拾いウォーキング



社内運動会はみんな大ハッスル

インタビューに同席いただいたデンソー健保組合・山崎室長のコメント

エムテックさんは、50歳代の男性社員が多く平均年齢は高いものの、特定保健指導については、100%実施されており、メタボ対象者の割合が全国平均より少ないなど、素晴らしい成果が出ています。今後は、「運動習慣や身体活動の不足」などの課題解消に向けて、健保組合もこれまで以上のサポートをさせていただきたいと考えていますので、ご協力をお願いします。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　506事業所（12月21日現在）［前号（11月号）掲載時より17事業所増］

クローズアップ
健康経営 2021
【第8回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

株式会社 プロスチール

豊田通商健康保険組合（尾張中支部）



「健康経営推進チーム」のみなさん
後列…左から紙谷さん、傳田さん、久保田さん
前列…左から細代表取締役社長、柴田さん
川瀬常務取締役、米田さん

会社概要
- ●本　　社／名古屋市緑区大根山1-1908
- ●設　　立／1952年　●社 員 数／94名（2021年4月現在）
- ●事業内容／鉄鋼販売・加工業

健康経営プロジェクト“Sunny Smile”で社員の健康をサポート

「安全健康委員会」が健康支援施策のベースに

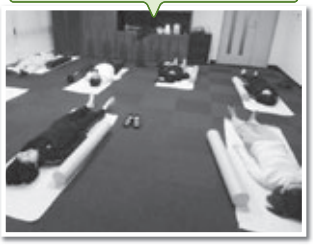
当社では、法定の安全衛生委員会を「安全健康委員会」として設置し、毎月、社長以下、各部から中核メンバーが集まっています。

その場で健康に関するさまざまな活動について、決定・共有し、広報誌「Sunny Smile」で全社員に展開しています。“Sunny Smile”は広報誌の名称だけでなく、健康経営に向けたプロジェクト全体を指しており、ロゴマークも作成して、グッズや名刺に入れて社を挙げて取り組んでいます。



「Sunny Smile」は健康経営推進チームで作成し、社内のイベント情報や健康情報を毎月発信しています。

「肩こり腰痛対策セミナー」
健康意識調査アンケートから悩みとして多かった、「肩こり腰痛」を軽減させる目的で実施しました。



健康川柳やポスターなど社員参加型で健康経営を推進

2020年度から、会社全体で行う安全大会の中で安全標語と一緒に健康川柳を募集しました。安全標語の提出が全員必須なので、それとセットにして、反強制的に応募してもらいます（笑）。

商品は健康グッズ詰め合わせとクオカード。2018年の健康経営スタート時には、社員のお子さんに健康ポスターを描いてもらうなど、社員や家族を巻き込んで健康意識を高めるきっかけとしてもらっています。

健康川柳 2020年度 入賞作品

- ●健康でいられる妻の塩加減
- ●体重が増えたときだけジム通い

喫煙対策は3ヵ年計画で実施

2019年度から施設内完全禁煙を実施し、2020年度からは3ヵ年計画でさらに喫煙対策に取り組んでいるところです。喫煙所を遠くに移動させたり、毎月22日を「禁煙推奨デー」とし、あめやガムを置いて少しでもタバコを吸いたい気分を紛らわせたりといった工夫をしています。

また、2月22日は「禁煙デー」として、休憩時間以外は終日禁煙に。喫煙所も囲って入れないようにして徹底しました。昨年度は年1回でしたので、今年度は“月1回”にしたいと考えています。

社員食堂で食事面からも意識付けを図る

社員の大半が社員食堂を利用していますが、普段からメニューにはカロリーや栄養素の表示をしており、「野菜たっぷりメニュー」などもわかりやすくしています。

また、「健康フェア」を開催し、白米を雑穀米にしたり、健康小鉢をメニューに入れたりして、食事面からも健康をサポートしています。



人間ドックの受診率 30歳以上は100%

人間ドックは30歳以上の社員は健保補助で5,000円で受けられますが、当社ではこの5,000円を補助し、自己負担0円で受けられるようにしています。

毎年、約70名の対象者がいますが、100%の受診率です。必ず期日までの予約をお願いすると同時に、していない人に対しては、安全健康委員会の中でも情報を共有して、声掛けを行っています。この取組み自体は健康経営が叫ばれる前からやっており、社員も当たり前のように受けています。

インタビューに同席いただいた
豊田通商健保組合・山本さんのコメント

プロスチールさんの“人間ドック受診率100%”は、当組合の加入事業所の中でも群を抜いて高い実施率であり、また、独自にセミナーを実施されるなど、その取組みは我々も非常に参考にさせていただいております。今年度からは、課題である特定保健指導の脱落者へのフォロー、要再検者へのフォローを協力して実施してまいりますので、引き続きよろしくお願いいたします。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　541事業所（4月14日現在）［前号（1月号）掲載時より35事業所増］

クローズアップ
健康経営 2021
【第9回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

アイサンコンピュータサービス株式会社

愛三工業健康保険組合（尾張南支部）



後列…左から総務チーム 山本さん、飛矢崎さん、花井さん
前列…左から鈴木取締役、愛三工業健保組合 安藤常務理事

会社概要
- ●本　　社／大府市共栄町7-3-3
- ●設　　立／1984年　●社 員 数 ／49名（2021年4月現在）
- ●事業内容／コンピュータシステムおよびソフトウェアの開発・販売・保守

健保事業と独自事業の両輪で社員の健康づくりをサポート

「健康チャレンジ」でメタボ改善・禁煙

「健康チャレンジ」として、毎年4月に全社でチャレンジする目標を掲げ、実行してもらっています。昨年度は、メタボ改善と禁煙に取り組み、両方達成した人には達成賞をプレゼントしました。

メタボ改善

健診結果からメタボ関連の項目で“要改善（D判定）”となった人に、12月までに二次検診を受け、“ほぼ健康（A・B判定）”に改善する目標を掲げ、対象者に情報提供しながら推進。昼休みにウォーキングする人が増えるなど、健康意識が変わりました。

禁煙

2ヵ月以上の禁煙継続を目標に設定。公平性を保つため非喫煙者は達成済みとしました。また敷地内禁煙としたこともあり禁煙チャレンジする人が増えています。

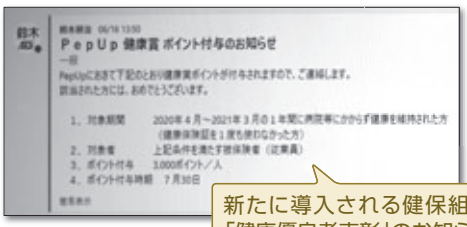
二次検診のフォロー・バックアップ

D判定の人が受ける二次検診の費用は会社負担としました。



D判定となった対象者一人ひとりの健診結果を記入し、再検査を受けてもらうしくみに

「社内チャット」で健康情報を発信



新たに導入される健保組合の「健康優良者表彰」のお知らせ

愛三工業本社や健保組合から届く健康情報や健診案内、健康チャレンジの呼びかけなどに「社内チャット」を用いています。

健保組合の保健事業を積極活用 健康ポータルサイト登録率100%

昨年より、健保組合で健康ポータルサイトが導入されました。社内で呼びかけし、登録率は100%となっています。1日8,000歩歩くとクジがひけるなど、健康保持・増進につながる項目を実行するとポイント付与などのしくみがあるので、社員も楽しみながら健康づくりに取り組んでいます。

