



健康経営優良法人2021・2022 インタビュー

# Voice Report







## Voice Report 1000号記念号発刊によせて



新型コロナウイルス感染症のパンデミックは世界中の人々の働き方に影響を与え、また健康観を根底から変えました。多様な労働環境も導入され、企業は従業員の生きがいややりがい、生活全般を含めた幸福度の向上も視野に入れた改革を一層求められるようになりました。また、この間、少子化、未婚化、人口の地域偏在が加速し、コミュニティの維持だけではなく、国家の維持にも大きなリスクをもたらすようになってきました。このような社会情勢の中で、生涯にわたって現役であり続け、またジェンダー、発達に課題を抱える人々、国籍の違いなどを包摂しながら、社会を維持、発展させていく仕組みづくりが必要とされています。多様性(ダイバーシティ)を受け入れ、持続可能な開発目標(SDGs)の理念にも挙げられている社会的包摂(ソーシャル・インクルージョン)を達成していくためには、お互いの理解を促し、受け入れ、工夫していく力の醸成が必要となってきます。

現在、「健康の社会的決定要因」への対策の重要性が指摘されています。健康に決定的に影響を与えてしまう、地域や家族の経済的社会的要因、地理的要因、生活環境、労働環境などです。これまで、私は糖尿病など生活習慣病等の重症化予防事業に取り組んできましたが、生活習慣の改善には地域や職域における健康管理や家庭生活などの環境改善が極めて重要であることを痛感しています。そして、一人ひとりが自分のものとして身に付けている、広く健康に関する知識(ヘルスリテラシー)も健康の維持に決定的な影響を与えることがわかりました。従業員全体のヘルスリテラシーが高いと、高齢の従業員が多くても、健診もうまく活用しながら、早期発見・早期対応ができています。

アクサ生命さまとは数年にわたり、共同研究で健康経営支援プログラムを作成するなど、健康経営に関するお手伝いをさせていただいています。『健康経営 アクサ式』は、人的経済的資源が限られる中小企業の健康経営を支える、まさに『働くすべての方とご家族に人生100年時代を健やかで幸せに生き抜いていただく』『会社の持続的発展を実現する』ことを目的とした包括的な取組みであると考えております。今回のVoice Reportにも、地域や業種、従業員の構成などの特性に応じた健康経営の素晴らしい実践例が掲載されており、参考になります。2015年にオール・ジャパンで日本健康会議が発足し、「健康なまち・職場づくり宣言」が提唱されてから約8年、大きな前進がみられていることに深い感慨を覚えます。

こうした取組みに関われることは非常に光栄であり、みなさまが今後ますます発展されることを祈念しております。

広島大学大学院医系科学研究科 成人看護開発学 教授

日本健康会議実行委員

**森山 美知子**

カリフォルニア州立大学フレズノ校看護学部大学院(看護学修士、老人看護専門看護師コース)。博士(医学)。京都第一赤十字病院、日本赤十字社医療センターなどで看護師として勤務。厚生労働省看護専門官などを経て、2002年より現職。全国の医療保険者等に疾病管理プログラムを提供する(株)DPPヘルスパートナーズ(元取締役会長)。日本学術会議連携会員他。



この度、Voice Report1000号を刊行することができました。全国の企業経営者の皆様に様々な知見をご披露いただいた賜物であり、厚く御礼申し上げます。

企業経営者の皆様にとって健康経営を実践する目的は、社会に対して価値提供し続け企業の持続的な発展を実現することであるといえます。

そして、企業の発展を支える従業員の皆様は、企業においてかけがえのない存在であり、企業における価値創造を支える極めて大切な資本であるといえます。

一方で、企業を支える従業員の皆様が、価値を創造し続けるには、健康は必要な要素ですが、それだけでは十分ではありません。健康に加えて、自らの仕事の社会的な意味や意義を理解し、働きがいのある仕事をし続けたいと願うこと、そして、人生100年時代を前向きに捉え充実した人生を自らが創り上げる信念をお一人おひとりが持つこと、が重要です。

こうした健康観、仕事観、人生観という視点は、Well-beingの実現に密接に結びついています。従業員のWell-beingを企業が支えることで、日常的に幸福な社員が集い、価値を創造し、企業が発展していくのだと考えています。ご披露いただいた事例では、こうした好循環を企業経営者の皆様が自然と実践されていらっしゃることに敬服いたします。

政府は、企業価値の大半が人的資本を含む無形資産から生じていることに鑑みて、本年中には、財務諸表に載らない人的資本に対する投資状況について企業に積極的に開示を求めることとなりました。そして、健康経営はこの方向性に沿って進化しています。

アクサ生命は、「人生の目的やビジョンに基づいて人生の計画を立て、主体的に自分の人生を経営していくこと」を『ライフマネジメント®』と名付けました。そして、健康経営の実践支援においても、一人でも多くの皆様にこの取り組みを進めていただくことをサポートし、より高いレベルで健康経営実践の目的を実現いただくことを目指しています。

地政学的な状況や経済状況の急速な変化に直面する今、私たちは目の前の不安に集中しがちです。しかし、どのような未来を創り上げたいのか、そのために何をすべきか、そうした未来をデザインする力こそが、不安を乗り越え、生き活きと働き価値を創造し続け、明るい未来や人生そして明るい社会を切り拓く原動力となると確信しています。

Voice Reportにご協力いただいた企業様の益々のご発展を心より祈念申し上げますとともに、私どもも微力ではございますが、働く皆様とそこにご家族のWell-beingの実現、企業様の持続的な発展、その結果としての社会の持続可能性向上に向けて、日々努力を積み重ねてまいります。

アクサ生命保険株式会社

代表取締役副社長兼チーフディストリビューションオフィサー

**幸本 智彦**

**健康経営優良法人 2021認定**
**大規模法人 P.**

|                   |                |      |          |    |
|-------------------|----------------|------|----------|----|
| 809               | 苫小牧市役所         | 北海道  | 苫小牧営業所   | 10 |
| <b>ブライツ500 P.</b> |                |      |          |    |
| 810               | オリンパス債権回収株式会社  | 北海道  | 札幌営業所    | 12 |
| 811               | 恵庭建設株式会社       | 北海道  | 苫小牧営業所   | 13 |
| 812               | 北王コンサルタント株式会社  | 北海道  | 帯広営業所    | 14 |
| 813               | 株式会社美警         | 北海道  | 釧路営業所    | 15 |
| 814               | コガソフウェア株式会社    | 東京都  | 東京第一FA支社 | 16 |
| 815               | 坂川建設株式会社       | 福井県  | 福井営業支社   | 17 |
| 816               | 株式会社日本エー・エム・シー | 福井県  | 福井営業支社   | 18 |
| 817               | 株式会社セラピット      | 兵庫県  | 神戸FA支社   | 19 |
| 818               | 株式会社SANYO-CYP  | 兵庫県  | 神戸FA支社   | 20 |
| 819               | 小西化学工業株式会社     | 和歌山県 | 和歌山営業所   | 21 |
| 820               | 丸善工業株式会社       | 香川県  | 高松営業所    | 22 |
| 821               | 株式会社九南         | 宮崎県  | 都城営業所    | 23 |
| 822               | 有限会社三崎工業       | 沖縄県  | 沖縄中部営業所  | 24 |

**中小規模法人**
**東北・北海道 P.**

|     |               |     |        |    |
|-----|---------------|-----|--------|----|
| 823 | 株式会社松木測量      | 北海道 | 札幌営業所  | 26 |
| 824 | ケイズサウンド株式会社   | 北海道 | 札幌営業所  | 27 |
| 825 | 株式会社ディーボ      | 北海道 | 札幌営業所  | 28 |
| 826 | 本多建設株式会社      | 北海道 | 苫小牧営業所 | 29 |
| 827 | 株式会社札幌商興      | 北海道 | 苫小牧営業所 | 30 |
| 828 | 室蘭まちづくり放送株式会社 | 北海道 | 苫小牧営業所 | 31 |
| 829 | 笹原商産株式会社      | 北海道 | 帯広営業所  | 32 |
| 830 | 株式会社米澤通商      | 北海道 | 帯広営業所  | 33 |
| 831 | 株式会社青紀土木      | 岩手県 | 奥州営業所  | 34 |
| 832 | 岩手建設工業株式会社    | 岩手県 | 花巻営業所  | 35 |
| 833 | 遠野建設工業株式会社    | 岩手県 | 大船渡営業所 | 36 |
| 834 | 有限会社東北特工      | 宮城県 | 気仙沼営業所 | 37 |
| 835 | 株式会社坂口組       | 宮城県 | 気仙沼営業所 | 38 |
| 836 | 株式会社丸匠高久建設    | 秋田県 | 横手営業所  | 39 |
| 837 | 株式会社落合堂製作所    | 山形県 | 米沢営業所  | 40 |
| 838 | 有限会社櫻井連送      | 福島県 | 福島営業所  | 41 |
| 839 | 株式会社福島製作所     | 福島県 | 福島営業所  | 42 |
| 840 | 株式会社スズトヨ      | 福島県 | 相双営業所  | 43 |

**関東 P.**

|     |                    |      |         |    |
|-----|--------------------|------|---------|----|
| 841 | 株式会社関東技研           | 茨城県  | 水戸営業所   | 44 |
| 842 | 株式会社不二ドライ・株式会社クラウン | 栃木県  | 宇都宮営業所  | 45 |
| 843 | 株式会社八興             | 栃木県  | 宇都宮営業所  | 46 |
| 844 | 株式会社エイシル           | 千葉県  | 千葉営業所   | 47 |
| 845 | みらい社会保険労務士法人       | 大分県  | 神奈川FA支社 | 48 |
| 846 | 株式会社ヤナギ            | 東京都  | 横浜FA支社  | 49 |
| 847 | 株式会社大神             | 神奈川県 | 横須賀営業所  | 50 |
| 848 | 日興テクノス株式会社         | 神奈川県 | 横須賀営業所  | 51 |
| 849 | 株式会社アスカム           | 静岡県  | 富士営業所   | 52 |
| 850 | 株式会社Re・lation      | 静岡県  | 浜松営業所   | 53 |

**北信越 P.**

|     |                     |     |        |    |
|-----|---------------------|-----|--------|----|
| 851 | 北陸保全工業株式会社・株式会社アシスト | 新潟県 | 新潟営業所  | 54 |
| 852 | 新潟ノーマ株式会社           | 新潟県 | 新潟営業所  | 55 |
| 853 | 双峰通信工業株式会社          | 新潟県 | 新潟営業所  | 56 |
| 854 | 上坂建設株式会社            | 富山県 | 高岡営業所  | 57 |
| 855 | 萩野塗装株式会社            | 石川県 | 金沢営業所  | 58 |
| 856 | 大野商工会議所             | 福井県 | 福井営業支社 | 59 |
| 857 | 株式会社ハグ・オザワ          | 福井県 | 福井営業支社 | 60 |
| 858 | 株式会社夏目              | 長野県 | 長野営業所  | 61 |
| 859 | 三協電気工業株式会社          | 長野県 | 松本営業所  | 62 |
| 860 | エービーシー株式会社          | 長野県 | 松本営業所  | 63 |

**関西・東海 P.**

|     |                 |      |        |    |
|-----|-----------------|------|--------|----|
| 861 | 鍋屋バイテック株式会社     | 岐阜県  | 岐阜営業所  | 64 |
| 862 | 高橋金属株式会社        | 岐阜県  | 岐阜営業所  | 65 |
| 863 | 株式会社小林製作所       | 岐阜県  | 岐阜営業所  | 66 |
| 864 | 高橋建設株式会社        | 岐阜県  | 飛騨営業所  | 67 |
| 865 | GROWTH株式会社      | 愛知県  | 名古屋営業所 | 68 |
| 866 | 株式会社坂口製作所       | 愛知県  | 名古屋営業所 | 69 |
| 867 | 山東株式会社          | 愛知県  | 名古屋営業所 | 70 |
| 868 | 有限会社デイ・サービスかなりや | 愛知県  | 安城営業所  | 71 |
| 869 | 協同海運株式会社        | 三重県  | 四日市営業所 | 72 |
| 870 | 藤原工業株式会社        | 三重県  | 四日市営業所 | 73 |
| 871 | 近江八幡商工会議所       | 滋賀県  | 彦根営業所  | 74 |
| 872 | 大阪石材工業株式会社      | 大阪府  | 大阪営業所  | 75 |
| 873 | 東イン株式会社         | 大阪府  | 大阪営業所  | 76 |
| 874 | 東洋テック姫路株式会社     | 大阪府  | 大阪営業所  | 77 |
| 875 | 井上運輸倉庫株式会社      | 大阪府  | 大阪東営業所 | 78 |
| 876 | 株式会社Swing Kids  | 大阪府  | 大阪東営業所 | 79 |
| 877 | 石田工業株式会社        | 大阪府  | 大阪東営業所 | 80 |
| 878 | 株式会社新進化学        | 大阪府  | 大阪東営業所 | 81 |
| 879 | 東大阪商工会議所        | 大阪府  | 大阪東営業所 | 82 |
| 880 | 株式会社今井商店        | 兵庫県  | 神戸営業所  | 83 |
| 881 | 新光産業有限公司        | 和歌山県 | 和歌山営業所 | 84 |

**中国・四国 P.**

|     |                 |     |         |    |
|-----|-----------------|-----|---------|----|
| 882 | 有限会社渡邊水産        | 島根県 | 出雲営業所   | 85 |
| 883 | 医療法人いきいきクリニック   | 島根県 | 松江営業所   | 86 |
| 884 | 株式会社ドルフィン・エイド   | 岡山県 | 倉敷営業所   | 87 |
| 885 | 有限会社プラン・ドゥ      | 広島県 | 福山営業所   | 88 |
| 886 | 株式会社アイエスツール     | 広島県 | 福山営業所   | 89 |
| 887 | 株式会社ヨコセロ        | 広島県 | 福山営業所   | 90 |
| 888 | アドバンスシステム株式会社   | 広島県 | 福山営業所   | 91 |
| 889 | 石原工作株式会社        | 広島県 | 府中備北営業所 | 92 |
| 890 | 協同組合山九ハイウェイセンター | 山口県 | 山口営業所   | 93 |
| 891 | 山口県農業株式会社       | 山口県 | 山口営業所   | 94 |
| 892 | 株式会社亀井組         | 徳島県 | 徳島営業所   | 95 |

**九州 P.**

|     |                  |      |         |     |
|-----|------------------|------|---------|-----|
| 893 | 株式会社明月堂          | 福岡県  | 福岡営業所   | 96  |
| 894 | 柳川商工会議所          | 福岡県  | 柳川営業所   | 97  |
| 895 | 株式会社ほしの          | 福岡県  | 北九州営業支社 | 98  |
| 896 | 有限会社ファスニング機工     | 福岡県  | 北九州営業支社 | 99  |
| 897 | 株式会社植田開発         | 福岡県  | 筑豊営業所   | 100 |
| 898 | 株式会社AZUMA        | 熊本県  | 熊本営業所   | 101 |
| 899 | 天草設備株式会社         | 熊本県  | 熊本営業所   | 102 |
| 900 | 明和プラント工業株式会社     | 大分県  | 大分営業所   | 103 |
| 901 | 宮崎商工会議所          | 宮崎県  | 宮崎営業所   | 104 |
| 902 | 株式会社リーチ開発        | 鹿児島県 | 鹿児島営業所  | 105 |
| 903 | 鹿児島土木設計株式会社      | 鹿児島県 | 鹿児島営業所  | 106 |
| 904 | 株式会社ロジステックネットワーク | 鹿児島県 | 鹿児島営業所  | 107 |
| 905 | 株式会社田幸技建コンサルタント  | 沖縄県  | 沖縄中部営業所 | 108 |

# Voice Report



## 健康経営優良法人 2022認定

| ブライト500 |                                       |               | P.  |
|---------|---------------------------------------|---------------|-----|
| 906     | 茂呂運送株式会社                              | 東京都 首都圏第五FA支社 | 110 |
| 907     | 東京都チャレンジドプラストップン株式会社                  | 東京都 首都圏第四FA支社 | 111 |
| 908     | 株式会社三友ファスニング                          | 神奈川県 横浜第二FA支社 | 112 |
| 909     | 株式会社マーク電子                             | 神奈川県 相模原営業所   | 113 |
| 910     | LFC株式会社                               | 岐阜県 岐阜営業所     | 114 |
| 911     | 蒲郡商工会議所                               | 愛知県 豊橋営業所     | 115 |
| 912     | 豊田東海警備グループ<br>[豊田東海警備株式会社/日本信託警備株式会社] | 愛知県 豊橋営業所     | 116 |
| 913     | 森菊株式会社                                | 愛知県 豊橋営業所     | 117 |
| 914     | 有限会社アドバンク                             | 京都府 京都営業所     | 118 |
| 915     | 日東公進株式会社                              | 京都府 福知山営業所    | 119 |
| 916     | 株式会社くだものかふえ                           | 大分県 中津営業所     | 120 |

## 中小規模法人

| 東北・北海道 |                |            | P.  |
|--------|----------------|------------|-----|
| 917    | 太平電気株式会社       | 北海道 苫小牧営業所 | 122 |
| 918    | 有限会社木村宅建サービス   | 北海道 苫小牧営業所 | 123 |
| 919    | 大鎌電気株式会社       | 北海道 函館営業所  | 124 |
| 920    | 株式会社菅原組        | 北海道 函館営業所  | 125 |
| 921    | 不二建設株式会社       | 北海道 旭川営業所  | 126 |
| 922    | 株式会社田端本堂カンパニー  | 北海道 旭川営業所  | 127 |
| 923    | 太平洋設備株式会社      | 北海道 釧路営業所  | 128 |
| 924    | 赤坂建設株式会社       | 宮城県 仙台営業所  | 129 |
| 925    | 東日本検査株式会社      | 宮城県 仙台営業所  | 130 |
| 926    | マシヤ・スチール工業株式会社 | 宮城県 仙台FA支社 | 131 |
| 927    | 株式会社とくら運送      | 宮城県 仙台FA支社 | 132 |
| 928    | 株式会社大和工務店      | 宮城県 仙台FA支社 | 133 |
| 929    | 株式会社ダイニホン      | 宮城県 仙台FA支社 | 134 |
| 930    | 大東住宅株式会社       | 宮城県 仙台FA支社 | 135 |
| 931    | みよし工業有限会社      | 山形県 山形営業所  | 136 |
| 932    | 有限会社矢吹タクシー     | 福島県 白河営業所  | 137 |
| 933    | 株式会社佐久間組       | 福島県 白河営業所  | 138 |
| 934    | 株式会社共和建商       | 福島県 白河営業所  | 139 |

| 関東  |                   |               | P.  |
|-----|-------------------|---------------|-----|
| 935 | 有限会社宇野自動車整備工場     | 茨城県 日立営業所     | 140 |
| 936 | アオキ株式会社           | 茨城県 石岡営業所     | 141 |
| 937 | 株式会社時園製作所         | 埼玉県 川口営業所     | 142 |
| 938 | 株式会社小出ロール鐵工所      | 千葉県 船橋営業所     | 143 |
| 939 | ライフ薬品株式会社         | 千葉県 船橋営業所     | 144 |
| 940 | 株式会社イワイ           | 千葉県 銚子営業所     | 145 |
| 941 | 株式会社タニタハウジングウェア   | 東京都 首都圏第四FA支社 | 146 |
| 942 | 関東食糧株式会社          | 東京都 首都圏第六FA支社 | 147 |
| 943 | 株式会社KSP           | 東京都 首都圏第三FA支社 | 148 |
| 944 | 株式会社大神            | 神奈川県 横須賀営業所   | 149 |
| 945 | 株式会社ミトリ           | 神奈川県 相模原営業所   | 150 |
| 946 | 相和設備工業株式会社        | 神奈川県 湘南営業所    | 151 |
| 947 | 株式会社セーフティプロメンテナンス | 神奈川県 湘南営業所    | 152 |
| 948 | 小林運輸株式会社          | 神奈川県 湘南営業所    | 153 |
| 949 | 株式会社オー・エム・シー      | 山梨県 甲府営業所     | 154 |
| 950 | 相互印刷株式会社          | 山梨県 甲府営業所     | 155 |
| 951 | 株式会社アースフレンドカンパニー  | 山梨県 山梨北営業所    | 156 |

| 北信越 |             |           | P.  |
|-----|-------------|-----------|-----|
| 952 | 株式会社ハシモト清   | 富山県 高岡営業所 | 157 |
| 953 | 松本土建株式会社    | 長野県 松本営業所 | 158 |
| 954 | 株式会社日邦バルブ   | 長野県 松本営業所 | 159 |
| 955 | 株式会社アルプスウェイ | 長野県 松本営業所 | 160 |

| 関西・東海 |          |           | P.  |
|-------|----------|-----------|-----|
| 956   | 株式会社カトペン | 愛知県 豊橋営業所 | 161 |

|     |                      |            |     |
|-----|----------------------|------------|-----|
| 957 | 株式会社プラセス             | 愛知県 豊橋営業所  | 162 |
| 958 | 株式会社タキオン             | 愛知県 安城営業所  | 163 |
| 959 | 天元工業株式会社             | 三重県 桑名営業所  | 164 |
| 960 | 株式会社アイフク・テック         | 三重県 伊勢営業所  | 165 |
| 961 | 株式会社荒海海産             | 三重県 伊勢営業所  | 166 |
| 962 | 石川商工株式会社             | 三重県 伊勢営業所  | 167 |
| 963 | 株式会社特殊高所技術           | 京都府 京都営業所  | 168 |
| 964 | 株式会社ティーアールシィー高田      | 静岡県 大阪東営業所 | 169 |
| 965 | 株式会社ジェイ・イー           | 大阪府 大阪東営業所 | 170 |
| 966 | 株式会社キタマ              | 大阪府 大阪東営業所 | 171 |
| 967 | 株式会社駒谷ゲージ            | 大阪府 大阪東営業所 | 172 |
| 968 | 有限会社上陽精機             | 大阪府 大阪東営業所 | 173 |
| 969 | 株式会社エビス製袋所           | 大阪府 大阪東営業所 | 174 |
| 970 | 株式会社中川製作所            | 大阪府 大阪東営業所 | 175 |
| 971 | 株式会社オーエステクノロジー       | 大阪府 大阪東営業所 | 176 |
| 972 | 株式会社三住建設             | 大阪府 大阪東営業所 | 177 |
| 973 | 亜木津工業株式会社            | 大阪府 大阪東営業所 | 178 |
| 974 | タイガ設計株式会社            | 大阪府 大阪東営業所 | 179 |
| 975 | 泉佐野商工会議所             | 大阪府 大阪南営業所 | 180 |
| 976 | ニシキ合金株式会社            | 大阪府 大阪南営業所 | 181 |
| 977 | 株式会社ダング/株式会社ケー・アンドエス | 大阪府 大阪南営業所 | 182 |
| 978 | 株式会社河本土木             | 大阪府 大阪南営業所 | 183 |
| 979 | 阪南鉄工株式会社             | 大阪府 大阪南営業所 | 184 |
| 980 | 株式会社sea              | 兵庫県 神戸FA支社 | 185 |
| 981 | 株式会社谷商会              | 兵庫県 神戸FA支社 | 186 |
| 982 | 株式会社てらす              | 兵庫県 阪神営業所  | 187 |
| 983 | 不二電気工事株式会社           | 兵庫県 阪神営業所  | 188 |
| 984 | 株式会社三木組              | 兵庫県 阪神営業所  | 189 |
| 985 | 株式会社マークス             | 兵庫県 阪神営業所  | 190 |
| 986 | 協同組合KEN              | 兵庫県 阪神営業所  | 191 |
| 987 | 株式会社ケンプランニング         | 兵庫県 阪神営業所  | 192 |
| 988 | 住田建設株式会社             | 兵庫県 阪神営業所  | 193 |
| 989 | SEAVAC株式会社           | 兵庫県 阪神営業所  | 194 |
| 990 | 株式会社みつば電気            | 兵庫県 阪神営業所  | 195 |
| 991 | 前田自動車整備株式会社          | 兵庫県 姫路営業所  | 196 |
| 992 | 株式会社松竹酒舗             | 兵庫県 東播営業所  | 197 |

| 中国・四国 |                      |             | P.  |
|-------|----------------------|-------------|-----|
| 993   | 下電造園土木株式会社           | 岡山県 岡山営業所   | 198 |
| 994   | 株式会社ジャパン・ネットワークシステムズ | 岡山県 岡山営業所   | 199 |
| 995   | 桜田工業株式会社             | 岡山県 岡山営業所   | 200 |
| 996   | 株式会社城西設計             | 岡山県 岡山営業所   | 201 |
| 997   | 有限会社リーム              | 山口県 下関営業所   | 202 |
| 998   | 株式会社T・O・S            | 山口県 下関営業所   | 203 |
| 999   | 株式会社カワフーズ            | 山口県 下関営業所   | 204 |
| 1000  | 株式会社酒井商店             | 山口県 下関営業所   | 205 |
| 1001  | 新下関観光バス株式会社          | 山口県 下関営業所   | 206 |
| 1002  | 有限会社堀江建設             | 山口県 下関営業所   | 207 |
| 1003  | 株式会社ユタカ              | 香川県 高松営業所   | 208 |
| 1004  | 株式会社大屋               | 愛媛県 北四国営業支社 | 209 |

| 九州   |             |             | P.  |
|------|-------------|-------------|-----|
| 1005 | 株式会社ハッコー    | 鹿児島県 鹿児島営業所 | 210 |
| 1006 | 宮内洋行株式会社    | 鹿児島県 鹿児島営業所 | 211 |
| 1007 | 今村電気株式会社    | 鹿児島県 鹿児島営業所 | 212 |
| 1008 | サツマガス工業株式会社 | 鹿児島県 鹿屋営業所  | 213 |

※「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。  
 ※「ライフマネジメント®」はアクサ生命保険株式会社の登録商標です。



健康経営優良法人  
2021 認定

大規模

健康経営優良法人2021・2022 インタビュー

Voice Report



北海道  
苫小牧営業所Voice Report  
100th市長  
岩倉博文氏

## Change Work Style !

- 市長 岩倉博文氏
- 所在地 北海道苫小牧市旭町4-5-6
- 主な事業内容 行政
- 職員数 1,932名

健康経営優良法人 2021認定  
大規模健康経営優良法人  
2021 認定みんなで健幸大作戦！  
～ちょっと実行、ずっと健康～

本市では、「健康寿命をのばそう～ちょっと実行、ずっと健康～」をスローガンに、まちぐるみで取り組む「みんなで健幸大作戦！」を実施しました。Smart Check「健診・検診の受診」、Smart Eat「適切な食生活」、Smart Breath「禁煙」、Smart Walk「適度な運動」の4つのアクションで、健康寿命の延伸に向けて、市民の皆様、企業の皆様、関係団体の皆様と一体となって様々な取組を実施しました。



総勢600名で「ラジオ体操」



「みんなでラジオ体操inイオンモール」

## 「苫小牧市受動喫煙防止条例」の制定

市民一人一人が生涯にわたり健やかに暮らせるまちの実現を目指して、「苫小牧市受動喫煙防止条例(R2.4.1施行)」を制定しました。市の施設については喫煙場所をすべて撤去し、庁舎は敷地内禁煙となっています。

毎月22日は「禁煙の日」として、スワンスワンデーの啓発や、職員については、就業時間中の禁煙を徹底しています。全面禁煙に取り組む飲食店や企業に対しては、「空気もおいしい施設」として認定し、オリジナルステッカーを配付しています。



「スワンスワンデーの啓発」

「空気もおいしい施設  
ステッカー」

## 早期発見による健康リスクの低減

職員の健康リスクの低減に向けた取組として、健康診断の再検査が必要な職員には、所属長からの受診勧奨により、再検査率100%を目指しています。

職場におけるストレス緩和と職場環境の改善を目的として、メンタルヘルスケアを推進するとともに、健康相談窓口を設置し、保健師や看護師等による心身の健康相談や臨床心理士による専門的なこころの健康相談体制を整備しています。

## 「こころ」も「からだ」もリフレッシュ！

職員の心身のリフレッシュとコミュニケーション促進に向けたイベントとして、例年各部対抗卓球大会やボーリング大会を開催しており、感染症対策を徹底しながら、組織を越えた交流機会の創出に取り組んでいます。

また、近郊の農園と契約した「いもほり」や地元の飲食店を応援する飲食助成券の配付により、職員の元気回復や地域経済の活性化にもつながりました。

## Change Work Style

## ～変えて行こう、「これまで」と「これから」～

職員一人一人が心身ともに健康で、個性や能力を十分に発揮し、いきいきと働くことができる職場環境の整備を目指して、「働き方改革」と「健康経営」を一体的に推進しています。職員の健康保持・増進の取組により、生産性の向上や組織の活性化につなげ、持続可能な質の高い行政サービスの提供を目指してまいります。





健康経営優良法人2021・2022 インタビュー

# Voice Report



北海道  
札幌営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
小川英宏氏従業員が健康で働けるためには何ができるか。  
それが健康経営でした

- 代表取締役社長 小川英宏氏
- 本 社 所 在 地 北海道札幌市豊平区月寒中央通7-6-20  
JA月寒中央ビル7階
- 主 な 事 業 内 容 その他の金融業
- 従 業 員 数 83名

健康経営優良法人 2021認定  
プライト500健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定

## 健康経営に取り組もうと思ったきっかけとして

良い仕事には、健康と環境が大事だと思っていました。そんな時にアクサ生命の健康経営アドバイザーの方から「健康経営」の話聞き、取り組んでみようと思ったのがキッカケです。業種柄、座り仕事も多く、従業員の運動不足や、健康意識改革に取り組みたいと従来から思っておりまして、「健康経営」は弊社にはとてもフィットしておりました。今では会社の考え方・あり方の伝え方として「健康経営」を通じて発信しており、従業員同士とその家族まで輪を広げていきたいと思っております。

「健康経営実践プログラム」から、  
まずは取り組みそうな活動を継続的に。

多くの従業員がいるので、その後の取り組みなどでも全員が極力参加できるようなものと考えて取り組むのは苦労しました。全国の企業が参加できるジョギングのキロ数を合計するチャリティに社長自ら参加し、ゲーム感覚で出来たことは従業員の意識づけのきっかけになりました。また、現在ではストレスチェックに関しても自分自身がどの項目でストレスを感じているかを確認するようになったこと、他の社員にも目を向けるなど、従業員の意識も着実に上がってきていると感じます。

従業員の健康と雇用を守ることが  
その先の家族を守ることに繋がる。

会社として、従業員の健康を気に掛けるというのは、非常に大切なことだと思っております。何より、従業員のその先には、ご家族やご両親もいらっしゃる。わが社に入社後、イキイキと元気よく過ごしている姿をご家族にも見てもらえるような環境づくりをしていこうと思っております。その為には、会社からの単発的ではなく、継続的な「健康経営」の取り組みの発信、柔軟性が大事だと思っております。まずは、発信側の我々が、従業員の考えや働き方に思考と耳を傾け、一緒に取り組んでいきたいと思っております。

## 今後の展望

今後もこうした「健康経営」の取り組みは全国的に盛んになってくると思います。大切なのは、無理やりやらせるのではなく、従業員からの自発的な行動を促すこと、そのキッカケ作りだと思います。例えば、禁煙や受動喫煙に対する取り組みは、世間的にも言われていますが、喫煙者・非喫煙者双方に理解を示すことも大切だと思っております。喫煙者のエリアの確保や、喫煙者の方が休憩が多ならないよう、全体でリフレッシュ休憩時間を作るなど不平不満が出ないように工夫をしております。今後も「従業員の為に何が出来るか」を考えながら取り組んで参ります。



プライト500認定証



メンタルヘルス役職者研修

右から担当の永井さん、小川社長、坂本次長、  
健康経営アドバイザーの手塚社員

北海道  
 苫小牧営業所

 Voice Report  
 100th  
 The Anniversary

 代表取締役社長  
 本荘武則 氏

「社員がいきいきと健康で安心して働くことができる職場づくり」  
 を目指して！ 健康経営に取り組む『恵庭建設株式会社』

- 代表取締役社長 本荘武則 氏
- 本 社 所 在 地 北海道恵庭市泉町26
- 主 な 事 業 内 容 建設業
- 従 業 員 数 38名

 健康経営優良法人 2021認定  
 ブライト500

 健康経営優良法人2021  
 ブライト500認定

## ブライト500の認定を受けて

労働年齢の上昇とともに、健診で有所見者が増加。経営資源の第一は人と考え、2015年頃より健康経営に力を注いできたので、積み重ねが実績となりました。そこには、社員の「会社を良くしよう、働きやすい職場にしよう」という前向きな協力が不可欠でした。今回ブライト500に認定されたことは社員に感謝しかありません。

## 北海道で唯一 認定法人 取り組み事例集の掲載

当社の取り組みを多くの方に認識していただければと思っております。健康経営に携わるなかで、健康で長く働いてもらうためには、経営面で健康に関する取り組みが必要と感じ、現在、「治療と仕事の両立支援規定」を制定し、多様な休暇制度や勤務制度を設けています。特に、がんの予防・早期発見のため、各健診においてがんに関するオプションの推奨や健診、特別休暇等を導入。社員の健康意識が向上したとともに、病気になっても長く働くことができるという安心感が広がったことにより、健康寿命に対する意識も強く感じます。

## 大切な社員とその家族の健康とともに 会社も成長していきたい

健康経営は経営者が社員ばかりではなく、社員の家族も視野に入れなくてはならないと考えます。当社では子どもの行事参加特別休暇に加え、インフルエンザ予防接種費用助成制度は配偶者と子どもも対象としています。家庭内感染の阻止も視野にあるため、家族の協力もまた不可欠です。3年後には建設業にも上限規制が適用となるため、今から労使ともに、残業時間を削減するための意識改革が必要と考えています。また、社員が家族とともに安定した生活設計を行えるように待遇改善に積極的に取り組んでいます。

## 今後の展望

当社では、社員がいきいきと健康で安心して長く働けるように、今後も健康経営の取り組み、ワークバランスや女性活躍の推進、多様な休暇制度など、働きやすく働きがいのある職場環境づくりに努めてまいりたいと思っています。



北海道  
帯広営業所

社員とその家族が幸せに暮らせるように「健康経営」に取り組む

- 本 社 所 在 地 北海道帯広市西七条北1-11
- 主 な 事 業 内 容 建設コンサルタント業・測量業  
(農業土木・土木設計、測量環境調査等)
- 従 業 員 数 130名

健康経営優良法人 2021認定  
プライト500健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定Voice Report  
100th

### 社員が安心して働ける環境づくりの一つとして 取り組んだ健康経営

当社は、社員が安心して働けること、安心して働ける環境を整備することを重要視しています。ノー残業デーの設定や、年次有給休暇の計画的な消化を促すなど、仕事とプライベートをともに充実させることを大切に考えており、社員が健康で働ける職場環境の整備と健康経営の取り組みを始めることにしました。

### 管理栄養士が発行する野菜通信で 食事に関する意識づけとコミュニケーション

グループ会社の農業法人で収穫した野菜をセットにして全社員に提供し、「美味しい野菜を食べることができた」ととても好評です。管理栄養士の資格を持った担当者が旬の野菜の栄養情報やレシピをまとめた「野菜通信」を発行することで、社員の間で野菜や健康の話をする機会も増え、健康に関する相談が寄せられるなどコミュニケーションも図られるようになりました。また、仕事の合間に食べられるように「とうもろこしクッキー」等の野菜入りの手作りおやつを提供するなど、食と健康への意識向上のため様々な取り組みに挑戦しています。

### 定期健康診断の再検査受診率UP

「健康経営」、「働き方改革」を推進していく為には社員が健康であることが大切です。健康診断等の結果、再検査を要することもあります。現在は定期健康診断受診時と再検査受診のために特別休暇を付与しています。また、健康診断受診結果について産業医からの視点でアドバイスをいただき従業員に対し再検査勧奨を行うなど、再検査受診率100%を目指して取り組んでいます。

### 運動不足解消とSDGs推進のため、 社用自転車を購入し駐輪場を造りました。

コンサルタントは普段、社内でパソコンに向かって仕事をすることが多く、一日の歩行距離は微々たるものになります。また、短距離の移動でも自動車を使うため、外出時にも長距離を歩くことがほとんどありませんでした。そんな社員の運動不足を少しでも解消するため、社用自転車を購入し駐輪場を造りました。街中の移動は積極的に自転車を利用することで運動不足解消にもなりますし、車を使う頻度を減らすことにより、SDGsの取り組みも推進しています。

### 今後の展望

会社が取り組んでいる「健康経営」を通じて社員自身も健康への関心が高まっております。健康で生き生きと仕事ができる環境が仕事の効率化や働き方改革につながるばかりでなく、高い技術と知識を持つ社員のスキルアップにつながると考えています。また、健康であることは充実した人生を過ごしていく上でも不可欠なことです。今後更に情報を集めて健康経営の取り組みを推進していきます。



社員に配布する野菜セット



社用自転車と駐輪場

代表取締役社長  
三上葉月氏

私たちは、まちの「ありがとう」を増やします

- 代表取締役社長 三上葉月氏
- 本社所在地 北海道釧路市新富士町6-2-10
- 主な事業内容 警備業
- 従業員数 147名(男性:127名・女性:20名)

健康経営優良法人 2021認定  
プライト500

健康経営優良法人  
2021 プライト500認定

## 健康経営に取り組むに至ったきっかけ

2018年に社長が国策としての健康経営の取り組みを知り、社会背景から今後、企業として取り組むメリットが大きいと判断しました。また、2020年に実施した定期健康診断結果において、循環器及び肝臓の数値が異常であり、さらにメタボの判定を受ける社員が散見され、社員147名中、60歳以上が半数を占める中、健康改善は会社運営にあたり、重要課題であると深く認識したため取り組みを始めました。

## 健康づくり活動の目標

健康づくりの施策を講じて、健康改善及び健康維持・促進に努め、社員が健康かつ安心して一日でも、一年でも長く勤務できる環境を整備していきたいと考えています。

## 現在行っている取り組み

- ① 釧路市健康推進課にご支援いただき、社員の定期健康診断の分析結果に基づく個別の健康指導
- ② 全国保険協会による出前健康指導を受講
- ③ 定期健康診断+60歳以上のがん検診(会社負担)
- ④ 健康診断の前回結果と今回結果で改善が顕著に見受けられる社員に対し、表彰
- ⑤ 朝礼後のストレッチ運動及び午後のラジオ体操の実施
- ⑥ インフルエンザ予防接種費用の補助
- ⑦ 女性がん検診費用の補助
- ⑧ 日々の血圧・体温測定
- ⑨ 野菜たっぷりイベントの実施及び社内外への発信(美警ブログ)
- ⑩ 健康寿命の延伸により定年制度を撤廃し、シニアの方々が安心して働ける環境を整え、高齢者の雇用を促進
- ⑪ 当社の活動を多数の新聞及び機関誌に掲載

## 健康づくりに取り組んでからの社員の变化

早期受診の必要な社員は速やかに通院させました。また個別に社内健康指導を実施し、23~8kgの減量効果が出ている社員が5名。食生活及び生活改善の結果は定期健診結果から分析しています。野菜たっぷりイベントも6回実施し、回を重ねるごとに、社の試みや「食の重要さ」への認知度が高まりました。健康指導を通じてコミュニケーションが増え、調理、イベントの開催で社員に笑顔が増えたように思います。また、食を通じてたくさんの方々との交流もできています。