福利厚生で人間ドック補助

会社が契約している福利厚生サービスで人間ドックの補助が8,000円あります。

さらに、今年度より人間ドックの健保補助額が増え自己負担が4割から3割に。また、対象年齢も40歳から35歳に引き下がったため受診しやすい環境になりました。もともと人間ドックの受診率は高かったのですが、補助が手厚くなったことで35歳以上の対象者のほとんどが受診しています。みなさん自発的に受診しており、“人間ドックが当たり前”の風土が根付いています。

勤務間インターバル＆深夜残業監視で大幅に残業減

繁忙期など、どうしても残業時間が多くなってしまいますが、勤務間インターバル11時間未満者および深夜残業のチェックを強化することで、大幅に該当者が減少しました。管理職の意識改革という面でも非常に効果がありました。

インタビューに同席いただいた愛三工業健保組合・安藤常務理事のコメント

アイサンコンピュータサービスさんは、当健保が昨年導入した健康ポータルサイトの登録率100%、人間ドック受診率もほぼ100%と、事業主・社員のみなさんともに非常に健康意識を高くもっていただいています。

ポータルサイトの導入にあたっては、健保と各事業所がWEB会議も活用し積極的に意見交換を行ってきました。盛り上がった機運を継続していくために、「コラボヘルス連絡会」と名付けて定期的に開催しています。今後はより一層、健康課題や健保からの事業展開を共有していく場としていきたいと考えています。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　582事業所（8月20日現在）

クローズアップ
健康経営 2021
【第10回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

豊田安全衛生マネジメント株式会社

トヨタ自動車健康保険組合（三河支部）



後列…左から吉岡保健師、國友保健師、宇都宮保健師、安藤保健師
前列…左から竹内代表取締役社長、健康推進部 山田部長

会社概要
- ●本　　社／豊田市小坂本町1-5-10 矢作豊田ビル
- ●設　　立／2001年　●社 員 数 ／44名（2021年4月現在）
- ●事業内容／労働安全衛生に関する診断・コンサルタント・認証・教育、健康管理支援　など

充実した独自事業を展開、高年齢者も女性もイキイキと働ける職場づくり

従業員参画型「働き方改革ワーキング」

各部署から代表者1名を選任し、右記の4つの制度や仕組みを見直し、提案する場として、「働き方改革ワーキング」を昨年立ち上げました。

- ●健康の保持・増進　●高年齢者の雇用継続促進
- ●女性の活躍促進　●仕事と家庭の両立

保健師を「健康づくり担当者」に選任

当社の強みとして、社内に健康経営アドバイザーの資格を有した保健師がおり、会社の健康経営の施策立案などを行っています。

取組事例
- ●健診結果をもとに、個別面談の実施
- ●食生活改善に向けた学習指導会の開催
- ●健康情報などの資料作成
- ●女性の健康相談窓口の設置　など



▲健康情報の提供

女性のキャリアアップを支援

キャリアアップに必要となる資格の取得費用を、会社が全額補助しています。また、外部研修の受講も推奨しており、人材育成に力を入れています。

資格例
- ●アンガーマネジメント
- ●労働衛生コンサルタント　など

65歳からの働き方をサポート

当社の男性従業員の平均年齢は69.7歳です。トヨタグループを定年退職した方の第二の活躍の場として、工事安全指導やパトロール、点検など、現役時代に培ったスキルを活かせる場を提供しています。

健康の保持・増進の取組み

●安全体力機能テスト

テストの結果から自分の体力レベルを把握。高年齢従業員の弱点の補強に活用


▲安全体力機能テスト

●STOP座りすぎ

10時と15時にアラームを鳴らし、作業を止め立ち上がり、ストレッチを実施

●職場体操

昼休憩の終了前に10分ほどのビデオを流し、「オフィスストレッチ」、「シェイプアップ体操」を実施

通院治療のフォロー&健診の項目を充実

高年齢者が多いことから、50%の人が通院治療を行っています。就業上の配慮が必要な方はいませんが、体調や通院状況の確認を継続しています。

また、健診にも力を入れており、脳ドックを受ける方には検査機関の紹介および予約代行、今年度からは、がん検診のオプション項目を追加し、会社が補助を行うようにしました。来年度からは、視力低下や失明につながる病気対策として、眼科の検診を導入予定です。

今年度から追加したがん検診
- 男性　前立腺（PSA）
- 女性　乳がん検診（乳腺超音波、マンモグラフィー）、子宮頸部細胞診

健保組合の事業も積極活用

トヨタ自動車健保組合ではさまざまな健康づくり事業のメニューがあります。なかでも、ウォーキングキャンペーンは人気があり、当社もオリジナルの賞品を用意しています。

- ●ウォーキングキャンペーンを開催し、3ヵ月間で平均6,000歩/日を目標に、楽しみながら歩くことを習慣化。1ヵ月ごとに歩数を集計し、参加賞や上位賞などを用意
- ●「体組成計」や野菜摂取量が測定できる「ベジチェック®」などをレンタルし、健康活動の前後で測定して、結果を見える化
- ●補助金制度を利用し、ウェアラブル端末などの健康づくり機器を購入

インタビューに同席いただいた トヨタ自動車健保組合 日高副事務長のコメント

トヨタ健保では毎年、職場の健康度がわかる「職場天気図」をご提供し、課題の共有化を図っております。豊田安全衛生マネジメント様においては、2019年から3年連続で中小規模法人部門の健康経営優良法人に選ばれ、2021年にはブライト500にも選ばれました。トヨタ健保といたしましても事業や補助に積極的に参加していただき、他の加入事業主の良きお手本とさせていただいております。今後も事業主の健康経営に結び付く事業を企画してまいります。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　626事業所（10月22日現在）［前号（9月号）掲載時より44事業所増］

クローズアップ
健康経営 2021
【第11回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

株式会社 チューゲン

愛知紙商健康保険組合（総合支部）



左から総務部 加藤次長、安部チームリーダー、間瀬さん、清水課長

会社概要
- ●本　　社／豊明市栄町新左山1-761
- ●設　　立／1949年　●社 員 数／107名（2021年10月現在）
- ●事業内容／物流資材の企画開発・販売、輸出入業務　など

社員への声がけを徹底 健康意識の高い風通しのよい職場へ

被扶養者の特定健診を会社が予約 健診受診率94%に

近年、社員の特定健診受診率は100%を達成していますが、被扶養者の受診率が59%（2018年度）と伸び悩んでいました。

そこで、夫婦そろって健診を受診する社員が多い傾向を活かし、社員に直接声をかけ被扶養者の健診を案内しています。希望する被扶養者には社員の健診日と同じ日に、会社が健診の予約をしています。

また、グループウェアやリーフレットを用いて、健保組合の手厚い補助を紹介し、受診につなげることで、昨年度は被扶養者17名中16名が受診しました。



健診情報・特定保健指導の案内・健保組合からのお知らせを掲載

作成したリーフレット▶

健保組合の健診補助に 会社独自の補助をプラス

社員については、健診ごとに定められた受診対象年齢に達した方には、必ずその健診を受診してもらっており、健保組合の補助に加えて会社も補助を行っています。要再検査等の社員には、直接の声がけやメールも利用して勧奨を行っています。

健診補助	生活習慣病健診	簡易人間ドック	婦人科健診	共同巡回健診
	30歳以上	35歳以上	30歳以上の女性	35歳以上の女性
受診料	5,000円	15,000円	7,000円	8,000円
会社負担額	2,000円	10,000円	2,000円	3,000円
自己負担額	3,000円	5,000円	5,000円	5,000円

栄養バランスのとれたお弁当を提供

会社負担で栄養バランスのとれたお弁当を全社員に提供する日を設けています。昨年度までは年に一度だけでしたが、今年度はすでに2回行いました。大変好評なため、提供回数を増やしていきたいです。





◀新型コロナウイルス感染対策を実施した食事風景

社内のコミュニケーションを促進

コロナ禍以前には、社員とその家族が参加可能な運動会を開催しました。自由参加にもかかわらず大勢の参加があり、優勝目指して団結することで、部署の垣根を超えた交流の場となりました。

また、総務部内では歩数を競うウォーキングイベントを試験的に行っています。上位賞やゾロ目賞などを用意し、いずれは全社的に開催できればと考えています。

メンタルサポートも充実

●メンタルヘルスセミナー

年に一度、20名ほどを対象にメンタルヘルスセミナーを行っています。今年度は、社会保険労務士を講師に迎え、入社から3年未満の社員とその上司を対象に開催しました。

●リフレッシュタイム

15分間のリフレッシュタイムを設定し一息つく時間を設けています。

●職場環境アンケート

昨年度から、職場環境やハラスメントに関するアンケートを年に一度行っています。アンケートは集計し会社にフィードバック。コミュニケーションの大切さを報告しています。

インタビューに同席いただいた 愛知紙商健保組合・山本事務長のコメント

当健保組合全体の被扶養者の特定健診受診率は41.2%（2020年度）ですが、チューゲンさんはここ数年で30ポイント以上プラスの94.1%。当健保組合の保健事業を積極的にご活用いただき、事業所のみならず、社員とそのご家族のみなさんも健康に対しての意識を高く持っていただいています。健保組合としては、できるだけご意見・ご要望を取り入れながら、健康保持・増進に役立つ事業の展開に力を入れてまいります。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　636事業所（12月17日現在）［前号（11月号）掲載時より10事業所増］

クローズアップ
健康経営 2022
【第12回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

名鉄バス株式会社

名古屋鉄道健保組合（尾張北支部）



左から人事部人事課 柴田課長、栗木保健師、江上係長、尾田保健師、鈴木主任

会社概要
- ●本　　社／名古屋市中村区名駅4-26-25
- ●設　　立／2004年　　●社 員 数 ／1,640名（2022年4月現在）
- ●事業内容／旅客自動車運送（路線バス事業、高速バス事業 など）

保健師と健保組合、健保立病院の強力タッグで手厚い健康支援を推進

脳ドックと睡眠時無呼吸症候群検査は独自の補助

当社の従業員のほとんどが乗務員職です。そのため、社として健康管理には非常に注意を払っています。幸い、健保組合の「人間ドック」は、健保立病院である名鉄病院では1万円に満たない額で、また、節目年齢の40歳・50歳は自己負担なしで受けることができるため、うまく活用しています。

当社追加の補助として、「脳ドック」は40～60歳の乗務員は5年刻みで全額会社負担としています。とくに高速バスの乗務員は、40歳未満も5年ごとに検査を受けてもらっています。

さらに、乗務員職には「睡眠時無呼吸症候群」の検査および治療補助も行っており、3年に一度の検査を義務付けています。治療が必要になった際も会社が補助を行います。

会社の保健師が積極的に関わり、健康施策の旗振役に



健康経営優良法人認定制度がスタートする以前から、2人の保健師が11営業所を毎月1回必ず訪問しており、従業員が直接相談できる場を設けています。

また、健診の事後措置の場としても活用しており、対象者を指定し、血圧の再検査等も行っています。

特定保健指導については、職務の性質上、不規則な生活リズムになることや、従業員の平均年齢が46歳と高めなこともあり、40歳以上の従業員の4人に1人が対象者です。コロナ禍でも対面での個別面談を実施し、対象者への通知は総務担当者の会議で保健師から依頼をすると同時に、営業所担当者から直接本人に通知しており、参加率は非常に高くなっています。

産業医が健診結果を確認、ガイドラインに沿った受診勧奨

健診結果が「要受診」「要精密検査」等の場合は、該当者に書面で連絡し、受診結果も書面で受け取ります。産業医が全員の健診結果を確認しており、判定が「要受診」等ではない場合でも、国土交通省の心疾患ガイドラインに従い、産業医から書面で受診先の医師に対し、乗務が可能かどうかを確認しています。

会議体&社内報を利用しヘルスリテラシーを向上





月に一度「安全管理委員会」という管理職が集まる会議体があります。保健師も出席し、健康に関する事案、とくに肥満のリスクについて話をし、その情報を各営業所に伝え、さらに小単位の班教育集会で従業員に伝達してもらっています。

また、社内報に「健康手帳」という健康情報の連載コーナーを設けて、保健師がタイムリーな話題で記事を執筆しています。

クラブ活動等で円滑なコミュニケーションを促進

会社公認で野球、サッカー、テニス、自転車、駅伝、鉄道模型などのクラブ活動があり、活動費の一部を会社が負担しています。運動系では営業所やグループ会社別の対抗戦があり、みんな目標に向かって楽しみながら活動しています。

また、社内コミュニケーションを深めるために、明治村などグループ企業の施設に、従業員やご家族を招待する「従業員感謝祭」を開催しています。新型コロナ発生以降は対抗戦や感謝祭の開催を見送っていますが、会社の一大イベントですので、開催できる日を楽しみにしています。