## 今後の展望

更なる効果的な施策を考え、社員の健康維持・促進に向けて邁進したいと考えております。65歳以上の高齢者を積極的に雇用し、高齢者が健康で安心して勤務できる環境を整備していきます。食の重要性について発信、家庭環境に事情がある地域の子供たちに食事を提供できる仕組みを確立し、畑の運営及び守り人ステーションの設立を目標にコミュニティ事業を推進したいと考えております。



高齢者雇用を考える学習会



野菜たっぷりイベント



東京都  
東京第一FA支社

Voice Report  
100th



代表取締役  
古賀詳二氏

エンジニアが安心して働ける環境をつくりたい

- 代表取締役 古賀詳二氏
- 本社所在地 東京都台東区上野
- 主な事業内容 情報通信業
- 従業員数 105名(男性:82名・女性:23名)

健康経営優良法人 2021認定  
プライト500

健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定

### 業界を健全化したいとの想いが 健康経営の取り組みにつながった

私が創業した2000年ころはソフトウェア業界は3K(きつい、帰れない、給料が安い)職場やブラック企業が蔓延していた。そんな業界を変える手本になりたいと起業し取り組んできたものが健康経営の取り組みそのものだった。4年前に営業社員から健康経営というものがあると話を聞いたことをきっかけに2017年9月に健康企業宣言をし、名実ともに健康経営に取り組む企業としてスタートすることができた。

### 今までの取り組みに加えて新たに従業員の 意見を取り入れた活動を

- ・週2回業務時間中にオンラインでストレッチ教室を実施
- ・高齢者が要介護になっていくプロセスの一つが歯周病であることから、歯を大切に歯のクリーニングを年2回実施
- ・スーパーフレックスと在宅勤務の併用で柔軟な働き方へ
- ・全社員参加の体力テスト大会
- ・アクサ生命の健康習慣アンケートを実施し従業員の健康意識を調査
- ・お花見、夏祭り、クリスマス会、餅つきなど定期的に社内イベントを開催

### 内発的動機付けをすることで従業員ひとりひとりの 意識や行動に変化があらわれた

社内に掲示したポスターや健康新聞(階段使用推奨、ベジファーストなど)とたばこの害については日頃から声掛けをしており、紙巻きたばこから電子タバコへ変えるよう指示したところ、健康に対する意識や行動が大きく改善した。飲み物を水やお茶に変えたり健康のためのウォーキングや運動を始めたりする従業員が増えたことで、太った人が減り、歩く習慣ができたなど目に見える効果が出てきた。そして健康診断の受診率も100%を継続でき、有給休暇の取得率も増加するなど、従業員がより良い状態で働ける環境作りができています。

### 創業時に掲げた想いを胸に業界全体が よくなるよう健康経営の手本となっていきたい

業界としてはまだまだ健全化への道のりは長く、健康経営の取り組みを社内外に発信していくことでこの業界のエンジニアが笑顔で仕事ができるような環境を実現したいと思っている。健康経営を社外へ発信することで自社製品の問い合わせも増えた。今後も業界全体へ広げる一翼を担っていきたい。そして従業員を大切にすることで従業員が仕事を好きになり、活躍し、その結果その親御さんにも安心して任せられるような会社にしていきたい。

### 健康経営アドバイザーとの出会いが健康経営を より強力に推進するきっかけになりました

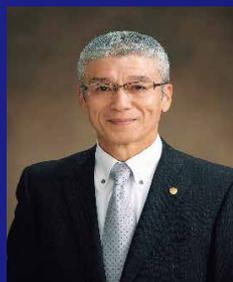
もともと健康経営につながる取り組みはしていたものの、健康企業宣言から銀の認定、金の認定、健康経営優良法人認定の取得と健康経営をすすめていくにあたってはアクサ生命の担当者のサポートがなければ難しかったかもしれません。大変感謝しております。今後も健康習慣アンケートやセミナーの実施、情報提供など継続してサポートしてほしいです。健康経営を通して従業員とその家族、業界そして社会が良くなっていくようよろしくお願いします。



ストレッチ教室の様子



夏祭りの様子

福井県  
福井営業支社Voice Report  
100th代表取締役社長  
高田隆夫 氏

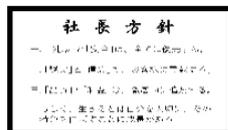
社員と家族と働く仲間の幸福を追求するために！

- 代表取締役社長 高田隆夫 氏
- 本 社 所 在 地 福井県福井市宝永
- 主 な 事 業 内 容 建設業
- 従 業 員 数 94名(男性:83名・女性:11名)

健康経営優良法人 2021認定  
プライト500健康経営優良法人  
5年連続認定

## 健康と安全をすべてに優先する

取り組みのきっかけは、建設業は重大事故が昔からあり、万が一その状況になると行政処分を受けたり、発注者から指名停止を受けることにもつながります。事故を防ぎたいという思いと、定年の改定により平成元年から30年で平均年齢が35歳から44.7歳に上がり、また60歳以上の方が1.4%から18.8%になっており、その中では生活習慣病や大病を患う社員も出てきました。社員が健康であることが大切であることを感じ、その対策として社内で話し合い、安全衛生委員会の取り組みに加えて健康安全委員会を立ち上げました。



## 社員の健康は家族も巻き込んで！！

毎年春から夏にかけての定期健康診断は全員が受診することと、産業医からの保健指導を受けるとともに、40歳以上の社員に対しては1日人間ドックを再度秋から冬にかけて受診するよう促しています。個人の健康診断の結果から、「ひさやま元気予報」のアプリを利用して血管年齢や心血管病、糖尿病の発生リスクを計算し、給料袋に入れて提供しています。社員にも、ご家族にもこの先の病気のリスクを考える機会を提供しています。



## 全員が取り組みやすいことを実践する

健康な体で生活を送ることを目指すために万歩計を全社員につけてもらい①1日7000歩以上のウォーキングに1か月の中で18日以上取り組み、かつ18万歩以上達成した社員に、月3000円の健康手当を支給。②3か月連続達成者には健康記念品を授与しています。健康記念品はカレーセットや鍋セットなど女性社員がチョイスし、家に持って帰っています。ここでもご家族にも意識付けしてもらっています。半分以上の社員が達成しています。年2回の研修を行う中で食育も取り入れ、コンビニエンスストアでもできるバランスのいい食事の取り方を実践しました。

## 今後の展望

健康経営に取り組む中でがんの早期発見ができた社員もあり、短期入院で仕事に復帰できることは会社にとってリスクの軽減につながります。今後も全員が参加できる「歩く」ことを継続していきます。7000歩から8000歩にできるよう取り組みます。健康診断の数値が下がることは、加齢もあることからあまり期待はしていません。前年度と同じ数値が維持できるように、社員が楽しく継続できることを行っていきます。

2020年2月3日健康セミナー実施  
講師は竜谷大学 伏木 亨氏  
テーマは「味覚と嗜好のサイエンス」

福井県  
福井営業支社Voice Report  
100th代表取締役社長  
山口康生 氏

企業価値向上のため、  
ダイバーシティ推進・働き方改革・健康経営に三位一体で取り組む！

- 代表取締役社長 山口康生 氏
- 本 社 所 在 地 福井県福井市市波町13-8
- 主 な 事 業 内 容 高圧配管用継ぎ手の製造・販売
- 従 業 員 数 183名(男性:137名・女性:46名)

健康経営優良法人 2021認定  
プライト500健康経営優良法人  
2018~2021  
プライト500認定

## 将来の法制度や人材確保を見据えて

弊社は、高圧配管用の金属製継ぎ手の専門メーカーとして福井の本社及び永平寺工場、タイ、フィリピン、中国の4カ国5拠点で生産し、お客様に多くの製品を提供しています。2017年夏、中小企業の間で健康経営が広まりつつあることを取り上げた新聞記事を受け、将来的な残業時間上限の法制度化や人材確保を見据えた経営改革のため、経営トップの決断により優良法人認定レベルを目指して本格的に取り組みをスタートしました。

## 健康づくり宣言

2016年12月に、職場の健康づくりに取り組み、従業員全員が元気で活躍できる事業所を目指すために「健康づくり宣言」を行いました。

- 健康診断受診率100%      有所見者の受診促進  
特定保健指導利用100%    健康づくりの推進

## 組織体制と主な取り組み

経営トップの下、2つの事業所それぞれの衛生管理者を健康づくり担当者として任命し、職制と安全衛生委員会メンバーとが協働で行う体制をとっています。また、産業医と協会けんぽ福井支部のサポートを受け、健康づくり担当者は健康経営アドバイザー資格を取得し、社内に健康経営の必要性を伝え、積極的な取り組みを推進しています。

<主な取り組み>

- ①毎朝朝礼時に「腰痛体操」と健康状態の確認と報告の徹底を継続
- ②定期健康診断の結果で再検査が必要な有所見者の受診勧奨に注力
- ③適切な働き方の実現に向けた取り組みを実施
- ④運動の機会づくりの推進



腰痛体操

## 有所見者の再検査の受診促進(受診率100%)

幅広い年齢層や外国人の従業員がいる中で、定期健康診断において要治療・要精密検査と判定された有所見者の再検査の受診について、健康づくり担当者が再検査の受診を勧奨し、必要に応じて外来紹介も実施しています。その結果、以前は3割程度であった有所見者の再検査の受診率は、2019年度から2年連続100%を達成しました。

## 健康づくりの推進(運動の機会づくりの推進)

従業員の心と身体の健康づくりを推進するために、運動するきっかけをつくり、運動習慣の促進と運動不足解消を図っています。これは、普段あまり関わりがない従業員同士の交流の場にもなっています。



登山



ヨガ講座

## 三位一体の取り組みで生産性向上を実感

ダイバーシティ推進・働き方改革・健康経営に三位一体で取り組んだことで、生産性向上を実感しており、社外にもPRすることで企業価値の向上に役立っていると思います。今後は、社会問題でもある「治療と仕事の両立」などについて、制度づくりや職場セミナー開催に取り組んでいながら、従業員が安心して仕事ができ、一人ひとりにあったワーク・ライフ・バランスを実現できる働きやすい環境づくりを目指していきたいです。



兵庫県  
神戸FA支社

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
大浦由紀氏

経営理念である「みんなで信頼を築き利益を上げて幸せになる」ために

- 代表取締役社長 大浦由紀氏
- 本社所在地 兵庫県神戸市西区前開南町2-13-14
- 主な事業内容 福祉サービス業
- 従業員数 225名(男性:48名・女性:177名)

健康経営優良法人 2021認定  
ブライツ500

健康経営優良法人2021  
ブライツ500認定

### 専門家集団として、まずは社員自身の健康と幸せを目的に健康経営に取り組む

当社は高齢者に対する心と体のリハビリを事業としており、理学・作業療法士や看護師等をはじめ医療の専門職が活躍しております。ここ数年、リハビリ指導する社員自身の健康診断における有所見率も増加傾向にあり、また若い社員も増えメンタルヘルスも心配なため健康経営に取り組み始めました。

また、大半のお客様に対して人生の大先輩として接する上で、社員自身が人としての豊かさを持てる職場環境の整備は当社の経営理念に通じております。

### 具体的な取り組み内容

- ①二次健診の受診勧奨(就業時間中に受診可)
- ②感染症対策の強化
  - ・社内で感染対策委員会を立ち上げ、常時近隣の感染状況を把握し、社員に対して外食制限等の指示の徹底
- ③育児・介護と仕事の両立支援
- ④リボンミーティング開催によるヘルスリテラシー向上
- ⑤就業時間内での新型コロナワクチンの接種
- ⑥健康習慣アンケートによる健康意識・満足度調査

### 健康経営も4年目に入り、企業経営にも良い影響が見受けられるようになった

人材の採用面でも応募数も増え経営面でも良い影響が出ています。なお、健康に対する意識や生産性が見える化できたことで、健診の有所見者の行動も変わり始めメタボ対象者への早期の保健指導もできるようになりました。

また、社員間のコミュニケーションの面でも、常にお互い様の精神で、周囲への感謝の気持ちを持って取り組み、子育てと仕事の両立支援では先輩が後輩の育児のサポートを支援することで両立支援体制も構築できています。

### 今後の課題

多世代の社員が増えたことで、子育てだけでなく、今後は介護と仕事の両立支援が大きな課題になります。両立支援に関しては社員間の相互理解や支援体制を強化することで対応してまいります。また、健康面の指導をしている立場もあり、社員自身の生活習慣病予防に努め、特定保健指導やヘルスリテラシー向上の取り組みも継続してまいります。

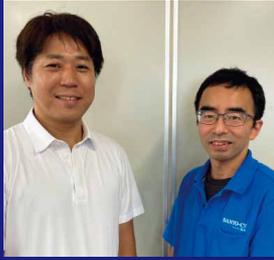
### 持続可能な成長の展望

社員数が増え、社員が多様化、多世代化して、いろんな働き方が求められてきますので、健康経営により課題解決を行っていきたくと思っています。また、当社はリハビリ・健康指導の専門家集団でもありますので、自社の健康経営事例をモデル化して、企業向けの健康経営パッケージを提供することでビジネス化も図っていきたくと思っています。そして、結果的に多くの企業に提供することができれば、社会貢献にもつながり、企業として持続可能な成長を遂げられると考えています。



2019年7月28日、社員間のコミュニケーション促進を目的とした親睦会の開催風景

兵庫県  
神戸FA支社



代表取締役社長 山村健司氏(左)  
健康経営リーダー 新谷幸一氏(右)

わたしたちは彩りのプロフェッショナル集団として  
豊かな生活を創造します

- 代表取締役社長 山村健司氏
- 本 社 所 在 地 大阪府大阪市中央区龍造寺町8-15
- 主 な 事 業 内 容 製版業・印刷関連サービス
- 従 業 員 数 105名(男性:80名・女性:25名)

健康経営優良法人 2021認定  
プライト500

健康経営優良法人  
2018~2020 認定  
2021 プライト500認定

Voice Report  
100th

## 健康経営に取り組む想い

当社の行動規範の象徴である言葉が「GIFT」です。顧客や社会に対してGIFTを与え続ける存在として、従業員自らが心身ともに豊かで健康であることが重要と考えます。また従来より従業員がこの会社で働いてよかったと思える会社にするというパーパスを実践するために職場環境の改善に取り組んできましたが、健康経営という枠組みを当てはめることによって、従業員に対しても見える化をすることができ、優良法人認定という国からも認められる価値ある取り組みであることを示せます。

## 具体的な取り組み内容

具体的な取り組みは、各拠点代表の計7名で構成された健康経営グループが主体となってグループチャットやZoomを活用しながら行っております。

- ①乳がん・子宮頸がん検診等の費用の50%会社負担
- ②食生活のサポートとして仕出し弁当の斡旋
- ③腰痛や肩こり改善を目的としたヨガ教室
- ④ウォーキングアプリインストールによる歩数競争イベント実施
- ⑤GIFTの実践としての会社近隣の清掃活動
- ⑥健康セミナーの実施

## 取り組みの効果検証

歩数競争イベントはもともと企業対抗戦でしたが、従業員同士の競争が盛り上がることで参加率は35%を超え予想を上回る結果となりました。今後はインセンティブの付与も検討し更なる参加率向上につなげて運動機会増進の動機づけにしたいです。また普段は離れて働く3拠点すべてが取り組んだことでコミュニケーションの促進も図れ、社内の一体感も見受けられました。

健康経営グループを中心に従業員が主体的に取り組むことで従業員の成長を促し、経営理念や行動規範が浸透していることにも実感が持てたことは経営者として率直に嬉しく感じます。

## 今後に向けた課題

2021年のプライト500取得をきっかけに、さらに従業員の健康意識の高揚につなげていきたいと感じています。各活動イベントはコロナ禍で自粛し停滞感もありましたが、歩数競争イベントのような取り組みは、今後の工夫により参加率アップも見込めるので活性化させていきたいです。また、生活習慣病予防対策として、定期健康診断におけるA・B判定者割合を現在の20%から32%へ増やす目標も掲げており、達成に向けた取り組みを継続していきたいです。

## 今後の展望

健康経営の取り組みは、経営理念や企業文化の組み立てを行う上で分かりやすいフレームワークです。これからの新入社員にも伝えやすく、仕事への理解や活動意欲といったエンゲージメントの醸成にもつながります。今後も持続可能な成長を遂げる中で、健康経営に取り組む過程そのものが従業員の成長を促すと考えております。心身の豊かさによって向上心が生まれ、チャレンジの成功体験が次なる欲求や自己実現を促し、GIFTを与え続けることを通じて全従業員とともに社会貢献を行いたいです。



外部講師を招いての健康セミナーの実施(2018年5月14日開催)

代表取締役社長  
小西弘矩氏

## 「目覚めよ！内なるHERO」こころの資本を大切に！

- 代表取締役社長 小西弘矩氏
- 本社所在地 和歌山県和歌山市
- 主な事業内容 化学品の研究開発、製造販売
- 従業員数 128名(男性:116名・女性:12名)

健康経営優良法人 2021認定  
プライト500健康経営優良法人  
2017年より5年連続認定

## 目覚めよ！内なるHERO

こころの資本とは、個人のポジティブな心理状態で、ホープ(Hope)・エフィカシー(Efficacy)・レジリエンス(Resilience)・オプティミズム(Optimism)の4つで構成されています(下図参照)。そしてそれぞれの頭文字を取って「内なるHERO」と名付けられ、1つの仕事をやり遂げて達成感を感じている時は「Efficacy」が高まっている状態、そしてその自信を次に繋げていこうという「Optimism」が高まっている状態など、それぞれが関連性を持っています。当社では2021年度「HERO project」を立ち上げ、下記テーマを掲げ、組織の更なる活性化に取り組んでいます。

1. 部署を超えた活発なコミュニケーションにより組織間の距離を“ゼロ”、心理的な距離“ゼロ”に挑戦する
2. 興味のある分野の学習に挑戦し、新たな“自分”を発見する
3. 組織横断的なチームを自らが編成し、課題解決に向けて取り組む



## コロナ禍でのコミュニケーション活性化への工夫

コロナ禍前に実施していた「社長デスクムービングアラウンド」という取り組みでは、社長のデスクを各部署に移動し、週末には社外で懇親会を開催していましたが、現在は感染予防の為にオンライン懇親会を行っています。飲食代は会社から支給し、各々が好きな食べ物を用意しています。また、社長と社員の1対1のコミュニケーションの機会である「社長聴くコミュニケーション」は、ソーシャルディスタンスを保ちながら機会を増やして継続中です。

## スポーツエールカンパニー2021

運動機会を増やすことを目標として、毎朝のラジオ体操、アプリを活用し歩数の計測、その歩数をランキング形式で競い合うなどの取り組みを行っています。本社にはリフレッシュルーム、福井工場にはバスケットコートもあり、運動機会の増進を目指しています。今年度、スポーツ庁の「スポーツエールカンパニー2021」に認定されました。これからも新しい取り組みを、積極的に導入していきたいと考えています。

小西化学の『健康経営』～スポーツエールカンパニー2021認定！～ 2021.3月

この度、スポーツ庁より「スポーツエールカンパニー2021」の認定をいただきました。スポーツエールカンパニーとは、運動不足である「働き盛り世代」のスポーツの実施を促進し、スポーツに対する社会的気運の醸成を図ることを目的に、社員の健康増進のためスポーツの実施に向けた積極的な取組を行っている企業を「スポーツエールカンパニー」として認定する制度です。

## 社内制度をもっと活用しよう！

**毎朝のラジオ体操**  
2017年 全員で実践するよう就業時間内の実施に見直ししました。全員、体操しましょう！

**福井工場 バスケットコート**  
始球式の様子 HPはご覧いただけましたか？

**わかやま健康サポート**  
アプリを使用した歩行 みんなで競い合いたのしくウォーキング！

**本社リフレッシュルーム**  
空調設備完備になりました！

**SPORTS YELL COMPANY 2021**

香川県  
高松営業所Voice Report  
100th代表取締役  
三谷朋幹氏

全社員の幸せを、金銭的なものだけでなく  
肉体的な健全さについてもサポートしていく！

- 代表取締役 三谷朋幹氏
- 本社所在地 香川県坂出市
- 主な事業内容 ポリエチレン製品の製造業等
- 従業員数 242名(男性161名・女性81名)