インタビューに同席いただいた名古屋鉄道健保組合 鈴木事務長のコメント

名鉄バス様の従業員の大半は、“バスの乗務員”という交通インフラを支える方たちです。そのため、脳ドックなどの健保の保健事業をうまく活用し、受診手配や費用補助などを手厚くして実施されており、また、睡眠時無呼吸症候群検査は、20年ほど前に他社で問題が起きた際、すぐに導入を図るなど、保健師を含めた人事部のみなさんを中心に産業医、会社が協力体制をとりながら積極的な健康施策を実施されています。我々健保組合としても、健保立病院と協力しながら、加入事業所様の意向に沿った形で、組合員の皆様にとって有用かつ効果的な事業を実施していきたいと思っています。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　646事業所（4月15日現在）［前号（1月号）掲載時より10事業所増］

クローズアップ
健康経営
2022
【第13回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

セントラルヘリコプターサービス株式会社

トヨタ販売連合健保組合（尾張中支部）



総務部のみなさん
左から橋本さん、今井さん、中野部長
中村さん、服部グループリーダー、小山さん

会社概要
- ●本　　社／西春日井郡豊山町大字豊場字林先1-1（県営名古屋空港内）
- ●設　　立／1967年　　●社 員 数／138名（2022年8月現在）
- ●事業内容／ヘリコプターの運航および整備、操縦士および整備士の養成 など

健保補助をベースに独自のサポートで健康経営を推進

手厚い健診補助と健診後のフォロー

健診費用は会社が全額負担

健保組合では、人間ドックより少し検査項目を絞った「すこやか健診」が用意されています。当社では、自己負担分を全額会社負担とし、35歳から5歳刻みと、55歳以上は「人間ドック」の自己負担分も会社負担で、対象者は全員受診しています。また、ドクターヘリや防災ヘリの勤務者は血液感染のリスクがあるため、追加で血液検査や肝炎の検査も会社負担で受けられるようにしています。

婦人科検診100%

婦人科検診（乳がん・子宮がん）は、若年層でも全額健保負担で受けられるので必須項目としています。健診機関からは「まだ若いので受けなくてもいいのでは?」と言われることもありますが、必ず受けてもらうように社員に案内しており、婦人科検診の受診率は100%となっています。

再検査は会社が上限1万円の費用負担

健診結果は産業医がチェックしており、とくに注意が必要な人をピックアップし、対象者にアナウンスをしています。ピックアップされた人以外にも再検査を受診した人には、再検査費用を合計1万円まで会社が負担し、1回分は半日出勤扱いとしています。



「がんアライ宣言・アワード2021」ブロンズ賞を受賞▶
がん治療をしながら働きやすい職場づくりを目指す

「置き型社食」でヘルシーな食事を提供



▲一人暮らしや子育て中の従業員にはとくに好評

当社には社員食堂がないため、少しでも体にいい食事を摂ってほしいという思いから、置き型社食サービスを導入しました。

専用の冷蔵庫には常時さまざまな総菜がストックされており、会社補助により1品100円という低価格で総菜が食べられます。こちらについては、健康経営優良法人認定による健保のインセンティブも活用しています。

疲労ストレス計でストレスを見える化

国からパイロットの健康管理を求められていますが、具体的な方法は示されていません。そんな中で、先代の社長がストレスのレベルを可視化できるツールとして探し出してきたのが、この疲労ストレス計です。

スマホと連動させて手軽にチェックできるため、自分の好きなタイミングで計ってもらうほか、残業時間や飛行時間が多い人には指名で計ってもらっています。結果によっては、産業医面談などもプラスして心の健康管理に役立てています。



▲両手で2分間測定器を握ると自律神経のバランスと偏差値によって、疲労ストレス度がスマホ画面に表示される
（株）村田製作所様の製品

若手検討会&家族イベントでコミュニケーション促進

若手社員が職場の環境改善を提案する場として、「若手検討会」を開催しています。実際に経営層の前でプレゼンを行い、認められると予算がつき実現につながるという仕組みです。

実際に実現した事例
- ●エントランスのリニューアル
- ●オフィスのBGM（オルゴール等）導入
- ●朝活 ➡ 1時間早く出社し、専門技術や英語などの得意な社員が講師となり、勉強会を開催

ご家族にも会社を知ってもらいたいという思いから、2020年度より、「家族イベント」として実機での体験搭乗や実際に使用していたヘリを使ったシミュレーション体験を開催しています。



インタビューに同席いただいたトヨタ販売連合健保組合 西野室長のコメント

当健保組合は単一健保ではありますが、実体は総合健保に近いため、加入事業所様との連携が非常に重要です。健保として事業所の取組みを後押しできるよう、あらゆる点においてコラボしながら進めています。

最近では、健康経営優良法人の認定事業所に対して、健康増進施策に使用いただける金額補助のインセンティブ制度を設けています。

インセンティブの対象事業所は、2021年度21社、2022年度26社となっており、各社に制度を利用いただいています。当健保組合として、こういった取組みを通じて保健事業はもとより、健康経営のサポートを進めてまいります。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　702事業所（8月26日現在）［前号（7月号）掲載時より29事業所増］

クローズアップ
健康経営 2022
【第14回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

大同テクニカ株式会社

大同特殊鋼健保組合（尾張南支部）



後列左から 松原衛生管理者、森岡取締役、瀬上副所長
手前 塚原保健師

会社概要
- ●本　　社／東海市元浜町39
- ●設　　立／1971年　●社 員 数／719名（2022年9月現在）
- ●事業内容／鋼材・鍛造・帯鋼製品の総合プロダクト事業

InBody評価で体組成改善とメンタル支援強化

禁煙・メンタル対策・フィジカルの3項目の目標を設定

健康経営検討会（3回程度/年）において、健康増進活動23中期計画で3項目の目標を策定

基本方針
- ●禁煙活動：喫煙率2023年度30%達成
- ●メンタル：損失日数100日以下
- ●フィジカル：InBody（体組成）評価点の認識（健康意識の向上）、特定保健指導80人以下

禁煙セミナーで「肺年齢」を計測

当社の喫煙率は、2015年度は49.6%と高く、2021年度は40.2%まで低下しました。2023年度の目標30%に向け、取組みを進めています。禁煙セミナーで喫煙者の「肺年齢」測定をしたところ、「80歳台」や「計測不能」という結果が出ている人もおり、本人にとってはかなりインパクトがありました。

メンタル対策は若手のうちから実施

コロナ禍でのコミュニケーション不足が問題になっていますが、当社としても重要課題として捉えており、若手のうちからフォロー体制を敷いています。

- ●入社3年未満の若年層……個別面談（2回/年）
- ●入社3年目……外部講師による健康セミナー
- ●メンタル不調者……随時個別面談（産業医または保健師）

InBody（体組成）を活用した「個人健康宣言」と「体質改善できたで賞」

年1回、定期健診時に体組成測定を行います。各項目の詳細はもちろん、総合評価が100点満点で示されるため、自身の身体の状態を具体的に把握してもらえます。

この結果をベースに、「個人健康宣言」として、健康目標をひとつ立ててもらい、目標を記した全員分のチェック表を職場に掲示、毎日達成度を○×で記入する仕組みにしています。

また、体組成測定の結果を活用した個人表彰制度「体質改善できたで賞」を今年から設けました。

「体質改善できたで賞」の評価は「前年のInBody評価点と今年の評価点の改善差」で行い、各年齢層上位3名を表彰。また、各年齢層で最高点をマークした人は「特別賞」を授与。



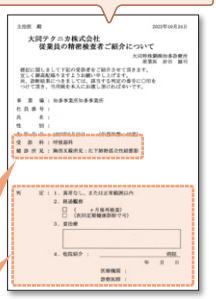
InBody測定結果シート▶

特定保健指導&受診勧奨は保健師が中心となり実施

特定保健指導は、保健師が対象者を抽出し、交代勤務者のシフトを把握しながら日程を設定しており、初回面談の参加率は100%となっています。

受診勧奨は、産業医が対象者を選定し受診する診療科を具体的に記した紹介状を渡します。その後受診時に、医師の所見が記入されてから保健師へ提出してもらっています。

受診勧奨の対象者には具体的な指示を行うことで、受診率は100%！



受　診　科：呼吸器科
健診所見：胸部X線所見：左下肺野孤立性結節影

医師の所見記入欄

胃カメラ検査を無料に

今年9月から健保補助と会社負担で胃カメラ検診の無料化を開始しました。以前は、バリウム検査を行っていましたが、バリウムの影響で業務に支障がでるという声が多くありました。その後ABC検査を導入し、5年が経過してほぼ全員が検査を終えたことで、今回の胃カメラ無料化に至りました。

健診の受診票と一緒に胃カメラのチラシを配付。想定より若い40歳台からの申込みも！



「健康増進特別表彰」で管理監督者の健康意識向上を狙う

健診時の問診データ（運動習慣・喫煙率・大腸がん検診受診率・朝食習慣・健康情報の関心）をもとに、事業所対抗の「健康増進表彰」を行っており、表彰式には社長が出席しています。管理監督者にデータを示して現状を理解してもらうことに主眼を置いています。

インタビューに同席いただいた 大同特殊鋼健保組合・森山事務長代理のコメント

大同グループでは、健診機関であるだいどうクリニック、適用事業所、当健保間での共有サーバーを用いて健診データ等を連携しています。なかでも大同テクニカさんは、特定健診・特定保健指導制度スタート前から、当健保と全年代の健診結果を共有し、塚原保健師が中心となり、特定保健指導ほか、健診データの加工や分析を通じて、独自の先進的な事業を実施されています。引き続き、当健保オリジナルの事業所毎スコアリングレポートの提供や保健事業の充実を図りながら、コラボヘルスを推進してまいります。

健保連愛知連合会「健康宣言」実施事業所　742事業所（10月21日現在）［前号（9月号）掲載時より40事業所増］

クローズアップ
健康経営 2022
【第15回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

株式会社 中部

サーラグループ健保組合（三河支部）



左から 総務部 竹本さん、林田部長、角谷マネージャー
安全衛生推進室 白柳室長、
サーラグループ健保組合 中込常務理事

会社概要
- ●本　　社／豊橋市神野新田町字トノ割28
- ●設　　立／1963年　　●社 員 数／250名（2022年11月現在）
- ●事業内容／空調設備、給排水衛生設備、ガス設備等各種工事の設計、施工および請負 など

健保組合を中心にサーラグループ全体で健康施策を強力に推進

定期健診だけでなく、再検受診も100%が目標

毎年6月に本社において、本社近辺の社員と協力業者の総勢600～700名の集団健診を実施しています。4日間で時間を割り振り、全員に受診いただけるようにしています。集団健診が受けられなかった方の状況は常に把握し、必ず個別に受診してもらっています。7月頃に結果が出るので、再検査が必要な人は書面で案内をし、9月末を目途に実施報告を本人から回収します。未受診者にはリマインドメールを送っており、再検査率も100%を目指しています。

協力業者は約150社あり、「中部安全協力会」という組織体を構成しています。当社が安全に作業を進めていくには、協力業者の協力があってのものと、健診だけでなく、インフルエンザの予防接種の場も提供しています。



毎年開催している「安全大会」▶

人間ドックは35歳以上の被保険者・被扶養者に補助

人間ドックは、健保組合から35歳以上の被保険者・被扶養者に補助があります。受診日は半日の特別休暇扱いとしていますが、労働組合から35歳以上の5歳刻みの節目年齢者に、“人間ドックの後押しのために会社から個別の案内を出してほしい”という要望がありました。

会社のコンセプトに「長くやりがいをもって働ける環境づくり」があります。社員の健康面や安全面、働きがいややりがいをサポートしていくのは重要で、社員側からこうした意見が出てくることは非常に喜ばしく、対象者には積極的に案内を行っていきたいと考えています。

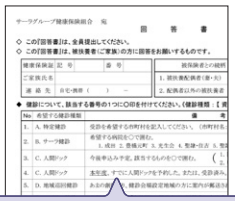
通院者で改善が見られない場合は「重症化予防事業」

健保組合とコラボで実施している特定保健指導は、2021年度までは集団での対面実施でしたが、2022年度から個別のオンライン方式としました。対象者へは会社が案内通知・日程調整・会場確保を行っています。日頃からオンライン会議を開催していることもあり、混乱することなくスムーズに受けてもらえています。

また、通院していても数値の改善が見られない方には、健保組合から「重症化予防事業」の対象者として連絡が入るため、会社から声かけし、個別面談を受けてもらっており、2022年度（11月現在）は8名中6名が利用しています。

被扶養者の特定健診対象者について意向確認アンケートで手厚いフォロー

健保組合では40歳以上の被扶養者に対して、毎年、健診の意向確認アンケートを実施しており、会社から被保険者経由で配付しています。約7割の回答率で、受診率も同程度となっています。被保険者から直接渡してもらうことでよいPRになっていると思います。



❶特定健診、❷サーラ健診※、❸人間ドック、❹巡回健診などの中から、どの健診を受けるのか、受けない場合は、なぜ受けないのか、といった内容を確認

※集合契約の特定健診と同等の内容を契約医療機関で実施

被扶養者の巡回健診は婦人科検診も受診できます。オプションでなくはじめからセットになっており、非常にありがたいという声も聞かれます。

ストレスチェックは80項目版を採用 高ストレス者には医療機関と連携し手厚い体制を整備



中部グループ10社の約600名を対象に拠点ごとで、2年に1回メンタルヘルスセミナーを開催

当社では、ストレスチェックをWEB形式で実施しています。個人へのフィードバックに加えて、実施機関に集団分析を依頼し、役員と部門責任者が出席する「中央安全衛生委員会」で分析結果の解説と各部門へのアドバイスをいただいています。