健康経営優良法人 2021認定  
ブライツ500健康経営優良法人  
2021 ブライツ500認定  
2020・2021 2年連続認定

## 健康経営に取り組もうと思ったきっかけ

製造業である弊社は24時間稼働体制をとっている部署もあり、もともと残業が多く「それをいかに減らすか？」ということを考えて取り組もうとしていたところ、健康経営が合致しました。

2020年健康経営優良法人の認定を受け、取り組んでいる活動をさらに見直し、社員の働き方や健康安全面に配慮することにより、2021年健康経営優良法人ブライツ500を取得することができました。

## 肉体的なケアはもちろん、精神面のケアも

インフルエンザ予防接種について、以前から全員接種・費用半額補助としていましたが、2020年認定後は全額補助、かつ産業医に会社に訪問してもらい、会社で予防接種ができるようにしました。

新型コロナワクチン接種については、接種日と次の日を特別休暇とすることにし、2回の接種で計4日の特別休暇を認めています。

メンタル面に関しては、社労士による従業員の面談を実施し、かつストレス判断チェックシート等でストレス値をチェックし、数値が高い人には産業医による面談も実施しています。

## 取り組むことで目に見える効果が

部署によっては有機溶剤を使用する部署もあり、以前より行っていた血中の有機溶剤の濃度を調べる検査に追加して「酸素中の有機溶剤の濃度を下げる機械」も導入しました。これらの制度・環境を整えることで、生産効率が非常に高まり倍ちかくなりました。

## 短時間正社員制度や副業制度の導入 ワークライフバランスをさらに高いステージへ

休暇については全体的に年間休日を増やしました。中でも24時間体制稼働の部署につきましては年間で30日間増やしました。もちろん男性の育児休暇についても「取得するのがあたりまえ」になるような環境・空気づくりを実施しています。

今年より短時間正社員制度によりフルタイムでなくとも正社員としての福利厚生が受けられるようにしました。これはある社員から「司法書士試験にチャレンジしたいので勤務時間を減らしてほしい」との申入れが発端となり制度の新設となりました。

また副業制度も取り入れ、業務に支障のない範囲であれば申請届け出により許可することにしました。実際に自分で手作りしたものをネットで販売したり、試験員やピッキングのバイトを始めたものがあります。

## 今後の展望

今後も健康経営優良法人ブライツ500が継続的に取得できるよう、今以上に全社員に健康管理などを呼び掛けると同時に、全社員の幸せをサポートしていきたいと考えています。また社業では現在、海洋プラスチックごみ問題に力を入れており、すでに事業として取り組みを始めている状況です。今後さらに循環型社会の構築に貢献していきたいと思っています。SDGsを特別なものとしてではなく、社会・生活の中に浸透させていきたいと考えています。



サイドシール



手提げバック



AXAマスクケース



本社社屋

経営方針に「安全と健康は全てに優先する！」を掲げ取り組む

- 代表取締役社長 黒川浩之氏
- 本社所在地 宮崎県都城市都北町5070
- 主な事業内容 総合電気工事業
- 従業員数 462名(男性:413名・女性:49名)

健康経営優良法人 2021認定  
ブライツ500

健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定

## 安全と健康は全てに優先する

会社経営方針の中に「安全と健康は全てに優先する！」を掲げ会社全体で安全業務と健康増進に取り組んでおります。健康経営に取り組む一つの理由として労働生産性の向上があります。

日々の生活習慣、健康状態の悪化が労働生産性の低下に大きく繋がっている事を認識し、改善すべき事の中から少しずつ、出来る対策から実践していきます。

まずは意識改革でありその為に年1回のアンケート調査を行ない現状把握に取り組んでおります。

## 会社も共に成長を目指して

健康経営に取り組む企業として会社全体としての効果を実感しております。

業務災害ゼロ、生産性向上、技術力アップ、そして企業の業績向上です。安全に業務に取り組み健康に生活する事が最も大切な事であり、それが当たり前と考えます。

全社員と共に会社が地元企業の手本となる様に努めてまいります。優良認定法人ブライツ500を継続的に取得出来る様に継続して取り組みを行います。

## 社員の健康は家族も巻き込んで！！

社員の健康管理については社員本人だけではなくご家族の皆さんも巻き込むことが大事であると判断しております。そこで協会けんぽ、保険会社より健康に役立つ情報を入手し社員へ発信しています。

またワンポイントアドバイスの情報誌を社員に配り、それを自宅に持ち帰ってもらいます。食べ物、飲み物、運動等、家族全員で意識改革が出来れば無理せず継続出来ると考えます。

## 今後の展望

今年度は会社方針としてSDGs「持続可能な開発目標」への取り組みも行ってまいります。

「エネルギーをみんなにそしてクリーンに」という、企業として推奨すべき事を明確に伝達し続ける事、そして九南グループへも情報を発信し連携を深める事も実践していきたいと考えます。

社会貢献も視野に捉え新たな挑戦に挑む事、そして永遠の企業反映を進めてまいります。

## 従業員の健康に関する効果

昨年と比べ健康についての関心を持つ社員が増えてきております。毎年健康習慣アンケート調査を行い経年での比較を確認しておりますが、健康に関する意識改革に繋がっている事をデータが示している為継続し取り組んでいく事の大切さが実感できております。

リフレッシュ休暇、ノー残業デーの導入により心と身体をリフレッシュ出来ている事もアンケート結果に反映されていると判断しております。新たな取り組みについても検討を進めております。



健康経営優良認定法人 2021認定 ブライツ500取得  
九南マスコットキャラクター：ゴキュー

沖縄県  
沖縄中部営業所

Voice Report  
100th



代表取締役  
知念秀明氏

～働くこと 学ぶこと 健康なことが 最高の財産～

- 代表取締役 知念秀明氏
- 本社所在地 沖縄県那覇市首里大名1-161-1-106
- 主な事業内容 管工事業
- 従業員数 16名(男性:14名・女性:2名)



健康経営優良法人 2021認定  
プライト500

健康経営優良法人  
2019～2021 3年連続認定

### 全社員が健康で明るい笑顔を

「働くこと 学ぶこと 健康なこと が最高の財産」を会社理念としています。新しい生活様式を取り入れ、社員には健康で明るい笑顔を持ち続けてほしいと考えています。

### 働く環境の変化に対応するための取り組み

コロナ禍において、企業が持続的な発展を続けていく方法を模索する中、新型コロナウイルス感染症拡大予防ガイドラインを遵守しながら、外出自粛や時差出勤、一部在宅ワークを導入しました。

### 組織体制づくり

衛生推進者を選任し、定期的に衛生委員会を開催しています。目標指標を数値化し、PDCAサイクルを活用した施策をフィードバックし、継続して改善に取り組むことで、全員参加型の活動を行いました。

### 振り返りと課題把握

PDCAサイクルを活用した改善策へつなげる仕組みを構築することで、社員からは以下のような意見がありました。

- ・家族とともに過ごす時間が増えた(ワークライフバランスの確保)
- ・夕食を早めに摂るようになった(食生活の改善)
- ・適正な睡眠の確保ができるようになった(睡眠の質の向上)
- ・健康な身体、普通の生活のありがたさを感じる(ゆとり)
- ・コミュニケーション活性化につながる新たな取り組み(メンタルヘルス対策)

### 新たな取り組みとしてストレスチェックを実施

新しい生活様式を取り入れる中、環境の変化による身体的悪影響や、コミュニケーション量の減少による精神的悪影響は自身では気づきにくいものです。社員の心身への影響の把握と対策は不可欠であることから、メンタルヘルス不調の未然防止を目的にストレスチェックを導入しました。

### 今後の展望

沖縄県は「2040年までに男女とも平均寿命日本一復活！」を目指し、県民一体となって健康増進に取り組むと同時にSDGsの促進も図っています。健康経営に取り組むことで、SDGsの目標3「すべての人に健康と福祉を」につながり、全社員で取り組むことで目標5「ジェンダー平等を実現しよう」、目標8「働きがいも 経済成長も」に結びつきます。SDGsの取り組みの一環として健康経営を導入し、「誰一人取り残さない」持続可能な社会の実現につなげ、社員一丸となって健康経営に取り組んでまいります。



社内のトレーニングマシンで汗を流す従業員



健康経営優良法人2021・2022 インタビュー

# Voice Report



北海道  
札幌営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
松木 要氏

地域の為に雇用を守ることも企業の役目！

- 代表取締役社長 松木 要氏
- 本 社 所 在 地 北海道札幌市東区北23条東15-5-25  
ノーヴル23 3F
- 主 な 事 業 内 容 測量業
- 従 業 員 数 13名(男性:11名・女性:2名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2019・2021 認定

### 社長就任時前から健康の取り組みに対する必要性は感じておりました。

私は2017年6月から社長に就任し、4年目になります。就任以前から受動喫煙の取り組みなどが必要と考えており、社長就任時から取り組んでおりました。そんな矢先、アクサ生命の健康経営アドバイザーの方から「健康経営」というのを聞き、会社の取り組みを社内外に広げていけたらと思ひ、優良法人認定取得にも取り組んできております。経営者として当たり前のことかもしれませんが「健康経営」だけではなく、従業員の為に何かできることはないかと考える日々です。

### 「健康経営実践プログラム」から、まずは取り組みそうな活動を。

まずは、事業所内を全面禁煙に致しました。喫煙している社員もおりましたが、世論の動きもあり理解してくれており、スムーズに実行することができました。また元々感染症対策には力を入れておりましたが、月に1回の集まりで「なぜ会社が取り組んでいるのか」という説明をするようにしています。

現在では、喫煙に関しては非喫煙者に気を使うようになり、非常に良い環境になってきていると思います。長い時間を掛けて取り組む必要があることを理解し、意識高く取り組んでくれている従業員には感謝しております。

### 健康の大切さは身をもって感じています。

私自身20代の頃に両親との死別を経験しております。若い頃に経験している分、健康というものに非常に関心があります。従業員のその先には家族がおります。わが社で働くことで少しでも健康のままでいれること、健康になることで少しでも長く働いてもらい、家族を支えて欲しいと思っております。その為に私のできることは「健康経営」の取り組みを継続してやっていくこと、新しい取り組みを先入観なく取り入れていくことだと思っております。従業員がいるからこそ、会社が成り立っていると思っております。

### 今後の展望

従業員を増やして会社を大きくしていきたいと思っております。地域の為に雇用を増やすこと・守ることが中小企業の責任だと思っております。今まで人材が必要な時に、採用できずに苦戦した経験もあります。会社の業績が良好な時ですら苦戦しておりました。ですが、「健康経営」の取り組みを社内外に発信し、優良法人認定を取得したことで、採用に関しても現在は好調になってきました。現状維持ではなく、会社として右肩上がりになれるように、責任を全うしていきたいと思っております。



会社入り口



職場風景



松木社長と担当の手塚社員

北海道  
札幌営業所Voice Report  
100th代表取締役  
風上哲也氏

技術職の仕事だからこそ、長く働いてもらえるような環境を！

- 代表取締役 風上哲也氏
- 本社所在地 北海道札幌市東区丘珠町680-2
- 主な事業内容 音響機器、楽器、照明、舞台装置の設計、販売
- 従業員数 15名(男性:12名・女性:3名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定

### すでに取り組んでいることが 健康経営だと知りました

健康経営という取り組みがあるということを知り、アクサ生命の健康経営アドバイザーの方を通じて知りました。現在少子高齢化が進み、どの企業も優秀な従業員確保に苦戦していると思います。またそれと同時に現在働いてくれる従業員に、1日でも1年でも長く働いてもらうことは、特に技術職であるわが社にとっては非常に大切なことでした。そういった取り組みや想いを社内外へ発信する機会としても「健康経営に取り組もう、優良法人認定を目指そう」と思ったのがキッカケです。

### 従業員にはすべてを開示しています

従業員には、各個人の給与以外は会社のすべての情報を新人の従業員にも月1回の営業会議で共有しています。売り上げや会社の現状を共有することで、現在会社がうまくいっている部分、もう少し頑張らなければならない部分を視覚化することで、皆の考えのベクトルを1つにすることができると考えております。仕事柄、イベントによっては業務時間が不規則な分、せめて情報などに関しては風通しの良い会社作りを目指しております。

### 「健康経営実践プログラム」から、 まずは取り組みそうな活動を。

健康経営をするに伴い、まず取り組んだのはアクサ生命の健康経営アドバイザーの方からの案内でWEB習慣アンケートを実施し、従業員の生活習慣傾向や今後の課題を明確化し、フィードバックセミナーを実施してもらいました。経営層としても今後どのように取り組んでいくべきなのが見えてきたと思えました。もうひとつの取り組みは、禁煙に対する取り組みです。会社で禁煙に成功した従業員にはインセンティブを出したりしたことでこの取り組みで2人の禁煙成功者が出ました。禁煙に対する意識を向上させることも出来たと思えます。

### 大切な社員とその家族の健康とともに 会社も成長していきたい

我々の仕事は、イベント等で不規則な時もあります。そんな時でも責任を持って業務に取り組む従業員には本当に感謝しています。そんな従業員が「少しでも長く働きたい、この会社なら退職まで勤めたい」と思って貰えるような会社にしていきたいと思っております。従業員のご家族にも「この会社で長く働いてもらいたい」と思って欲しいです。会社にとって従業員は宝です。良い人材育成には「良い環境」が必要です。その為に、経営者として頭を凝らしながら従業員と共に成長していきたいと思っています。

### 今後の展望

健康経営に取り組んでいく中で、従業員セミナーなどでコミュニケーションの場を設けることが出来たりなど、少しずつではありますが、現場が活性化してきていると思います。コロナの影響を大きく受けた業種ではありますが、緊急事態宣言明けまで乗り越えられたのは、従業員と一致団結してこの事態に取り組んでいたからだと思います。現状すべてが収まったわけではありませんが、従業員の健康、感染症対策に力を入れながらこの状況を乗り切っていきたいと思っております。



北海道  
札幌営業所Voice Report  
100<sup>th</sup>  
The Interview代表取締役社長  
藤沢 竜志 氏

## 健康経営とともに「健康は幸せの第一歩」

- 代表取締役社長 藤沢竜志 氏
- 本 社 所 在 地 北海道札幌市中央区北3条西2-8
- 主 な 事 業 内 容 情報通信業
- 従 業 員 数 22名(男性:14名・女性:8名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定

## 健康経営に取り組むきっかけ

弊社はIT系企業で主にWebマーケティング用のWebツールを開発して全国に販売しています。ITの仕事はずっとパソコンとにらめっこで体を動かすことが特に少ない為、日常的に運動を取り入れる必要がありました。このような背景から、社員の健康増進の為に健康経営に取り組むこととなりました。

## 1日平均8000歩で月1万円の健康増進手当

弊社では、「健康増進手当」という制度を導入しています。スマホの歩数画面のショットを社内SNSにアップロードするだけでOKです。歩くことなら運動嫌いのインドア派の社員でもできます。病欠も減ってメンタルの健康にも好影響と実感しています。

## 社員の健康に配慮したオフィス環境

社内はフリーアドレスを導入している為、出社した場合は自由に席を選ぶことができます。また、感染症対策、防音対策として、隣の席との間にはパーティションを設置しています。オフィスでは水分補給の為、ミネラルウォーターが提供されるので、甘い飲み物の購入機会が減ってきました。

## 社員と家族の命を守る勤務形態

感染症予防として、新型コロナウイルス感染症の流行とともに、全社員対象のテレワーク制度を導入致しました。これにより感染の危険が大きい満員電車で通勤する必要がなくなり、自宅で安全な勤務を続けることが可能となりました。また、1時間単位での有給休暇の取得も可能な為、通院やちょっとした用事等もストレスなく済ませることが出来ます。

## 今後の展望

「健康は幸せの第一条件」と考えています。いろいろあっても元気であればなんとかなります。今後も健康経営の取り組みを通して社員の健康と幸せを守り、より一層社会に貢献できる会社になれるよう努めて参ります。



北海道  
苫小牧営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
本多弘幸氏

「顧客第一、社員あっての会社」を実現するために！

- 代表取締役社長 本多弘幸氏
- 本社所在地 北海道苫小牧市桜木町4-16-20
- 主な事業内容 建設業
- 従業員数 35名(男性:31名・女性:4名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 「健康経営」導入のきっかけ

弊社は、2021年4月をもちまして創業10周年を迎えることができました。この節目を迎えることができたのは、元請各社様、また関係各社様からの多大なるご支援の賜物であり、深く感謝と御礼申し上げます。

創業当時は5名だった社員も現在では35名が在籍しており、社員一同、特に大きな病気や怪我等もなく、10周年を迎えようとしています。今後は高齢化が進み有病率が増えると予想されます。そこで、アクサ生命が支援されている「健康経営優良法人」に関心を持った次第です。

### 「健康経営」により変わった社員の意識

昨年より、総務担当社員がアクサ生命のサポートを受け「健康経営」を取り組み始めました。健康習慣WEBアンケート等で、少しずつではありますが、健康に対する意識が高まっていると感じております。

健康診断での数値を気にかける社員が増えたり、再検査の受診率が増えたりする反面、以前と変わらず全然健康に対し興味のない社員もおります。

今後は健康経営サポートパッケージを活用し、健康意識の更なる向上に向け推進していきたいと思っております。

### 今後の建設業の課題

建設業は人手不足と言われて久しい昨今、弊社は4年前よりベトナム人実習生を導入致しました。昨年は、ミャンマー人実習生が来日する予定でしたが、新型コロナウイルスの影響、さらにはクーデターが起り、未だ先の見通しができない状況です。

また、土木一筋で来た私ですが、社員の力もあり建築、不動産、運送、解体等色々な業種に発展しているところです。今後の経営方針として、狭い業種で特化するか、多角的に広くお客様のご要望に応じていくか悩みましたが、すぐに答えは見つかりました。後者です。過去の人脈と経験に後押しされ、このような考えに至りました。

### 社長が考える5つの目標

- ①地元の土木工事業(自社直営体制を整えている会社)としてNo.1の会社になる。
- ②売上10億円規模の会社になる。
- ③社員と共にいつまでも健康で幸せな会社になる。
- ④人脈を大事に感謝の心を持ち続ける。
- ⑤私が引退しても次の世代が引き継いでくれる。

以上、私が目指している未来像です。そして、社員には会社の給料は社長ではなく、お客様から頂いているという心の在り方を大事に、社業を通して社会に貢献して欲しいと願っております。

### 健康について

私自身の健康管理が、以前は全然できておらず、ただ勢いで約50年生きてまいりました。現在60歳ですが、この10年の間に、あちこち体の悲鳴が聞こえる年齢となりました。

人生100年時代、健康があってこそその幸せです。家族との生活、老後の心配等、遅すぎたかもしれませんが、ここ10年の間にやっと気づいたところです。

社員にも健康で幸せな老後を迎えてほしいと切に願います。



現場朝礼時のラジオ体操風景

北海道  
苫小牧営業所



代表取締役社長  
佐々木 元氏

「健康な社員として社会環境の改善に寄与」する企業を目指して！

- 代表取締役社長 佐々木 元氏
- 本 社 所 在 地 北海道苫小牧市新開町
- 主 な 事 業 内 容 自動車部品付属品卸
- 従 業 員 数 14名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

Voice Report  
100th  
The Interview

## 健康経営に取り組むキッカケ

一言で「健康」といっても、その内容を「見える化」することは、非常に難しいと、私自身、今まで捉えておりました。「自分は健康だ！」と自負していても、ここ最近「健康診断結果」での『要観察・再検査』が役員・従業員問わず散見され、今一度、健康へ対する取り組みに正面から向き合うことが必要だと感じていました。そんな時に「健康経営優良法人認定」制度について、アクサ生命保険の担当者より聞き、今回の「優良健康経営認定事業所」への取り組みを開始しました。