社員満足度調査を2年に1回行っていますが、毎年満足度を確認したいと考えていたところ、ストレスチェックの項目と合致したので、WEB版を導入したタイミングで57項目から80項目版としました。

幸いにして当社は同業他社に比べて高ストレス者の割合が低く、メンタル休職者はゼロです。高ストレスと判定された方には、個別に連絡が自動的に届きます。気軽に外部に相談できるよう、会社がメンタルクリニックと個別契約をして、社員が受診した場合は、自己負担なしで受けられるようにしています。また11月に新たに豊橋市内の病院と契約を結び、社員とご家族の相談ができるように体制を整えました。

インタビューに同席いただいたサーラグループ健保組合・中込常務理事のコメント

当健保組合では、2020年から独自で事業所別のスコアリングレポートを作成しています。健診受診率等の情報に加えて、健康や医療費のデータを分析し、グループ企業内での比較や健康課題等について情報提供しています。2023年度からは国の補助事業で糖尿病腎症に加え、生活習慣病対策事業への補助金事業がスタートするので、それに対応した形で中部さんをはじめ、サーラグループ全体により有益な保健事業を展開してまいります。

クローズアップ
健康経営 2023
【第16回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

旭運輸株式会社

名古屋港湾健保組合（総合支部）



左……管理本部総務人事グループ 山口グループ長
右……名古屋港湾健保組合 鈴木常務理事

会社概要
- ●本　　社／名古屋市港区入船2-4-6
- ●設　　立／1952年　　●従業員数／242名（2023年4月現在）
- ●事業内容／港湾運送事業、貨物運送取扱事業、通関業、倉庫業 など

Well-beingをめざして健康経営を推進

労働組合と協働で働き方改革

社としてもっとも力を入れているのが、働き方改革です。長年の時間外労働の問題が解消に向かい、次のステップとして「働き方改革推進タスクフォース」を発足。労組とも話し合いながら、施策を講じてきました。なかでもテレワークについては、システム部門とも連携し、必要な機器やソフトを導入。労組からは出社している社員に電話対応が集中することがテレワーク推進の障害となっているなどの指摘があり、こうした問題点をひとつずつクリアしてきました。職種の壁はどうしてもありますが、“週に1回できる体制”にすることを目標に、強調月間を設けるなどし、徐々に浸透してきています。

また、育児による時短勤務については、当人は「周囲に迷惑をかける…」と遠慮してしまう、そして、周囲は配慮が足りないといったケースが散見されました。これについては、「違いをもつ従業員同士が個々の違いを受け入れて協働することが、チームをより強くする」という考えを共有することで解消に向かっています。

働き方改革（一例）
- ●PC強制シャットダウン（20:00➡19:30）
- ●毎週水曜日を「早帰りデー」
- ●勤務間インターバル（8時間）
- ●育児の時短勤務者の時間外労働ゼロ
- ●育児の時短勤務を小学校卒業までに引上げ
- ●時間外申請の制限時間前倒し（20:00➡19:30）
- ●有給休暇の促進
  （土日祝日に「プラスワン休暇」で連続休暇、休暇取得推奨日の設定）　など

無料でイベント参加できるサービスを導入

2019年に健康経営優良法人をめざすにあたり、まず始めたのが「健康チャレンジ」でした。食事・運動・禁煙（非喫煙者は睡眠や飲酒など）の3項目について目標設定・記録するというもので、3人以上のグループ参加の場合は景品を豪華にし、コミュニケーション増進を図りました。

現在は自販機を設置するだけで、健康アプリと連動してイベント参加などでポイントが貯まり、健康飲料と交換できる「サントリープラス」を導入しています。無料でイベントが開催されるので、運営側にも大きなメリットになっています。



「健康経営ニュース」でイベント案内や健診結果などの情報を周知

女性の健康保持・増進にも注力

女性特有の検診等に、会社が補助を行っています。また、「女性の健康課題に関する理解促進セミナー」を開催し、女性には自身の健康に関する対処方法を知り、男性や管理職には同僚・部下への接し方を知ってもらうことを目的としています。

会社独自の補助
- ●乳がん検診（マンモ・エコー）……30歳以上女性社員 上限5,000円
- ●子宮頸がん検診……20歳以上女性社員 上限5,000円
- ●その他、人間ドック、がんPET検査、脳ドックも補助あり

スポーツクラブと提携しセミナーや体組成測定会を開催

スポーツクラブと契約し「簡単フィットネスチェック」や「出張健康スクール」、また通常の健診では測定できない筋肉量や内臓脂肪レベルなどの数値を測る「体組成計測会」を実施。計測するだけでなく、専門家からカウンセリングを受けられるようにしています。

また、2021年度は従業員だけでなく、ご家族も参加できるようにして、年末年始にオンラインフィットネス講座を開催しました。



2022年7月の計測会では、過去最高の98名が参加！

喫煙率12%を目標にさまざまな禁煙施策を実施

2019年から5ヵ年計画を掲げ、健康日本21の目標値である喫煙率12%を目標に取り組んでいます。「喫煙規程」の制定からスタートし、禁煙外来の費用補助、そして2021年の本社移転のタイミングで就業時間内禁煙を実現したこともあり、当初は65人いた喫煙者が54人に減少しました。2023年度はさらに47人に減らしたいと考えています。

禁煙施策の推進にあたっては、社内アンケートを実施し、受動喫煙の不安を抱える従業員がいることも確認しながら、喫煙者・非喫煙者の相互理解のもとで進めました。

名古屋港湾健保組合 鈴木常務理事のコメント

旭運輸様は『Well-being』（成果があって幸せになるのではなく、幸せがあって成果が出る）＝「会社が健康経営等を進めていくことで従業員の幸福度が上がり、それが会社の成長にもつながる」という考えをベースにさまざまな施策に取り組まれています。当組合の事業所の中でも先進的な事例が多いため、加入事業所での健康経営の取組みがより深化していくよう、情報共有をはかっていきたいと考えております。また保健事業等を通じてサポートできる体制づくりの構築をめざしてまいります。

※健康経営は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

クローズアップ
健康経営 2023
【第17回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

共立マテリアル株式会社

ノリタケグループ健保組合（尾張北支部）



左から ノリタケグループ健保組合 野田常務理事、共立マテリアル（株）管理本部 福田経営管理部長、加古さん、山口さん、間瀬次長

会社概要
- ●本　　社／名古屋市港区築三町2-41
- ●設　　立／1936年　●従業員数／187名（2023年3月現在）
- ●事業内容／電子部品用セラミック原料およびジルコニア原料の製造･販売、光学ガラス原料の仕入･販売