## 今後の展望と課題

課題としては、働き方改革及び有給休暇の取得に関してです。現状において残業・有給休暇取得は当番制となっており、有給休暇はカレンダーに自由記入して取得が可能となっていますが、取得に対して遠慮が見られることもあり、周りの目を気にする従業員への配慮が課題として挙げられます。優良法人2021の認定を取得することが出来、引き続き2022の取得に向け、現在の施策を継続的に実施することにより、更に全職員に対する健康維持・増進を図り、良好な職場環境の形成に努めていきたいと思っております。

## 力を注いだ重点取り組み事項

従業員の一人一人が健康への知識を広げていくことです。特に、食べ物や飲み物に関しては無意識から意識への変革を図るという事で、定期的に情報提供を行いました。結果として、食べ物や飲み物の話題が従業員同士のコミュニケーションにも繋がっております。また、社内へ設置している、血圧測定器の利用者数も少しずつ増えており、動き始めて間もない健康経営ですが、スモールチェンジという流れは形成されつつあります。



## 感染症予防や感染拡大防止に向けた取り組み

昨今の、新型コロナ感染予防を含め、事務所及び商談室に飛沫防止対策アクリル板を設置し、事務所内従業員間及び来客面談時の感染防止を図りました。また、社内主要箇所に、消毒液・ペーパータオル等を設置し、来客者も含めた「感染対策」に努めております。

北海道  
苫小牧営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
沼田勇也氏

社員あつての会社だからこそ健康経営！

- 代表取締役社長 沼田勇也氏
- 本社所在地 北海道室蘭市みゆき町2-13-1
- 主な事業内容 放送業
- 従業員数 6名(男性:3名・女性:3名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021認定

## 健康経営に取り組むきっかけ

弊社は、2007年設立後、「地域に密着したFMキー局(FMびゅう)」として、2008年8月10日より本放送を開始しました。前途のように地域の情報を音で伝える使命感を持ち、事業を展開しておりますが、その中で従業員の加齢、また毎年の健康診断で注意すべき項目等が散見しつつある中、以前より、アクサ生命の営業担当者から「健康経営」への取り組み事例など様々な情報を提供頂き、健康でいることが重要な私たちにとって、その必要性を感じ「健康経営優良法人認定」への取り組みを実施しました。



## 社長自ら実践することで、社員に理解してもらうことができました

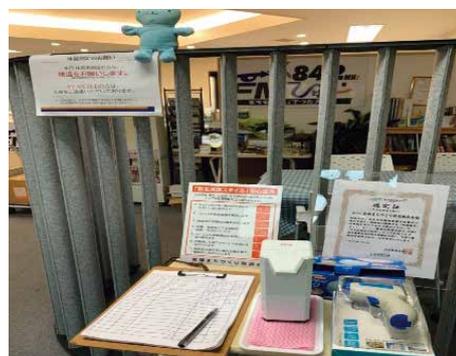
アクサ生命の健康習慣アンケートを用いたり、健康診断を受けたあとの健康状態確認と再検査等の必要がある人へ必ず再検査をしてもらうように促し、必要のある場合は保健師さんとの個人面談もしてもらいます。会社のある4階までエレベーターではなく階段を積極的に使うことも社長を含め全員で実践しており、社員それぞれが体調管理を気にするようになりました。

## 今後の展望

メンタルヘルス対策、ストレスチェックの実施、運動や食生活の改善を促すなどの実践により、笑いの絶えない明るい職場にしていきたいと思っております。働き方改革でテレワークの積極的な活用や休日取得の推奨を行っていますが、今後も継続していきます。社員と家族、そして地域の皆さまが健康で明るい生活を送れるように情報発信していきたいです。

## 徹底した新型コロナウイルス対策

会社入口に除菌剤や、検温器を設置し、入室時には必ず体温と何時に誰が入室したかを記帳することで、新型コロナウイルス感染予防に徹底的に取り組み、もしもの時の速やかな対応にも備えています。従業員だけでなく、ボランティアスタッフにもスタジオ使用時のドア解放、マスク着用、機材の除菌・洗浄に協力してもらっています。



会社玄関にて、除菌剤、検温器、記名表、マスクをセットし新型コロナウイルス感染対策を強化



北海道  
帯広営業所Voice Report  
100th  
The Anniversary代表取締役  
笹原早苗 氏

少数精鋭の技術者集団を目指し「健康経営」に取り組む

- 代表取締役 笹原早苗 氏
- 本社所在地 北海道中川郡幕別町錦町65
- 主な事業内容 一般管工事業
- 従業員数 11名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康経営取組のきっかけ

管工事業を生業として50年。

その時々を先代をはじめ現在に至るまで、多くのお客様、協力業者の皆様、そして共に汗を流して下さる社員の皆さん、人と人とが紡ぎ上げてきた「今」に心より感謝申し上げます。

「設備」は建物を建て、人の暮らしの営みが生まれ、老朽の時を迎え解体し、その存在が無くなるその時間までメンテナンスを含め、長い、長いお付き合いをさせていただく仕事です。故に、社員ひとり一人が技術の研鑽に努めお客様にご満足いただける「暮らしの安心と快適」をご提供させていただく使命と義務があると考えております。

そのためには高い技術を持つ大切な従業員に長く働いていただきたい、社員の健康が良いサービスを提供することに不可欠であると考え「健康経営」の取り組みを始めました。

## 快適な職場環境作り

人が活動する時間の多くを過ごす「職場」を少しでも快適な環境にしたいと考えております。

現在も笑い声が絶えない明るい職場ですが、社員同士のコミュニケーションの機会をより増やすため、「チャレンジセーフティラリー」に参加しています。チームに分かれ交通事故防止の目標達成を目指すという参加型交通安全運動の一つです。

今後も楽しくチーム力を育てていくことに注力していきたいと考えております。

また、教育訓練休暇制度として社員ひとり一人のスキルアップを奨励し、技術・能力向上のための各種講習・研修のための休暇を法定有給休暇とは別に取得する制度を導入しております。

今年度は、スポーツ庁のエールカンパニーにも申請し、イキイキとした職場環境づくりに努めて参ります。

## 設備道

技術者である前に、ひとりの人として、日々満足して暮らしていただきたい。

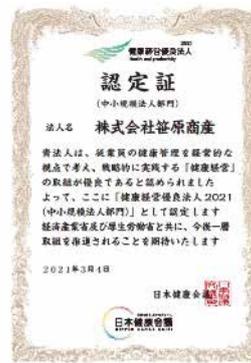
日々の暮らしの喜怒哀楽を大いに満喫しながら「今日も一日頑張った」と充実して家路につく。

泣いても笑っても一生。

同じ一生なら最後は笑顔で「ありがとう」と言えるそんな人々の集団でありたい。

## 今後の展望

今、ここ十勝で社会の皆様には生かしていただいていることに感謝を申し上げますとともに、社員ひとり一人の幸せを願いながら少数精鋭の技術者集団として、技術の伝承と時代とともに変化する技術者集団への研鑽を積み、持続可能な地域社会資本整備に対応するため、「設備道」を未来に繋げ、社会に必要なとしていただける集団を目指して参ります。



代表取締役社長  
米澤輝和 氏

## 「大切な社員とその家族の幸福のために」健康経営に取り組む！

- 代表取締役社長 米澤輝和 氏
- 本 社 所 在 地 北海道河西郡芽室町東芽室北1線4-4
- 主 な 事 業 内 容 一般貨物自動車運送業
- 従 業 員 数 246名(男性:221名・女性:25名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康経営に取り組むきっかけ

毎年、定期健康診断での有所見率が高く、特定保健指導は対象者全員が受けているものの、再検査の受診率は低い傾向にありました。このままでは近い将来従業員が病気に罹患してしまうと心配をしていた時に、アクサ生命の健康経営アドバイザーから健康経営を勧められ、従業員が健康で働く土台作りとして取り組みを開始することにしました。

## 従業員自身の健康に対する関心を高めるために

最初の取り組みとしては従業員の健康習慣を把握して課題を明確にするために従業員に対し行動変容アンケートを実施しました。7つの生活習慣に対して回答をし、集計後明確になった課題について朝礼等でワンポイントアドバイスをしたり、健康経営アドバイザーによる従業員向け健康セミナーを実施。従業員に対し健康の重要性を伝え、今後の生活習慣についての改善アドバイスをもらいました。従業員の健康習慣の改善検証は今後も継続して行って参ります。

## 独自の表彰制度で社員のモチベーションUPに

もとより、会社の生産性向上に貢献してくれる従業員には表彰制度を設け、インセンティブの支給を行っています。仕事の質の評価として運転速度、走行距離等をデジタル化して点数をつけ、上位者に対し表彰することで従業員のモチベーションがUPしています。質の良い仕事は従業員の健康、高いワークエンゲージメントがあって発揮されるため、健康経営を通し従業員全員が質の高い仕事をする事で、お客様や地域の皆様に貢献したいと考えています。

## 大切な社員とその家族の幸福のために

社員やそのご家族が安心して働ける企業を目指しています。その一つとして、社員には仕事へのやりがいを感じ更なる人間成長の糧にさせていただきたいと考えています。社員を支えるご家族の皆様には「支えていただき有難うございます」という感謝の気持ちを込めて誕生日プレゼントの贈呈を行っており、社員とご家族がより幸福な日々を過ごしていけるよう、会社として出来る事を行って参ります。

## 今後の展望

あらゆる環境が変化している今日、さらに多様化・高度化する要望に対応出来るよう創る・読む・そして育む力を磨き、お客様の大きな信頼と豊かな笑顔を実現していきたい。そのためには全従業員が健康でイキイキと仕事に取り組める職場環境づくりが必要であると考え、仕事柄まだ取り組めていなかった全従業員でのラジオ体操の実施や、家族との時間、趣味の時間が十分確保できるよう、有給取得の推奨、業務効率化による残業削減など、これからさらに健康経営を積極的に進めていきたいと考えております。



各部門のスタッフ

人との縁を大切に  
健康でたくましい開拓魂をもって、輝く未来に夢を持ち常に高い目標を掲げ、限りなく前進する企業を目指します。

岩手県  
奥州営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
青木健一氏

「新しい街を一緒に見たかった」想いから健康経営に取り組む！

- 代表取締役社長 青木健一氏
- 本 社 所 在 地 岩手県釜石市鶴住居町6-20-1
- 主 な 事 業 内 容 土木工事業
- 従 業 員 数 37名(男性:32名・女性:5名)



健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

### 大切な仲間を失って考えた健康経営

2018年10月に、52歳の従業員が突然心筋梗塞で亡くなりました。東日本大震災からの復旧復興事業に、一緒に頑張ってきた大切な仲間を失って考えました。もっと皆が健康で長く働ける会社にしたい、そんな想いから健康経営をはじめました。新しく完成する街を一緒に見たかったですね。

### 地域の安心安全を守る為に自分の健康も守る

出勤時に、血圧と脈を測定しアルコールチェックをしています。数値が高いと病院に行くように声をかけています。また深酒は無くなりました。そして、毎朝ラジオ体操もしています。健康診断は社員の100%が受診して、再検査も必ず行くことを促し結果も報告してもらい1人1人の健康状態がわかるようにしています。毎日の継続で、社員が健康に関心を持つようになり、通院の為に休暇を取得しやすくなりました。その他、毎月給料日に、アクサ生命の健康情報を家族にも見てもらえるように配布しています。地域の安心安全を守る仕事として、事故が無く、体調が良く、働きやすい環境になるように、健康経営に取り組みます。

### 地域と共に

当社では、これまで駅の清掃や公園の植樹など地域貢献に取り組んできました。これからの未来を担う子供たちとも交流を続けてきました。今年は、花巻市の障がい者アーティストのアート作品5点の中から釜石東中学校の生徒に投票してもらい、1位になったアート作品を重機にラッピングして、生徒の前でお披露目しました。体験乗車もあり喜んでもらえました。また、コロナ禍が落ち着いたら、社員同士の親睦を深める為に恒例だったバーベキューやソフトボール大会などを再開したいと思っています。

### 東日本大震災から10年、復興その先へ

震災から10年、たくさんの方々の応援を受けて今があります。新しく出来上がったこの街で、これからも変わらず地域社会に貢献する為に、社員の健康を守る事は大切と考えます。そして、地域と社員を大事にする会社として共感して頂き、応援される会社になりたいと強く願っております。

この手で 当たり前の日常を支え  
この手で 地域未来を創る、



本社外観



釜石東中学校の生徒とアートラッピングバックホー



毎年恒例の奉仕活動

岩手県  
花巻営業所

Voice Report  
100th  
The Anniversary



社員一人一人の健康が、全社の健全経営につながる

- 代表取締役 八重樫博之氏
- 本社所在地 岩手県北上市常盤台 2-9-4
- 主な事業内容 一般土木建築工事業
- 従業員数 38名(男性:35名・女性:3名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

## 会社紹介

当社は大正12年創業で、もうすぐ100周年を迎えます。人々の支えとなり、生活を守る道路や橋、建築物や治山工事、数々の震災後には防潮堤工事なども行ってまいりました。老舗ならではの経験と実績、進化し続ける最先端技術を取り入れながら、より社員と家族と地域の生活と幸せを守っていきたくて思っております。

## 経営理念

人間尊重に立脚し、新しい価値の創造によって豊かな地域環境づくりに貢献する。

## シンボルマーク

シンボルマークは岩手建設工業株式会社の理念を象徴するもので、私たちが事業の基本として考える「信頼」「親しみ」「創造」「調和」「優しさ」という5つのイメージワードを凝縮したものです。

また、旧社章「丸に駒」を想起させるシンボルの造形美は、過去、現在、未来につながる絶え間ない自己革新を続ける企業姿勢を表現しています。



シンボルマーク



## 新たなスタンスで

当社は個性を尊重する経営哲学を持つと同時に、従業員が共鳴するような企業目標・価値観を明確に打ち出し、それが全従業員に共有され、従業員個々人の自発性・創造性・自己規律を信頼し、従業員自身のセルフ・マネジメント(自己管理)に大きく依存する創造的な経営を実行していかなければなりません。

組織のあり方も多元性、柔軟性を重視し、適正な仕事の割り当てが工夫され、働きがいを感じさせる職場風土が形成されていき、部下育成が円滑に進められ、失敗を恐れず、新しいものに挑戦していけるような組織風土のグッドカンパニーを目指します。

## 健康経営についての取り組み

以前から、生活習慣病予防検診の全社員受診率は、100%をキープしておりました。

検査結果は、血圧に血糖値や尿酸値の高値に、BMIの異常値など、とてもいい結果とは言えません。

そこで、毎月の給与の明細書と一緒に、健康に関する資料提供や、会社の社員通用口に血圧計や体重計を設置し、このコロナ禍中、全社員への定期的なマスクの提供、各現場への消毒用アルコール・体温計・WBGT指数系の設置などの取り組みをしています。

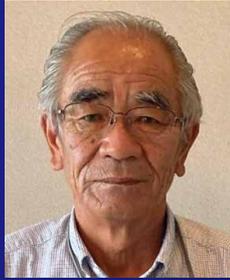
喫煙所を屋内屋外に設置し、屋内の喫煙室には換気設備を設けました。

今後も社員やそのご家族、地域の方々の安全と健康につながる取り組みを実行していきます。



岩手県  
大船渡営業所

Voice Report  
100th



代表取締役  
阿部則勝氏

「従業員の生活を守る」「真っ正直に生きる」大きな志を持って！

- 代表取締役 阿部則勝氏
- 本社所在地 岩手県遠野市松崎町白岩13-4-1
- 主な事業内容 舗装工事業
- 従業員数 35名(男性:34名・女性:1名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康経営に取り組むきっかけ

健康経営、女性活躍、働き方改革など、大きな時代の流れの中で取り組みははじめました。当社の会社方針として、時代がどんなに変わろうとも、『人』こそが最も大きな資源、と明確に打ち出してきました。会社も安心して、家族も安心して、本人も安心して働けるように、健康診断と再検査はどんなに忙しくても行くように伝えています。病気を早期発見出来た方が良いと考えています。会社には、従業員を守る大きな使命と家族に対する責任があると考えて健康経営に取り組んでいます。

## 遠野市健幸ポイントに楽しく参加しています

遠野市では、運動時間確保、健康無関心層の行動変容、医療費負担削減を目指し、市民を対象に「健幸ポイント事業」を実施しており、貯まったポイントは買い物等に利用出来ます。また、市では事業所にTANITAの体組成計を設置してデータ管理やフィードバックもしています。弊社ではこの取り組みに参加して従業員の健康づくりに活用しています。参加企業の歩数値等の順位も公表されて励みになっています。実際に、毎日血圧測定をしてデータ化することで、血圧が高かった従業員の数値が下がった事例もありました。この日々の数値は全社員に健康手帳として記録・配布する工夫もしています。



実際の血圧測定



全員の手帳箱

## 健康情報を提供しています

弊社では、定期的に従業員へ健康情報を提供する機会を設けています。毎月継続して実施しているのが、遠野市による「健幸ポイント事業」の月単位で集計した数値のフィードバックです。目に見えて理解出来るととても効果的です。また、TANITA様とご縁があり、講演会を開催して頂きました。参加者には、わかりやすかったと大変好評でした。アクサ生命から毎月提供される健康アドバイス等も活用しています。

## 今後の展望

今後も時代の流れや情報を取り入れて、大きなことを一気にするのではなく、小さなことを積み重ねて会社を長期的に継続・成長させて、次の世代に引き継ぎたいと考えております。50周年に向けて、先代の想いを引き継ぎやがていつかどこかで助けられる時もあると思い、真っ正直を心掛けていきます。そして、健康経営は、従業員の健康、会社の健康につながるものと取り組んでいきます。

歩く！ 測る！  
あなたの健康づくりポイントが貯まる！

活動量計が  
見える！

貯まったポイントが  
スキャンカードに！

いつでも「はかれる」  
状態が「わかる」  
※健康センター、217号、  
市民センター等に設置！

健康経営

定数 1,500人（継続者含む）

対象 原則として40歳以上の市民  
(市内在住※今年度中に40歳になる人を含む)

費用 ポイント管理料：500円（年度で1回）  
参加料：500円（毎月）

申込期限 定員を満了すまで

申込  
方法 遠野健康福祉の里 医療連携室  
TEL 0198-68-3187（直通）



社屋全景

宮城県  
気仙沼営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
小松 厚氏

「安全で快適に働ける作業環境」の実現を目指し  
「健康経営」に取り組む

- 代表取締役社長 小松 厚氏
- 本社所在地 宮城県気仙沼市
- 主な事業内容 建設業
- 従業員数 34名(男性:32名・女性:2名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 無事故、無災害を目指すために、 健康経営に取り組む必要を感じました

当社は、法面保護工事、土木工事、ラフタークレーンリース業などの公共事業メインの土木工事を行っております。常に安心して安全な作業環境を整えて、無事故・無災害を目指しています。その上で、従業員の健康管理は重要な課題と捉えております。特に体力を必要とする仕事や、大きな事故に繋がりがねない仕事もあるため、普段から社員の健康管理には気を遣っておりますが、健康経営に取り組むことで社員一人ひとりの健康意識を高めていければと考えております。

### 「健康習慣アンケート」で課題が明確になった！

アクサ生命の健康習慣アンケートを実施したところ、当社では社員の喫煙率が高く、お酒を飲む人が多いという結果があり、より具体的な課題が明確となりました。体力勝負の仕事だからこそ、タバコやお酒は、体も疲れやすくなり作業の効率も低下するということが考えられるため、健康経営に取り組み、業務の生産性向上につなげていければと思います。

健康経営ワンポイントアドバイスのチラシを活用して、様々な健康情報を社員に提供し、健康への意識づけを行っています。

### 若い社員とのコミュニケーションを大切に！

比較的若い社員が多い職場なので、社員とのコミュニケーションを大事にしています。以前は、飲みみに出かけることもありましたが、最近はコロナ禍ということもあって、お酒を飲む機会も減りました。その代わりに、仕事が終わった後に近くの体育館でスポーツや、ボーリングを楽しむようになり、運動とコミュニケーションの機会を持つことが出来ました。

### 会社の成長には、社員の成長が欠かせない！

会社が成長するには、社員の成長は欠かせません。経験を積んだ社員が、現場を管理する責任者となって、現場の安全と従業員の健康を管理できるような人材に成長してくれることを願っています。そして健康経営を継続していくことによって、働きやすい職場環境を整え、永く働いて貰えるような企業になることを目指しています。

### 今後の展望

地元企業から信頼と信用を得ていけるような企業に成長していきたいと思えます。法面工事、土木工事、クレーンリース業など各部門において県内外からお声がかかるように、信頼と実績を積み上げていきたいと考えており、そのためにも企業市民として積極的にその責任を果たし、社会に貢献できる企業として努めていきたいと思えます。



宮城県  
気仙沼営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
小山 涼氏

「街づくりの礎」を担う企業として、健康経営に取り組み、  
安全第一・健康第一で地域と共に歩む

- 代表取締役社長 小山 涼氏
- 本社所在地 宮城県気仙沼市
- 主な事業内容 総合建設業
- 従業員数 52名(男性:46名・女性:6名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021認定

### 従業員の健康がこれからの経営課題と認識し、 「健康経営」に取り組む必要性を感じました

当社では、常に新しい技術を取り入れながら、人を主体として地域に密着した営業活動を継続しています。東日本大震災後も、火山噴火、水害、地震など多くの災害が発生し、建設業に求められる役割が多様化しています。すべてに対応できるとは思いませんが、地域の皆様の安全で快適な生活に貢献できるよう、技術の研鑽に取り組んでいきたいと考えています。その上で、従業員ひとり一人の健康は企業経営の大きな課題と考えています。従業員は会社の宝であり、これからも健康で永く働いてほしいという思いから「健康経営」に取り組む必要性を感じました。

### 健康診断による再検査受診の勧奨

社員の年齢層も上がり、健康診断で再検査を指摘される人も多くなっている現状を危惧しております。再検査を勧奨するも、なかなか受診できない(しない)という状況があり、各自の健康への意識改善が課題と感じています。

### アンケートで見えてきた健康課題！

健康習慣アンケートの結果から見えてきたのは、社員の健康意識の低さでした。特に、食べ物、飲み物、お酒、タバコなど、無意識のうちに塩分や糖分量を摂り過ぎていたり、油っこい食事を多く摂っていたり、無制限に飲酒喫煙しているケースが多く見られました。ことあるごとに健康への意識づけとして、口頭で注意喚起を行っていましたが、なかなか意識が変わらないという状況でした。現在は「健康経営」に取り組むようになり、アクサ生命の「健康習慣ワンポイントアドバイス」のチラシを従業員に配り、目で見える形で健康への意識づけに取り組んでいます。

### 社員全員でパークゴルフに挑戦し、 コミュニケーションを図っています

これまではボウリング大会を開催して、社員同士の親睦をはかって来ましたが、コロナ禍ということもあり密にならないようなものとして、屋外で出来るパークゴルフに挑戦することにしました。はじめは、未経験の人も多く、いろいろな意見もありましたが、社員全員で楽しめるイベントとして、今後も継続していきたいと思っています。

### 今後は若い人や女性も積極的に採用していきたい！

建設業界は大きな変革のときを迎えています。人手不足を補うための生産性向上を目的としたICTの導入やドローンを活用した測量など、新しい技術がどんどん導入されてきており、オペレーター人材が不足しております。その一方で最終的には人の手が必要な現場でもあり、これまで長年勤めてきた熟練の社員にも、これからも健康で永く働いてもらい、若い人材を育ててほしいという思いもあります。会社の成長を考える上では、「健康経営」の取り組みは欠かせないものであり、今後も継続して取り組んでいきます。



秋田県  
横手営業所Voice Report  
100th  
The Anniversary代表取締役社長  
高久臣平氏『お客様の人生のものがたりを豊かにする建物の創造』のためには  
社員の人生が豊かであること！その実現のために健康経営に取り組む

- 代表取締役社長 高久臣平氏
- 本社所在地 秋田県湯沢市湯ノ原
- 主な事業内容 総合建設業
- 従業員数 23名(男性:20名・女性:3名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康経営に取り組むきっかけ

健康経営という言葉が知られるようになる以前から、社員が健康で仕事ができるよう、取り組んできました。毎朝のラジオ体操や胃カメラ等のオプションも取り入れた年一回の健康診断を行い、がんの早期発見にも繋がりました。また、10年前より年齢に応じて5年毎に人間ドック受診の補助も制度化し、利用してもらっております。

2年ほど前に「健康経営優良法人」の認定制度がある事を知り、今までの取り組みを礎に、より健康に対する意識を社員全員で深めるために、そして現場に来られる協力業者の皆様と意識を共有するために認定を目指すことにしました。仕事も生活も全ては健康の上に成り立っていますので、社員と仕事に関わる全ての方が健康である事が一番大切なことだと考えます。

## 具体的な取り組みと実状

上記のラジオ体操や健康診断、人間ドック以外にも冬期には社会福祉協議会の除雪ボランティアに登録し、近隣の除雪作業をしています。始めたきっかけは地域貢献でしたが、運動不足に陥りがちな冬期の除雪作業は、結果的に健康増進に繋がっています。体を動かす機会と同時に地域の皆様の役に立てるので、社員も気軽に取り組んでいます。

就労環境については、社員のライフスタイルの多様化に合わせ、本年度より完全週休二日制を導入しました。残業の減少や有給休暇使用の推進も図り、特に子育て世代には喜ばれております。また、休日が多くなることにより生産性の向上が必須となります。新しい技術や無駄をなくす取り組みを日々行っております。

## 地域により必要とされる企業へ

弊社の経営理念は「家ものがたり」です。家に限らず、建物はそこに住もう人、働く人、集う人、様々な方が人生という物語をはぐくむ場所です。私達は「建物というハード」を建てるのではなく「人生の物語をはぐくむソフト(ツール)」を創造することだと考えます。このツールを利用される全ての皆様の人生が幸せで豊かなものになる仕事をする事が使命だと考えます。そのためには社員の人生が幸せで豊かでなければお客様を幸せにすることは出来ません。社員が健康であることが全てに繋がるはずで

昨年創業100年を迎えましたが、今後は新たな事業も展開し、様々な角度からお客様の人生のサポートが出来るよう準備を進めております。今まで以上に地域に必要とされる企業になれるよう全社で取り組んで参ります。



山形県  
米沢営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
落合堂雅紀氏

社会的使命を全うしていくために、健康経営に取り組む

- 代表取締役社長 落合堂雅紀氏
- 本社所在地 山形県南陽市宮内2438-6
- 主な事業内容 ワイヤーハーネス製造業
- 従業員数 60名(男性:15名・女性:45名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021認定

## 健康経営に取り組むきっかけ

普段の取り組みが、認定取得に合致する部分が多いことがわかり意識するようにはなっておりましたが、最大のきっかけは当社の相談役でもあった父が65歳で病気を発症し、70歳という若さで他界したことでした。

経営からは一歩引いたポジションで、これからの自分の人生設計を母親共々考えている矢先のことでしたので、人生とはここまで厳しく儚いものかと実感させられる出来事でした。

社員には在職中の健康維持はもとより、退職直後に父と同じ思いをしてほしくないという気持ちから、健康経営優良法人の認定取得を目指すことにしました。

## 社員の成長が会社の成長

企業の存続理念は社会貢献にあります。永続的に社会的使命を全うしていくためには、社員がモノづくりのプロとして、長期的に高いパフォーマンスを発揮していかなければ、お客様の信頼と満足を得ることはできません。

社員の成長が会社の成長だと思っておりますので、そのためにも社員とその家族が身体的・精神的に健康でいられることが何より大切だと考えております。

## ワークライフバランスを尊重した働き方

当社の社員は75%が女性であり、子育て世代も多数在籍しております。女性は、結婚・妊娠・出産・育児などの「ライフイベント」で、働き方や生き方に大きな変化が起きやすいと思っておりますので、時短勤務や隔曜日での半日勤務など、多種多様な働き方を許容することで、ワークライフバランスを尊重した働きやすい職場環境の構築にも力を入れております。

## 今後の展望

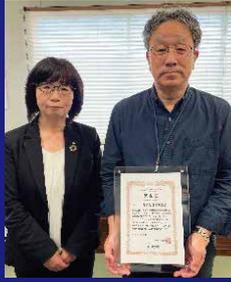
当社では以前より健康診断の受診率、再検査受診率ともに100%に近い数値で推移しておりますが、オプション検査の追加人数が全体の10%、ストレスチェックの受診率が61%と低い状態です。病気の予防・早期発見・早期治療を実現するために、オプション検査費用の一部会社負担や、ストレスチェックの受診勧奨に力を入れていきたいと考えております。健康経営を通じて、社員が長期的に安心して生き生きと働ける職場環境を提供し、今まで以上に社会に貢献できる会社づくりを目指してまいります。

## 具体的な取り組み内容

- ①毎朝、就業開始前に全従業員を対象にラジオ体操を実施しております。
- ②以前は設置していた屋内喫煙所を撤廃し、構内敷地にも喫煙スペースは設けておりません。
- ③アクサ生命様よりご提供頂いております「健康に関するワンポイントアドバイス」を、タブレットやPC端末を使用して、全従業員で共有し健康意識の向上を図っております。
- ④1年に1回の定期健康診断と、該当者がいる場合は特定保健指導を実施しております。
- ⑤1年に1回、アクサ生命様の健康習慣アンケートを実施しフィードバックセミナーを開催頂いております。



社屋外観

福島県  
福島営業所Voice Report  
100th  
The Anniversary代表取締役社長  
櫻井 誠氏

## 従業員の意識改革のために

- 代表取締役社長 櫻井 誠氏
- 本 社 所 在 地 福島県福島市飯坂町湯野字墓坪24
- 主 な 事 業 内 容 一般貨物運送業
- 従 業 員 数 64名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康経営に取り組むきっかけ

日々従業員の身体も心も健康で働くことが出来る環境づくりに着目して運営しています。そこでアクサ生命の担当の方から「健康経営優良法人」の存在を教えていただき、認定を取得することが社会的地位や信頼性の確保につながり、また、実践することで従業員の意欲向上やより良い運送事業を推進できると確信したことにより健康経営に取り組むこととしました。

## 経営者として従業員のために

人間ドックによって従業員の病気が発覚し、改めて従業員の健康の大切さを感じ、さらには一人ひとりの健康に対する意識の保持が大切であると痛感しました。また、病気は治療で治すことが出来ることを実感し、どのように治療と仕事の両立を支援していくのか、そしてどのような働き方での復職を促すのかを考え提供していくこそが経営者としての使命であると考えております。

## 安全第一の職場だからこそ健康管理が大事

「安全第一」の職業柄、社員の健康が何より大切であると考えています。主な取り組みとしてはWEBアンケートの実施やアクサ生命からいただく健康経営ワンポイントアドバイスの回覧を行っていることが従業員にとって特に関心を得られた取り組みであると感じております。そして従業員が常に健康への意識を保つための血圧計の設置や徹底した分煙対策等を実践しています。これらが従業員の健康意識改革につながった一つの要因であると考えています。

## 今後の展望

従業員の働きやすい環境づくりを特に意識して経営に取り組んできました。このような取り組みで従業員にとっての健康意識の変容を実感することが出来ています。また、健康経営を実践することで従業員の意欲向上やより良い運輸事業の推進に直結するのだと感じています。私は今後もこれまでの取り組みを継続し、従業員が喜びを肌で感じ取ることが出来る環境づくりを推し進めていきたいと考えています。



血圧計の設置



喫煙室の設置





代表取締役社長  
百田昭洋氏

「従業員一人一人の喜び」を実現するために

- 代表取締役社長 百田昭洋氏
- 本社所在地 福島県福島市三河北町9-80
- 主な事業内容 機械メーカー業
- 従業員数 193名



これまでの“100年”そして“その先”へ！

当社は2020年に100周年を迎えました。鋳物製造に始まり現在では、船の甲板機械及びグラブバケットを主力として製造しております。また、当社は2015年に健康事業所宣言をし、数年にわたって能動的に健康経営に取り組んできました。次に目指すものは、過去を「破壊」しても、新たな成長をいち早く「創造」していくことであると強く感じており、これからは社員が喜び合える健康経営とともに、「破壊」と「創造」をキーワードに前進して参りたい所存です。

社員の創意による健康意識の高まり

私は、これまで社訓に準じて社員が喜び合える環境整備を目指してきましたが、当社ならではの取り組みとしては、総務グループを中心とした社員健康推進に対する創意的な取り組みが挙げられます。活動の一つに、「福製健康づくり通信」と称し、健康に関する情報資料を毎月の給与明細へ同封することで、社員のみならずご家族へも健康に関する情報提供を行っております。このような取り組みこそが社員における健康意識の高まりへと繋がっているように思えます。

当社が創り上げた健康経営

- 1.就業時間内、全社一斉ラジオ体操
- 2.「健康コーナー」の設置
- 3.「健康セミナー」の実施
- 4.婦人科検診費用、毎年全額会社負担

社員全員が参加できるよう、感染症対策およびリモートワークを駆使しております。

今後の展望

これまで社員全員が働きやすい環境づくり、社員のご家族や地域を巻き込んだイベントなど、主体的にコツコツと取り組んできたことが時代の流れの変化や現代社会に合致している事実を実感することが出来ました。こうした継続的な活動こそが、社訓にもある「地元福島と共に発展する企業であること」という理念に通ずるものと確信しております。そして、何よりこれまで本当にやってきて良かったと、ぜひとも全ての社員に感じてもらえたら嬉しいです。

地域や社員のご家族との輪

当社では、2008年より「家族工場見学」を開催しております。これは社員の働く職場環境や働く姿を見ていただくことによって、ご家族の会話や絆がより一層深まることを期待して計画したものです。また、2016年からは、「ファミリーフェスタ」を毎年開催しております。第一に地域を大事にしたいという思いから感謝の意味も込めて、社員のご家族のみならず近隣地域の方々にもご参加頂くことで関わりを深めていくことを目的としております。

↓ 2021年度健康経営  
優良法人認定証



↓ 健康セミナーの様子  
講師は仲田氏



福製健康  
づくり通信



福島県  
相双営業所

Voice Report  
100th  
The Anniversary



代表取締役社長  
鈴木清重氏

「顧客第一、社員あつての会社」を実現するために！

- 代表取締役社長 鈴木清重氏
- 本社所在地 福島県南相馬市原町区
- 主な事業内容 建設土木資材販売
- 従業員数 29名(男性:20名・女性:9名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

### 最も重要な経営資源は「ヒト」

健康は全てではないけれど、健康を失うと全てを失ってしまう可能性があります。食生活、仕事、家庭の安定の為に、心と身体の健康を維持することの必要性を感じていました。そして一人一人の健康を維持し継続していく事で会社の経営安定に繋がると考え、健康経営に取り組むことになりました。

### 「健康経営実践プログラム」から、 まずは喫煙率を改善する事から始める

健康経営Web習慣アンケートを通じて生活習慣の見え方を実施したところ、生活習慣の問題点がはっきりとし、従業員一人一人が課題に気付くことが出来ました。そして、最も無関心な社員が多かった「禁煙」についてまずは喫煙率の低下を目指し、それに伴う受動喫煙防止に取り組んでいます。

### 社内、社外にも浸透、みんなで元気に！

取り組みは、ローコストにまずは喫煙所の設置から実施しました。喫煙所は、非喫煙者も多く集まる食堂など共有の場を避け、受動喫煙防止に配慮しました。風通しも良く周りから見えることで、社外からのお客様へも浸透し、来客の方の喫煙率も低下しました。



### みんなでワイワイ食事時間満喫！

社員の雰囲気を変化してきました。女性社員も食堂でみんなでワイワイ食事時間を楽しめるようになりました。以前は受動喫煙を避けるために食堂で食事をする非喫煙者は少数でしたが、現在は女性も食堂で食事をするようになりました。その結果、社員の爽やかな笑顔が増えお客様に明るく接客する場面が増えてきました。仕事に対する取り組みでは、勢いは目に出る、生活は顔に出る、教養は声に出るといわれていますので、事前の準備と本番と後片付けが大切だと言っています。これからも社員が笑顔で明るく働ける職場づくりを心がけていきたいものです。

### 健康はお金で買えない

健康はお金では買えません。私自身は毎朝5キロのウォーキングを実践し、そして献血100回を達成することができました。社員にも不断の努力で健康を維持し人生100年時代に夢を持って生き生きと暮らして人生を楽しんでもらいたいと考えています。そして仕事にやりがいを感じ働いてもらいたいです。これからもストレスを溜めない職場環境を構築し、働きやすさを実感できるように健康経営の取り組みをさらに強化してまいります。

茨城県  
水戸営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
小野洋伸氏

「社員を生活習慣病から守る」を実現するために・・・

- 代表取締役社長 小野洋伸氏
- 本社所在地 茨城県那珂郡東海村村松405
- 主な事業内容 機械器具製造業
- 従業員数 29名(男性:26名・女性:3名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021認定

## 長年の悩み

幼稚園からの同級生で長年勤務していた社員が、肺がんになってしまった。一日でも早く、仕事がしたい。絶対、職場復帰するからと転移した脳の手術も受けた。治療中の外出時は、真っ先に会社を訪れた。もう少しで出勤するよと、酸素ボンベを押しながら笑顔を見せ、そして、喫煙者に「禁煙しろ!」と言って、社内を一周して帰宅した。本人も大変だが、病気になってから常に付き添っている家族の、体力的にも精神的にも大変そうな姿を見るのはとても辛かった。大切な社員、健康で長く働いてほしい。そんな気持ちが更に強くなった。このままではいけない、もう二度と同じような苦しい思いをさせたくない、したくない。でも、長年言い続けても言葉だけでは、何も変わらない…どうしたら良いのか?と思い悩んだ。

## 大切だから、全員禁煙へ

全社員からの賛同を得て、健康推進手当の支給と、誓約書に署名を貰い全員禁煙への目標をスタートさせた。喫煙者には、禁煙外来費用を支給し、勤務時間内での通院も許可した。しかし、禁煙できなかつたら、手当を返金する約束もさせた。そして、吸っている人が得になってはおかしいと喫煙しない社員にも、同額の健康推進手当を支給した。全社員へ分け隔てなく手当を支給したことにより、社員同士がとても協力的に声を掛け合うようになった。喫煙者は、当初、半強制でここまでやるのか、喫煙するのは自由じゃないかという気持ちと、体に良くないとはわかっている、簡単にやめられるならやめてるよ、という気持ちがあったようだ。しかし時間の経過とともに意識が少しずつ変化し、令和元年12月には全員禁煙を達成することが出来た。その後も年2回の賞与時、尿検査を実施しているが、現在も禁煙を継続していることが証明され、手当を返金する人は出ていない。

## 楽しいライフワークバランスを

分煙、喫煙所の設置にお金を使う、吸っても良い場所を提供する考えは理解できない。体に悪影響と分かっているのに喫煙者が守られている。吸わない人が、臭いにおいと煙を我慢し、受動喫煙の健康被害を受けるのはおかしい。大切な人を守るのは、「禁煙のみ!」だ。少し強制的だと思うくらい一歩踏み込んでやってみるのが、本当の優しさだと感じる。これからは、煙草代を家族の大切な時間に使って頂き、仕事も家族も有意義な時間を過ごして欲しいと思う。