保健師のノウハウを活用し、さらなる健康施策をスタート

人間ドック & 婦人科検診の受診率アップをめざす

人間ドックの2023年度の目標受診率は23%、現状は21%となっています。2023年度からは会社独自で50歳以上の血液検査項目を追加しています。定期健診･人間ドックのどちらを選んだ人も補助します。今後も少しずつ会社負担で検査できる項目を増やしていく予定です。

婦人科検診については、受診率20%をめざしています。健保組合と会社の補助で、本人負担を実質ゼロとしました。40歳以降の受診率は比較的高いのですが、20～30歳代が低いため、全体の受診率が伸び悩んでいます。会社としては、がんの早期発見はもちろん、それが原因となる休業をなくしていきたいとの思いで、毎年5月に婦人科検診のPRを行っています。

会社独自の50歳以上の血液検査の追加項目
- ●男性：前立腺がん
- ●女性：腫瘍マーカー　CA125（婦人科領域で使用）

頼れるパートナー「保健師」とタッグ

婦人科検診の促進、病気を抱える人が相談できる環境づくりのため、2023年度から女性保健師と契約しました。健診結果の分析、季節ごとの健康情報提供のほか、女性に対し検診受診の働きかけをしてもらっています。

また、月に1度は終日常駐して、従業員の健康相談にも対応してもらっています。セミナーの講師経験もある方なので、「人間ドック」などをテーマにしたセミナーを開催したいと考えています。我々健康推進担当者としても、ポジティブなアドバイスをもらえたり、新たに気づかせてもらえたり、非常に頼れるパートナーとなっています。



「保健師だより」を月1回発行。専門職の立場から健康情報を発信

時間外労働を是正するためのしくみづくり

時間外労働については、規定時間を超えた人がいた場合、安全衛生委員会で、個人ではなくグループとしてどう是正するのか、改善案を報告してもらいます。残業のカウントがなされない基幹職についても、定時と退社時間の乖離が大きい場合は、部次長および役員が参加する会議において聞き取りを行うしくみがあります。さらに、一般社員も基幹職も残業が一定時間を超えると、産業医の面談で健康状態の確認を行っています。

「健康ルーム」で体力づくり&ストレス発散

2020年に従業員の体力づくりやストレス発散になればと、「健康ルーム」を開設しました。ぶら下がり健康器やダンベルなど、危なくないレベルで筋トレができるものが揃っています。利用者は若手の男性で限られたメンバーなので、もっと利用者を増やしたいですね。

昼休みに、「懸垂大会」を初開催。女性も含めて17名が参加し大盛り上がり！（2022年11月）





利用は昼休みに限っていますが、将来的には時間を拡大していきたいですし、「マッサージチェアを導入してほしい」という声もあがっているので、器具の充実をはかっていきたいと考えています。

ウォーキングイベントには労組も協力して積極的に参加

健保組合が毎年春と秋に開催しているイベント「ノリノリウォーキング」には2020年から参加しています。今年の春は「けんぽれんあいち健康ウォーク　Web版」に参加しました。労組もイベントには非常に協力的で、賞品を出したり、PRしてくれたりしています。今回もどれくらいの参加者がいるのか、結果をみるのがとても楽しみですね。

「チーム対抗戦もいいね！」という声がでているので、秋のノリノリウォーキングはチーム参加をする予定です。ただ、機能的にチーム登録が難しいということも聞いているので、会社独自に個人データをチーム別に集計する方向で考えています。

インタビューに同席いただいたノリタケグループ健保組合 野田常務理事のコメント

共立マテリアル様は、経営層が従業員の健康づくり施策に積極的に関与されています。そのような社風のためか、保健事業への参加の依頼をした際は、管理本部の管理者自らが一人ひとりに声掛けをしてくださっています。

来年度から特定健診･特定保健指導の第4期が、そしてデータヘルス計画の第3期がスタートするなかで、健保組合としては、事業所様と各種データを共有しながら、より有益な事業を展開し、より一層コラボヘルスを推進していく所存です。

※健康経営は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

クローズアップ
健康経営 2023
【第18回】

愛知県内の健康経営優良法人認定企業を訪問しました

中電不動産株式会社

中部電力健保組合（尾張中支部）



左から　健康健全経営推進室 大林グループ長、
塚田取締役、星保健師、
中部電力健保組合 川﨑事務長、掛橋さん

会社概要
- ●本　　社／名古屋市中区栄2-2-5（電気文化会館内）
- ●設　　立／1957年　●従業員数／546名（2023年7月現在）
- ●事業内容／不動産業、建設業、施設運営、環境緑化

心身の健康とエンゲージメント向上をめざして健康経営を推進

人間ドックに加え、胃カメラ・PSA・婦人科検診等が自己負担なしで受診

当社は2006年に3社が合併してできた会社ですが、そのうちの1社がもともと年齢制限なしで、人間ドックを無料実施していました。その流れを受けて、合併の翌年には全従業員を無料とし、以降は全員が定期健康診断として人間ドックを利用しています（費用の半額は健保組合が負担）。

ただし、若年層には胃X線検査や胃カメラではなく、ピロリ菌検査を受けるように伝えるなど、必要なものを選別して受けてもらっています。女性新入社員には、子宮頸がん検診を受けるように薦めています。感染症予防も重視しており、もともと行っていた麻疹抗体検査の費用補助に加えて、今年からは50歳以上の帯状疱疹ワクチンの費用補助もスタートしています。

保健師が一人ひとりに寄り添い丁寧なフォロー

“人間ドック受検率100％”に満足せず、「要精検」や「要受診」の対象者には保健師が必ず個別面談を実施しています。愛知県内および長野・静岡・岐阜・三重にあるすべての事業所を保健師が毎月訪問しており、信頼関係ができているため、保健師の指導には従ってもらえる確率が高いです（笑）。

「要精検」「要受診」対象者の中でも、より必要性の高い人に対しては、産業医の意見も聞きながら面談し、数ヵ月後に状況を確認しています。保健師のフォローのおかげで、昨年がんが見つかった人が数名いましたが、いずれも早期発見であったため、1ヵ月以上職場を離脱した人はいませんでした。

「ベジチェック®」で野菜摂取量を“見える化”

当社は、事業所が点在していて社員食堂がなく、食生活へのアプローチがどうしても弱くなります。そのため、今年度からカゴメさんの「ベジチェック」を活用して、野菜摂取量を“見える化”しています。人間ドックの結果確認のために、保健師が全員と個人面談をする際に1人ずつ測定、翌月、再度測定し、変化を確認しています。意識して緑黄色野菜をとると、1ヵ月くらいで効果が出るので、わかりやすい指標となり、大変好評です。コンスタントに野菜ジュースを飲んでいるような人は結果が顕著ですね。





ベジチェックは、センサーに手のひらを押し当てて約30秒で、簡単に推定野菜摂取量を数値化できる

「安全健康対話」でコミュニケーション促進&課題解決

月に一度、各事業所・各職場で「安全健康対話」を実施しています。コロナ禍で在宅勤務が多くなり、コミュニケーション不足となることを懸念しスタート。安全衛生や健康などをテーマに、みんなでフリーディスカッションをしてもらっています。