## 今後の展望

今回の禁煙にて、コミュニケーションが深まり、全員が健康に対し関心が高まったので、社員から「今度は、メタボ対策かな!」との声があがっている。まずは、本人の意識が一番大切なので、健康への向上心を継続していけるように現在、「元気アップ!リいばらき」の上手な利用方法を考え中だ。一人一人に寄り添い活気ある職場にしていきたいと思っている。



栃木県  
宇都宮営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
岡崎善胤 氏

「顧客第一、社員あつての会社」を実現するために！

- 代表取締役社長 岡崎善胤 氏
- 本 社 所 在 地 栃木県宇都宮市
- 主 な 事 業 内 容 クリーニング業
- 従 業 員 数 株式会社不二ドライ:160名  
株式会社クラウン:100名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

### 健康経営を始めたきっかけは、「まずはやってみよう」

SDGsへの取り組みは既に行っていましたが、健康経営についてはアクサ生命さんから初めて聞きました。健康経営は従業員の健康につながり、従業員のプライベートも充実することを聞きました。

従業員が健康になるのであれば、まずはやってみようという気持ちで健康経営をスタートしたのがきっかけです。

### 健康宣言と同時に従業員の健康習慣アンケート実施

健康宣言と同時に健康習慣アンケートを活用させて頂きました。

私たちはクリーニング業で従業員の多くが工場働いています。工場勤務では夏も冬も工場内の暑い環境の中で働くこととなりますので、従業員に負担にならないような健康経営を行っていかればよいか経営会議等で検討しました。

### まずは出来ることから実践

現在、全社員が毎朝ストレッチを行っております。ストレッチを行う事でケガが減り、従業員同士のコミュニケーションが増しました。また、暑い環境での仕事なので自販機メニューを入れ替えたり(野菜ジュース、スポーツドリンク中心)、自販機の社員割引を設けたりと工夫致しました。これが熱中症予防にも繋がりました。これらの活動により生産性も上がってきています。

### 会社に関わる全てのひとにWin-Winの関係

健康経営をスタートしてから1年以上経ちますが、明らかに従業員同士のコミュニケーションは増えています。従業員が仕事でもプライベートでも幸せに生きていくことが一番の願いなので嬉しく思っています。また、取引先との関係についても会社が健康でなければ長く付き合っていけません。従業員のためにも取引先のためにもWin-Winの関係を作っていくために健康経営に取り組み続けます。

### 今後の展望

健康経営優良法人認定はまだ1回の取得のみです。もちろん健康経営優良法人認定2022も申請する予定です。健康経営の取り組みが会社の生産性アップと人材採用に繋がると信じています。まだまだ課題はありますが、従業員とコミュニケーションを取りながら一つ一つ解決し取り組んでいきたいと思えます。



毎朝のストレッチ体操

栃木県  
宇都宮営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
柴田嘉孝氏

「人を大切にする会社」を実現するために！

- 代表取締役社長 柴田嘉孝氏
- 本社所在地 栃木県宇都宮市川田町1219-9
- 主な事業内容 測量及び調査・設計
- 従業員数 15名(男性:14名・女性:1名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

### 健康経営を始めたきっかけは 従業員のがん罹患でした

弊社は今年創業55期を迎える測量設計会社です。以前からCSR活動を積極的に行っており、健康に関するいくつかの認証取得も進めていました。しかし年々社員の高齢化が進み、健康への心配事が増えてきていると感じていました。そんな中、社員ががんなどの病気で休業を余儀なくされるのが立て続けにありました。仕事と治療の両立をサポートする中で社員の健康が会社に与える影響が非常に大きいことを実感し、健康経営を本格的にスタートしました。

### 「健康経営実践プログラム」から、 まずは取り組みそうな活動を

健康経営は様々な取り組み方法、進め方があります。まず私たちが出来ることから始めました。アクサ生命の健康習慣アンケートを実施し、社員の日頃の健康意識を把握しました。健康経営エキスパートアドバイザーによる従業員向けの健康経営セミナーを行い、社員にも健康経営の重要性を認識してもらいました。そして、健康診断の二次検診のための特別有給休暇を付与することとし、受診を促しました。

### 更なる取り組みで健康意識向上へ

さらに、社員ががんに罹患し大変な思いをした経験から、毎年のがん検診にかかる費用と喫煙率を下げるため、禁煙外来にかかる治療費の全額補助を開始しました。さらには、社内の自動販売機へのカロリー表示や毎月の健康情報を掲示する健康経営専用の掲示板を設置するなど、社員の健康への意識が少しでも上がるように工夫しています。このように健康経営を加速させることで、社員の健康に関する意識も驚くほど変化し、社内のコミュニケーションも増えてきました。

### 従業員満足度・顧客満足度で県内1位を目指す

健康経営に取り組むことにより、健康診断の二次検診を受ける社員が100%になりました。また禁煙外来を受ける社員も増えてきています。社員が自分の為、家族の為に健康に意識を持ったことを非常に嬉しく思います。社員がさらに元気になり生産性が上がれば、顧客満足度も上がります。「従業員満足度・顧客満足度 県内1位」を目指して様々な取り組みを進めていきます。

### 今後の展望

社員には仕事だけでなく、プライベートも充実してほしいと願っています。そのため、今後の目標として「有給休暇100%取得・残業ゼロ」を掲げ、会社一丸となって取り組んでいます。仕事も家庭も充実し、楽しい人生が送れるようにこれからも健康経営を継続していきます。



健康経営専用掲示板



自動販売機のカロリー表示

千葉県  
千葉営業所Voice Report  
100th代表取締役  
長谷川雄一氏

会社のため、社員のため、何よりも「あなた」の為に

- 代表取締役 長谷川雄一氏
- 本社所在地 千葉県千葉市中央区新町
- 主な事業内容 設計・開発専門のアウトソーシング
- 従業員数 110名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 健康経営の考え方が方向性と合致しました

当社は、2003年設立の設計・開発専門のアウトソーシング事業を中心に展開している千葉市に本社を構える企業です。「健康経営」という言葉自体は商工会議所の共済・福祉制度を担当しているアクサ生命さんから聞いたのが初めてでしたが、「身体の健康」、「ワークエンゲージメント」、「社会的健康」といった内容が、元々取り組んでいた方向性と合致し、より取り組むべき方向が明確になりました。

### 以前から実施していること+新たな取り組み

取り組みとしては、従来から取り組んでいたことに、アクサ生命さんから案内いただいた情報をプラスして実施しています。具体的な例としては

- ・4年ほど前から、全従業員向けに、契約している産業カウンセラーからの“健康情報”を毎月グループウェアを使って配信をしています。
- ・社内で“フットサル”のクラブを作り、定期的な練習や業界内の大会にも会社代表チームとして参加しています。運動面は勿論、コミュニケーションの観点からも有効な取り組みになっていると思います。ほかに同様の観点では、アプリを使ったウォーキングイベントに参加しています。会社を1チームとした団体戦と個人戦があり、総歩数を競うものです。顧客先常駐者が多いという当社の特徴からいくと、離れていても同じことに取組めるという点からも効果があると思っています。

### 取り組みによる成果を今後も上げていきます

- ・行動変容アンケートは2回ほど実施しましたが、生活習慣等を聞かれることによって、従業員本人がその項目のことを意識してくれたのではと感じています。何故なら、食生活や禁煙などといった健康に関することが話題にのぼる機会が多くなったからです。
- ・また、コロナ禍において感染症などリスクの高い状況ですが、社員一人一人の健康に対する意識が高まっており、病気や体調不良などの欠勤は少なくなっています。
- ・対外的には、お客様や産業医の先生からも、優良法人認定取得に対してお褒めの言葉もいただきました。

### 社会の発展と従業員の夢を実現し、それを継続していける会社。お客様、従業員の多様性に応える事の出来る会社へ

人生100年時代。従業員が安心して仕事を続けられる環境を作り上げていく。そういう意味でも「健康経営」に期待するところは大きいです。心身だけでなく、社会的健康も意識して歩んでいきたいと思っています。



入口の認定証

千葉本社

大分県  
神奈川IFA支社Voice Report  
100<sup>th</sup>代表者  
城 敏徳氏

求職者から選ばれる会社になるために健康経営に取り組みます

- 代表者 城 敏徳氏
- 本社所在地 大分県大分市大字光吉362
- 主な事業内容 社会保険労務士業
- 従業員数 49名(男性:23名・女性:26名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 社会保険労務士業務だからこそ、 健康経営に取り組む必要性を感じました

健康経営を行なっている某病院を拝見させていただき、従業員が熱心にイキイキと仕事に取り組んでいる姿に感銘を受け、健康経営の大切さが分かりました。社会保険労務士はワークライフバランスを指導する立場なので、某病院のような取り組みを通じて会社の見本になっていくべきと思い、健康経営の取り組みをはじめました。

### 健康習慣アンケートで現状の把握

従業員の健康課題を把握するためにアクサ生命の「健康習慣アンケート」を実施いたしました。そして、アンケートの結果を業務時間内に開催したフィードバックセミナーにて全従業員で共有しました。「運動」と「心の健康」の項目において、健康づくりに関心はあるものの取り組んでいない従業員が多く、健康課題であることが把握できました。従業員の半数以上が女性なので、まずは女性の健康をテーマにしたセミナーを実施し、男性にも積極的に参加してもらいました。

### 具体的な取り組み内容

健康アプリを使用しています。歩数や健診受診でポイントを貯めて協力店から特典を受けたり、年に数回開催される職場対抗戦に毎回参加したりして、職場ぐるみで積極的に活用しています。テレワークの促進やフレックスタイム制、フリーアドレスオフィスで職場環境を整えています。またチャットアプリの導入は、テレワーク環境下での従業員間のコミュニケーション向上に繋がっています。勤務間インターバル制度の徹底と時間外労働の抑制のため、勤務時間外では管理者の許可がないと事務所に入れないように管理しています。

### 従業員の健康習慣に関する効果 会社全体に対する効果

健康習慣アンケートのフィードバックセミナーを行ったことで健康意識が高まり、行動変容していることが実感できています。女性の健康のセミナーでは、女性の心と体の不安や悩み・女性特有の病気について男性にも理解してもらい、女性に対する接し方に変化が見られ、女性男性共に働きやすい職場に変わってきています。そして、テレワークやフレックスタイム制を導入したことで業務に集中できる環境が整い、生産性向上に繋がっています。

### 今後の展望

今後もアクサ生命の健康習慣アンケートを活用させていただくと共に、サポートパッケージも活用し、PDCAを回していきたいと思えます。社会保険労務士はワークライフバランスを指導する立場なので、健康経営を通じて会社のお手本になっていきたいと思っております。そして求職者に選ばれる会社を目指し、今後も引き続き健康経営に積極的に取り組んでまいります。



代表取締役社長  
柳 慎太郎 氏

お客様や地域社会から愛される100年企業を目指して

- 代表取締役社長 柳 慎太郎 氏
- 本 社 所 在 地 東京都足立区
- 主 な 事 業 内 容 オートガス・車事業
- 従 業 員 数 33名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 『健康経営』取り組みのきっかけ

以前より、健体(健康なからだ)第一と従業員の幸せを最優先にと取り組んでいましたが、繁忙期になると体調を崩す従業員もいた為、会社だけでなく従業員自身が心と身体の健康に対して積極的に取り組んでいけるよう、健康宣言をしました。

## 具体的な取り組み内容

グループ全体に向けて、健康宣言を行った後、グループ各社より委員を募り、健康づくり委員会を立ち上げ、毎月開催しました。また、委員は各社で健康づくりミーティングを行い、委員会で話し合われた内容を共有するようにしました。

半期に1度は全従業員を集めて健康に対する情報の発信を行い、給与明細に健康に関するチラシを同封し、ヘルスリテラシーの向上に努めました。

また、従業員の健康意識を調査するために健康習慣アンケートを行っています。その結果を従業員にフィードバックし、どの項目が改善されたか、今後はどの項目が更に改善が必要か共有し、毎年行うことで改善をはかっています。

## 取り組みの結果、変化はありましたか？

健康宣言を行い従業員に対し発信をしていくことにより、従業員の間でも健康に対する話題が増え、運動や睡眠、食生活に対する意識が向上しました。また、日々の食生活や運動を気に掛ける従業員が増えてきたことにより、通勤の際に歩くことや、睡眠をとり十分に休むことの大切さが周知されてきたと感じています。朝食の欠食率も健康習慣アンケートの結果で見ても改善しており、変化を数字からも感じております。コロナ禍であっても、感染者はゼロ、発熱などによる体調不良も最小限に抑えられたことは従業員の健康に対する意識改革によるものだと思います。

## 社長の考える会社の未来

会社の規模を大きくすることに囚われず、従業員が物心ともに豊かに働き、従業員の幸せと会社の発展がリンクするような、いきいきと働きがい、やりがいのある会社を目指しています。従業員一人ひとりが働きやすい環境を作るのは自分自身、変えていくは「自分から」という意識を持つ自主性と組織力を高めることを重視して、お客様や地域社会から愛される100年企業となるべく取り組んでいきます。

## 今後の展望

ワークライフバランスをこれまで以上に実現させていくことにより、従業員がニコニコワクワクしながら楽しく働き、個人の成長が会社の成長につながるよう環境作りを目指していきます。

また、自社だけでなく当社の取り組みを発信していくことによって、健康経営に取り組む仲間を地域社会に増やしていくことを目標としていきます。

2021年4月健康セミナー実施  
講師は柳社長、テーマは健康習慣  
アンケート結果について

神奈川県  
横須賀営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
岩崎次郎氏

## 神奈川県で一番大きな信頼を築く プロフェッショナルに向けて取り組む健康経営

- 代表取締役社長 岩崎次郎氏
- 本社所在地 神奈川県横須賀市大矢部
- 主な事業内容 建設業
- 従業員数 155名(男性:93名・女性:62名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021認定

### 技術と信頼を併せ持つ人材育成の一環として

1969年創業以来、横須賀市大矢部の本社を含む10事業所を構え、155名の従業員とともに、社名の由来である「神奈川県で一番大きな信頼を築く」ことを変わらぬ目標に掲げる中で、弊社の基本方針の一つである「社員一人一人が努力をし、会社に社会になくしてはならない人物となって、その総合力が建設業界での大神の存在価値である」に通ずる取り組みであり、技術と信頼を併せもつプロフェッショナルを育成する一環として、健康経営を始めました。

### 『大神らしさ』の健康経営

弊社ではかねてより、定期健康診断は勿論のこと、各種健診の推奨や定時退社日の設定、時間外労働の削減、従業員のコミュニケーションを目的とした社内ゴルフコンペをはじめ、レクリエーション大会の開催や野球・ソフトボールチームも設置し、従業員の健康を重要な経営資源であると考え、取り組みを進めてまいりました。今後も弊社の基本方針にも通ずるこの健康経営の取り組みを1歩ずつ前進させてまいります。

### 全社員が参画する健康経営

2020年9月に健康企業宣言を社内掲示板で発信の上、弊社の健康課題の把握を目的として全役員・従業員を対象に健康習慣アンケートを実施しました。加えて、「アンケート結果のフィードバック」と「健康経営と健康習慣の研修」を目的とした社内セミナーを全役員・従業員向けにオンラインで行いました。全社員が健康経営の取り組みに参画し、自身の健康増進を主体的に考える体制を意識し、取り組んでおります。

### 健康課題は運動参画率の向上

健康習慣アンケート結果を受けて、弊社の健康課題は「運動に関して健康づくりに取り組む従業員を増やすこと」であると考えております。そこで、運動参画率をより高めるため、各拠点にて朝や昼のラジオ体操の導入をしたり、グループ会社が運営するゴルフ練習場ではグループ割引の活用により社員がゴルフ練習に参加しやすい環境を整え運動促進のきっかけづくりをすることで、さらに健康経営の取り組みを進め、役員・従業員が運動をきっかけに自身の平日頃の健康習慣に目を向ける契機になってくれたらと考えております。

### 今後の展望

例年、行っていた賀詞交歓会、社員及び家族を集めたレクリエーション大会、社内ゴルフコンペなどの各種イベントは、新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、開催を見合わせておりますが、今後、世の中が各種イベント等に取り組める環境となった際は、社内イベントを再開し、また、地元横須賀をはじめ、地域の各スポーツイベントにも参加し、従業員間や地域間のコミュニケーションをより深めるとともに、弊社の健康課題の改善に引き続き、取り組んでまいります。



2018年11月に開催されたソフトボール大会

神奈川県  
横須賀営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
長谷川浩正 氏

## 健全な経営と働き甲斐のある職場創りに向けて

- 代表取締役社長 長谷川浩正 氏
- 本 社 所 在 地 神奈川県横浜市磯子区森
- 主 な 事 業 内 容 情報通信業
- 従 業 員 数 74名(2021年4月時点)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

### 創業以来の経営理念に通ずる健康経営

弊社は、1946年(昭和21年)9月に電話設備工事業者としてスタートし、その後の急速な技術革新の中、ICTに関わる分野で常に新しいテクノロジーを取り入れ、「誠実と信頼」の経営理念のもと、お客様にご満足いただける製品とサービスをご提供し続け、おかげさまで今年で75年を迎えます。まさに、健康経営は弊社の経営理念にも通じ、弊社の経営方針の一つであります「健全な経営と働き甲斐のある職場創りによって社員とその家族の生活向上」を体現する取り組みであると考えております。

### 健康課題は労働時間の適正化

弊社の健康課題は、「残業時間の削減」と認識しております。改善策として、所属長及び社員の意識改革を行い、毎月集計している残業時間について幹部会の場で各部署ごとに所属長へ通知、目標値を達成できない部署については、所属長へ勧告し理由及び対策を説明します。また、ノー残業デーの導入やテレワーク、直行直退の定期的なアナウンスを実施する等の環境を整備することで、モチベーションアップやワークライフバランスの推進、業務の効率化を図り、生産性向上という健康経営の本来の目的にチャレンジしております。

### 日興テクノスらしさの健康経営

弊社ではかねてより、定期健康診断は勿論のこと、2019年10月に横浜マラソン沿道清掃を通じた従業員間のコミュニケーション向上を図ることやスポーツクラブとの提携・利用補助、立ち会議スペースの設置、就業時間中禁煙の社内制度化、年次有給休暇の取得促進や時差出勤制度の導入、婦人科検診の受診勧奨など、取り組みを進めておりました。

### 今後の展望

近年、新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、在宅勤務やWeb会議等への移行が必須となり、社内の集まりを変えるだけではなく、人と人の繋がり方が大きく変化しています。仕事の仕方も大きく変わり、それに伴いIT化も進み、利便性が高まり業務効率や生産性が向上しました。今後も、働き方改革を推進し、従業員が安心して働くことができるよう、職場環境を整え「健康経営」に取り組んで参ります。

### 全社員が参画する健康経営に向けて

2020年3月27日に健康企業宣言を制定し、自社ホームページで社内外へ発信をしました。さらに、弊社の健康課題の把握と効果検証を目的として全役員・従業員を対象に健康習慣アンケートを実施しました。加えて、「アンケート結果のフィードバック」と「健康経営と健康習慣の研修」を目的とした社内セミナーをオンラインで行いました。全社員が健康経営の取り組みに参画し、自身の健康増進を主体的に考える体制を意識し、今後も取り組みを進めて参ります。



2019年10月 横浜マラソン沿道清掃

静岡県  
富士営業所Voice Report  
100th代表取締役  
木村一義 氏

「とことん、納得ゆくまで」お客様に応える！

- 代表取締役 木村一義氏
- 本社所在地 静岡県富士市今泉429-3
- 主な事業内容 清掃具レンタル・リース業
- 従業員数 45名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

## 弊社の沿革

弊社は明治40年に染め物業として創業を開始し、昭和25年5月に静岡県内の先駆けとして、ドライクリーニング業を開始し、合資会社太田屋を創立。平成12年11月1日に現在の株式会社アスカムを設立致しました。

その祖と言うべき太田屋は『一人一人のお客様ととことん納得いくまで手厚く相談し、満足いただけるよう心がける』を社是に掲げてまいりました。この心は初代社長から脈々と受け継がれ、現在に至っております。