当初は、健康健全経営推進室にてテーマを指定していましたが、今は自由選択としています（テーマ案は毎月提示 例：6月 歯科健診、7月 食中毒）。現場の声を知るにはとても有効な手段で、大変参考になりますね。クイズ形式で楽しみながらやっているグループ、リーダー役を若手に任せているグループなどさまざまな工夫がなされており、そういった取組みも横展開しています。

16グループ分の報告書は毎回A3判で20ページ近くになりますが、内容をすべて確認し、なるべく反応を返すようにしています。また、社長にも毎月、意見・要望を報告しており、社長からは可能な限り要望に応えるよう指示があります。



安全健康対話のひとコマ。
当初はコミュニケーション不足解消のためにスタートしたが、今では安全衛生や健康についてのディスカッションの場であり、現場の声が聴ける貴重な機会となっている。

インタビューに同席いただいた中部電力健保組合 川﨑事務長のコメント

中電不動産様は、2022年4月に従業員の健康のさらなる保持・増進のため、「健康健全経営推進室」を社長直下の組織として発足させています。健康経営の推進はもちろん、従業員のエンゲージメントを高めるためにさまざまな施策を実施されており、現在、当組合がトライアル実施している、若年層向けの「計るだけダイエット」にも参加いただいております。健保組合としては“健康寿命の延伸”と“医療費の適正化”をキーワードに、事業所様の健康経営に役立つ保健事業の展開をはかってまいります。

※健康経営は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

クローズアップ
健康経営 2023
【第19回】

日本ガイシ健康保険組合
（尾張南支部）

3年連続ブライト500認定

先進的・スピード感のある取組みで母体企業の各種課題解決をサポートする日本ガイシ健康保険組合に保健事業について伺いました。



左から　田原コラボヘルス推進担当部長、神谷看護師、中根常務理事、田村事務長、宝田職員、吉田看護師

●**所 在 地**／名古屋市瑞穂区須田町2-56
●**設　　立**／1926年　●**職員数**／15名
●**被保険者数**／5,562名　●**被扶養者数**／6,058名（2023年3月現在）

「挑戦」「変化を恐れない」「スピード感」で保健事業を実施

被扶養者の特定健診受診率は70%

特定健診の受診率は、被保険者は実質100%。被扶養者は対象者が1,178名、受診者826名で70%の受診率です。被扶養者の受診率が高い理由としては、最大4回の受診勧奨です。そのうちの1回が被保険者経由で、これがもっとも効果を発揮しています。また、巡回レディース健診の基本項目は「自己負担なし」に加え、「全国規模へ拡大」、「女性スタッフのみの健診機関と契約」など、受診者の声に応えており、こうした取組みが高受診率へとつながっていると考えています。

特定保健指導は健診当日&メニュー充実

特定保健指導は、今年度より毎年実施としたことに伴いメニューを追加。とくに、1泊2日の「宿泊型コース」はリピーター対策として長野県の池の平ホテルで実施するもので、夫婦で参加もできます。体力測定後に、専門職による初回面談や、食事のアドバイス、ウォーキング指導、そして、その後のフォローまで行います。

被扶養者の特定保健指導実施率は、対象者55名、実施者48名で87%と非常に高くなっています。その理由は、巡回レディース健診当日に、血液検査の結果が出ていない状態でも、腹囲90㎝以上・BMI25以上の方に対し、初回面談をその場で実施するためで、費用はかかりますが効果は出ています。

今までのメニュー	●「生活改善コース」 ●「通信コース」 ●「いきいき運動コース」	2023年度から追加	●「宿泊型コース」 ●「RIZAPコース」 12メニュー・chocoZAP使用可

手厚い受診勧奨

被保険者については独自の基準を設け、該当者には受診するまで当組合診療所の看護師が受診勧奨を行います。被扶養者は「要精密検査」になった方に対し、紹介状をつけて勧奨を行っていましたが、今年度からは新たに提携医療機関リストも追加しています。

がん検診に関しては、被保険者には2回まで看護師が受診勧奨し、被扶養者には、特定健診と同様の勧奨を行い、さらに一部費用補助も行っています。

オリジナル動画・オンラインセミナーを充実

コロナ禍以前は集合型でセミナーを実施してきました。例えば、つまずきが原因での事故が散見されたため、「体力測定」で衰えを自覚してもらったり、若年層で運動不足が目立つため、「ウォーキング指導」で歩きの年齢を測定するなどです。

そして、コロナ禍により2020年12月からオンラインに転換。早々にスタートできたのは、かねてからオンラインでの実施を検討していたためです。

まず、オリジナルフィットネス動画の配信をスタート。セミナーも各種実施し、今年は正月明けの日曜日に、朝夜の2部制で「正月太り」をテーマに開催。主婦や子育て世帯も参加しやすいと考え、夜は21時スタートとしました。実際、夜の方が参加者は多かったのですが、想定は下回ってしまいました。三連休の中日だったことが影響したかもしれません。試行錯誤を重ねながら、少しでも参加しやすく、喜んでもらえるような企画を検討しています。

オンラインセミナー
●RIZAP「運動・食事」　●MIZUNO監修 吉本興業「ながら運動」
●明治「ようこそ！ 乳酸菌の世界へ」　●avivo「正月太り解消」



イベントの際は、田原担当部長が広報物を担当し、「健保だより」でPRしたり、食堂や各工場・営業所に掲示

データ分析を実施し、該当者に通知

データ分析は昨年からスタート。腎臓病について、eGFRが45未満、クレアチニンが1.8以上で3ヵ月以上未受診の方に受診勧奨を実施。今年度は、ポリファーマシーの実態調査を行った結果、傷病禁忌者、併用禁忌者、同一成分、同種同効、慢性投与など、計95名が判明しました。「健保だより」にこの調査結果およびポリファーマシーの危険性や対処法を掲載する予定です。そして、来年度から対象者に個別案内を出すことを検討中です。

中根常務理事からのメッセージ

少子高齢化、医療費の高額化など健保組合を取り巻く環境は日に日に厳しくなっており、保険料率を引き上げても厳しい状況は続いていきます。そのような中、公法人である健保組合としてできることは限られていますが、工夫を重ねて改革を行っていくことは可能です。

現段階でのアイデアとして、例えば、「一次予防」にさらに注力するため、事業主と協力し、能力開発研修のなかにヘルスリテラシー向上を取り込む、また、「二次予防」として健保診療所でオンライン診療を取り入れ、より多くの方の生活習慣病予防、重症化防止に役立ててもらう、などを検討しています。いずれにしても、これまでの常識にとらわれず、変革を恐れず、スピード感をもってチャレンジしていきたいと考えています。

※健康経営は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。