## 具体的な取り組み事例

以前より健康診断の結果で所見があった社員の2次検診の受診率が悪いことが気になっておりましたが、そのまま見過ごしていた経緯がありました。しかし、「健康経営」の取り組みを開始したことで、まずはこの再検査の受診率の向上をはかる事を重点取り組みと致しました。

まずは社長自らが先頭に立ち、該当社員への受診勧奨と、受診するまで後追いをします。具体的には該当社員へ個別に文章と面談で受診勧奨を呼びかけ、受診するまでのモニタリングを管理部で実施。その社員が所属する部署の責任者も巻き込み、徹底した受診勧奨を実施いたしました。それが奏功し、昨年は再検査の未受診者がゼロとなりました。

## 健康経営を始めたきっかけ

『健全な精神は健全な肉体に宿る』という言葉があります。前述の通り、真心を込めたお客様に満足していただけるサービスをお届けするうえで、弊社で働く社員達には、常日頃から健全な精神で仕事に臨んでもらいたいという事から、この言葉はキーワードであると常々感じておりました。この言葉には他方で『心身ともに健康であることを祈るべきである』という意味もあるそうです。ある時に商工会議所共済制度担当会社のアクサ生命より「健康宣言」を勧められました。その時に会社として「社員の健康を祈る」を具現化させる術が「健康経営」だと思い、これをきっかけに高齢化しつつある社員に「健康宣言」をしたことを周知し、健康に関心を持ち、健康増進に会社ぐるみで取り組む事を表明し、「健康経営」の取り組みがスタート致しました。

## 今後の展望

昨年6月に弊社が所属するダスキン生産工場の総会後に実施する勉強会で、「健康経営優良法人認定」の取り組みから取得に至るまでの事例発表の依頼があり、僭越ながら発表をさせていただきました。これからは、機会があれば健康経営の取り組みを、社外へも積極的に情報発信を行っていき、このことが社会貢献や地域貢献に繋がればと考えます。その一環でVoice Reportも発信させていただきました。



現在の社屋全景

静岡県  
浜松営業所Voice Report  
100th代表取締役  
高橋秀幸氏

地域をつなぐ、人がつながるまちづくり！

- 代表取締役 高橋秀幸氏
- 本社所在地 静岡県浜松市西区和地町6316
- 主な事業内容 建設業務・不動産業務全般
- 従業員数 48名(グループ全体 91名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## あらゆるステークホルダーに安心・安全を

弊社の経営理念は「次世代へつなげていく」ということです。こどもの為、地域の為に安全で安心して暮らすことの出来る社会の実現。今ある資源を活かし心を豊かにする住環境をこの地域で提供していき、**弊社のあらゆるステークホルダーが同じ価値観のもと幸せに暮らすことが出来る社会の実現を目指します。**こどもからお年寄りまでが、楽しく会話できる安心・安全な町づくりをすることで、地域活性化・地域貢献へ繋がる、それが私たちの想いです。そして、それを担う社員が幸せに暮らすことを体感してもらうベースとなる社内施策が、まさに「健康経営」の推進であると考えます。

## 取り組んでいる主な「健康経営」推進策

- ・健康診断結果のフィードバック  
(ウェルネスデータを活用して客観的に自分の健診結果を確認)
- ・会社主催のコミュニケーション促進イベントの実施  
→BBQ大会、忘年会、社長主催の誕生日会等



- ・育児休暇取得の推進
- ・ノー残業dayを設置  
→ワークライフバランスを重視
- ・健康セミナーの実施
- ・禁煙キャンペーンを実施  
→成功者に褒賞金と非喫煙者にも奨励金を支給



禁煙キャンペーン表彰時の記念撮影

## 今後の展望

弊社グループ企業では、浜松市が実施している健康事業『浜松ウェルネスプロジェクト』に参加をしております。また「ウェルネスワーケーション」をテーマに余暇を楽しみつつ仕事をおこなうテレワークと、栄養バランスのとれた「スマートミール」の提供をする「**体験型多用途施設**」の運営を始めました。

その他、グループ企業内では特性を活かしてお客様の様々なニーズにお応えできるサービスを提供する事業展開をしており、その共通のコンセプトが「**ウエルネス**」です。



お客様を中心に地域に根差したイベントも不動産関係は元より、オーガニック食品の販売、マルシェの開催、ミニコンサート、学生対象の建築学のセミナー等、テーマも多岐にわたり実施し、少しでも社会貢献になればと考えます。

私たちは**女性の視点も積極的に取り入れ、心豊かに、そしてワクワク楽しい、コミュニティづくりに取り組むライフスタイル提案型企业**でもあります。

このような事業展開を支える従業員は弊社にとってはまさに「人財」であり、彼らの健康、ひいては幸せにつながる経営手法の根幹の一つが「健康経営」です。この実践が社員の健康増進のみならず、事業への参画意識、ワークエンゲージメントの高い集団作りに繋がってきていると感じております。そして彼らには少しでも長く、健康で幸せに弊社で働いてもらいたいと願っております。



社員の永年勤続表彰時の記念撮影

結びとして、弊社の経営スタイルはSDGsにも結び付くと確信しており、これからも社内外にわたり、健康増進、そして社会貢献に寄与する企業を目指してまいります。

新潟県  
新潟営業所Voice Report  
100thグループ会社代表  
青池 仁氏

「地域あつての会社」全員で地域に貢献します！

- 北陸保全グループ代表 青池 仁氏
- 所在地  
北陸保全工業株式会社 新潟県新潟市東区一日市180-1  
株式会社アシスト 山形県村山市大字富並字百森4889-10
- 主な事業内容 道路標示区画線工事業・産業廃棄物処分業
- 従業員数 グループ合計:81名(男性:64名・女性:17名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 年々高齢化が進む現状。 健康経営に取り組む必要を感じました。

従業員が年々高齢化していることを実感しており、生産性向上に懸念を抱いていました。体調不良を訴える従業員も少しずつ増えてきて、何とかしなければ・・・と考えていたところ、当社を訪問しているアクサ生命の担当の方から、「健康経営」の話聞き、興味を持ったことがキッカケです。

### まずは「取り組みそうな活動」を知ることが大切。

早速、健康経営に取り組みたいと思いましたが、何から始めたらいいのかわかりませんでしたので、従業員の健康習慣を知ることから始めました。従業員全員の健康習慣アンケートを行ったところ、地域によって大きな違いがあることに気が付きました。

当社は事業場が新潟県と山形県の2カ所あるのですが、県民性もあるのか、県によって食べ物・飲み物に大きく差が出ました。これは驚きでした。健康に気を付けることを促すために、地域ごとで気になる項目に合わせた情報提供を始めました。

運転することが多い仕事でもあり、なかなか体を動かすことが難しかったため、以前から全員で朝礼時にラジオ体操を行っていましたが、食事・運動の両面から意識を向けることに繋がったように感じます。

### 社長自ら、全員に想いを伝えたことで、 従業員の参画意識が高まりました。

取り組む従業員も徐々に増えてきた中、全体会議の中で時間を作り、健康への意識付けを行うように勉強会(セミナー)を開催しました。今までは従業員の中にも意識の差が大きかったのですが、全員に「健康は大事」という考えが芽生えたように思えることが起こりました。

従業員の中から、「担当者(健康推進員)を決めよう!」「どんなことをやったら良いだろう?」と積極的な意見が出てくるようになりました。従業員の参画意識の向上は大きな収穫となりました。

### 大切な従業員とアイデアを出し合い、 従業員と共に会社も成長していきたい。

健康情報を毎月提供することにより、酒量が多く気になっていた従業員の意識が変わり、朝礼で自ら調べた健康情報を話してくれるようになりました。取り組む前に比べ、風邪やインフルエンザが蔓延していた時期に休む従業員が大幅に減りました。新型コロナウイルス対策でマスクや手洗いを徹底していることあると思いますが、健康への意識が高まっている結果だと思えます。

朝の運動も、最初は嫌々だった従業員も、習慣化してきているので、とてもいい傾向だと実感しています。今後も定期的に健康習慣アンケートを実施する予定ですので、従業員の意識や行動がどのように変化していくのか楽しみです。

### 今後の展望

持続可能な限り、会社を続けていきたいと考えています。そのためには、従業員のみんが健康で長く元気に働いてくれることが大前提となります。職場環境の改善・整備に向けて、新社屋へ移転することに致しました。これからも健康経営を通じて活気ある会社となり、「従業員満足度向上」、「地域貢献」を合言葉に「出来ることの積み重ね」を継続していきます。

Jリーグのアルビレックス新潟カラーの  
産業廃棄物収集運搬車

新潟県  
新潟営業所Voice Report  
100th能美防災イメージキャラクター  
まもるくん

社会に「安心」と「安全」を届けるためにも、継続して取り組みます！

- 代表取締役 笠原久義氏
- 本社所在地 新潟県新潟市中央区万代3-6-8
- 主な事業内容 各種防災設備設計・施工業
- 従業員数 43名(男性:36名・女性:7名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 人手不足だからこそ、 健康経営に取り組む必要を感じました。

「健康経営」という言葉を初めて聞いた時、経営方針にマッチすると感じました。以前から社員の健康が、会社の生産性に直結すると思っていましたし、心身共に健康であることは大切だと考えていました。トップダウンのやり方ではこれからの仕事は成り立たないと思っています。会社の未来を考えた時、社員ひとりひとりが責任を持って仕事に取り組むことが大事です。ただ、どんな仕事をするにも、「健康であること」は切り離せない重要なことです。会社として成長していくためにも、社員の健康を今まで以上に意識しようと思い、取り組むことにしました。

### 健康宣言により、取り組みスタート

グループの親会社に健康経営をスタートしたい旨を話したところ、親会社自身も取り組んでいるため、是非始めて欲しい、との返答でした。グループ会社としては、当社が初めての取り組み企業だったそうです。最初は何から取り組み始めたらいいのか手さぐりでした。月例で行っている管理職以上の会議で、「健康経営に取り組み始める」と話してみたものの、「難しいのでは？」という意見もありましたが、改めて「優良法人の申請内容・適合基準」を確認することによって、何を行うべきかがわかり、取り組みの機運が高まりました。そして社内外に対して健康宣言をしたことで、スタートしました。

### 集合できなくても出来ることを継続しました。

最初の取り組みは、担当者発信で毎週月曜日に、みんなでストレッチをやることから始めました。今では年齢層に合わせて内容を変えています。簡単なメニューから、中上級者向けの追加メニューもあります。やり方を詳しく聞いてくる社員も増えてきており、社員の行動・意識の変化を感じることが出来ました。アクサ生命の担当の方から毎月頂く健康情報も、社内掲示板に貼るだけでなく配布を続けたところ、「この内容をやってみます！」という声も聞け、行動変容を起こす社員が増えました。

### 大切な社員とその家族の健康とともに 会社も成長していきたい

健康経営の取り組みが徐々に浸透してきた頃、社員の働く環境整備に取り組むことにしました。現場から社員が戻ると、社内が泥だらけということが多く、「社内」での意識・行動が「仕事の成果」に表れないか心配しておりましたので、思い切って社内をリフォームしました。すると、「自分たちの職場は自分たちで綺麗にしよう！」という意識が芽生え、自発的に整理整頓・清掃をする社員が増えました。一日の中の「起きている時間」で考えた時、その大部分を過ごす会社での時間を今まで以上に充実させたいという思いでリフォームしたのですが、社員の仕事に対する意識、そして職場環境に対するお互いの気遣いについても、嬉しい変化が見られるようになりました。

### 今後の展望

企業としては、やはり長く存続していくことが大切だと思います。企業が長く存続していくためには、絶対的に「働く人」がいなければ成り立ちません。一緒に働くみんなの心と体の健康に対して、会社が出来るサポートをこれからも実践していきたいと考えています。多くの人々にこれからも「安心」と「安全」を提供していきます。より良質な仕事をするために、個人個人が将来への目標を持ち、それに向かっていく過程で自立した人間として成長出来る企業でありたいです。

NOHMI



新潟県  
新潟営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
樋口正仁氏

「信用第一」で、人を、社会を、豊かに結ぶ。  
「コミュニケーションを扱っている会社」だからこそ、  
これからも取り組みます

- 代表取締役社長 樋口正仁氏
- 本 社 所 在 地 新潟県新潟市東区船江町1-55-11
- 主 な 事 業 内 容 電気通信工事業
- 従 業 員 数 67名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 人手不足の時代だからこそ、 健康経営に取り組む必要を感じました。

従業員の勤続年数が長くなり、徐々に高齢になってきたのですが、健康に気を付けているのかと思えば、そうでもなく、何かしなければ、と思っていたところ、「健康経営」という言葉を聞いたのがきっかけです。

仕事上、災害や事故などが発生した際、危険な現場に行くこともあります。時には山の上の現場もあります。常に健康状態に気を配っておくことで、お客様との信頼関係向上にも繋がると考えます。今まで「健康」は個人個人が考えることだと思っていましたが、会社での取り組みを始めようと思いました。

### 今までやっていたことの延長線で、 まずは取り組みそうな活動から始めました。

弊社では朝と15時、1日に2回ラジオ体操を行っていました。健康経営の取り組みを始めてから、ラジオ体操を行う時に「あれ？今日あの人いないなあ。出張かな？それとも体調が悪いのかな？」など、これまで以上に社員同士が関心を持ち合う雰囲気を感じるようになりました。

以前から社内にマッサージチェアや血圧計等がありましたが、みんなが使いやすい位置に移動したところ、休憩時間の過ごし方も変わってきたように感じます。

### 毎日使うところを見直したことで思わぬ効果も

社内に設置している自動販売機は、砂糖含有量の多いものが中心でした。飲料のラインナップを見直したのと同時に、コーヒーメーカーを設置したところ、休憩時間にコーヒーを入れながら会話をすることも増え、社員同士のコミュニケーション作りにも一役買っています。

会話をすることで、お互いの少しの変化に気づくようになりました。「体調面」だけではなく「精神面」で気づいてくれるようになったのは大きいです。最近では、総務部門に対して、本人だけではなく、周りからの相談も増えてきました。

### 大切な社員。 今と将来の両面から成長出来る環境作りを。

従業員の方々には、健康で長く働いてもらいたいです。「信用第一」で堅実な仕事を続けるには、従業員が健康であり続けることが大切です。健康は自分で守るだけでなく会社もその維持の後押しをすることで、会社経営を左右するものだと実感するようになりました。

一緒に働くみなさんには、「この会社に来て良かった。」と思ってもらいながら、定年を迎えてほしいです。もし、定年を待たずに退職することがあったとしても、社会人として、どこに行っても通用する人になってもらいたいと思います。次の会社に行った時、「あそこの会社にいたから大丈夫！」と思ってもらえるような会社になっていきたいです。

### 今後の展望

福利厚生の一環で保養所と契約をしています。保養所で休暇を楽しんだり研修を行ったりと、みんなで工夫しながらコミュニケーションを深めることが出来る日が早く来ることを待ち望んでいます。

弊社は「電気通信工事業」を営んでおります。言わば「みなさんのコミュニケーションを扱っている会社」です。この言葉をキーワードに、従業員のために、会社のために、地域社会のために、これからは健康経営を通じ、様々なことに取り組みたいと考えています。



健康経営の取り組みを契機に社内をリフォームし、従業員がいつでも体を動かすことが出来る部屋を完備。エアロバイク・トランポリン・血圧計など、自由に使えるようにしてあります。

富山県  
高岡営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
上坂英伸 氏

社員さんの健康をサポートし、  
今後も一層健康経営への取り組みを実施していきます！

- 代表取締役社長 上坂英伸 氏
- 本 社 所 在 地 富山県南砺市小坂395
- 主 な 事 業 内 容 土木工事業
- 従 業 員 数 12名(男性:9名・女性:3名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康経営に取り組むきっかけ

以前よりアクサ生命の営業担当者より定期的な情報提供を頂く中で、健康経営の取り組みについて関心を持ち、これからの企業の発展には健康経営の取り組みが必要だと感じました。

また、社員の健康は会社経営の基本であり、社員が幸せになる会社作りを通じて社会貢献に繋がると考えており、従業員の健康に対する意識が低いと感じていた為、健康経営を推進することにしました。

## 感染症への対策

新型コロナウイルス感染症の影響の中、社員全員にコロナ感染症の教育機会を設けました。今まで対面だった講習会がオンラインでの講習会に移行してきた為、自社でのオンライン研修室を設け一人ずつ研修を受けられるようにしました。また、コロナ感染症予防に向けた取り組みとして屋内にアルコール消毒及び検温器・マスクを常備し、屋外にも消毒ボトルの設置をしました。

もしも社員(家族)に感染症疑いがあった場合の対応マニュアルを自社独自で作成し、社員へ配布及びお客様がいつでも閲覧出来るように社内に掲示しました。

## 健康経営の全社的な取り組み

健康経営の取り組みにおいては、アクサの健康経営アドバイザーの方にコンサルティングいただき、何から実践すれば良いか明確なプランを頂きました。まずは無理な目標を立てず「スモールチェンジ、出来るところから」を着手しました。

毎日、日常会話などのコミュニケーションを通じて社員の健康状態を把握することから始めました。また、社員にスマートウォッチを配布して睡眠時間、歩数計の管理、健康アンケートアプリを利用し、毎朝、社員とその家族の健康状態を把握出来るような体制を構築しました。

## 今後の展望

社員が働きやすい職場環境づくりを通して心身ともに健康で、良い仕事が出来ることが企業の業績にも繋がり、社員の生活が豊かになると考えます。

健康経営の実践は、社員の健康と安全は企業の根幹であり、企業存続と発展には欠かすことの出来ないことで有るので、健康経営を軸として社員満足度を高め、長く健康で勤められる企業を目指します。

## 健康経営に取り組んだ結果

社員一人ひとりが自身の健康への意識向上を図ることができ、健康経営を一つのキーワードとして社員同士共通の話題となり、会社での人と人との関わりが深くなりました。会社の風通しが良くなることで、社員一人ひとりが自発的に業務遂行出来るようになり、社員幸福度も上がり、活気に満ちた職場に変わってきました。

健康コーナー設置  
(健康グッズ、各種測定器具常設)無農薬野菜の収穫祭、  
試食会を通じて健康意識向上オンラインによる  
健康セミナー実施

石川県  
金沢営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
萩野充弘氏

社員一人一人が「心・技・体」を極める健康経営を！

- 代表取締役社長 萩野充弘氏
- 本 社 所 在 地 石川県小松市泉町14
- 主 な 事 業 内 容 塗装工事業
- 従 業 員 数 20名(男性:17名・女性:3名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 人間尊重で未来を切り開く企業に。

私が入社した当初、当社の現場はいわゆる昔ながらの職人の世界でした。ベテランの職人は仕事は見て覚えるべきと考えていたので、新人は仕事で分からないことがあっても、誰にも教えることができなかったのです。

建設業では現在でもこのような現場は多くあります。

しかし、私は若手とベテランが円滑にコミュニケーションをとることができるようにならなければ、当社はこれからの時代を生き残っていけないと確信していました。昔ながらのやり方を今の若手に強制しても、今の若手は付いてくることはないため、会社を今後背負っていく人材が育たないからです。そこで、社長になってまず取り組んだことは、若手やベテランを問わず、社員一人一人と面談を行うことでした。持続可能な企業であるために限りあるお金と時間でどうコミュニケーションを強化していくかを把握するために、社員一人一人と面談を行いました。職人に耐えることを覚えさせるやり方ではなく、働く環境を変える必要性を感じました。先輩、後輩に関わらずお互いが教え合える環境を作ること、個々がどのような考えを持っているか、みんなで共感理解を深めることがよい経営にも繋がると感じました。

『石川県で一番コミュニケーションがとれる企業』を目指していきます。

## 男性中心の企業から女性も働きやすい企業に

職種上、どうしても男性中心の職場のため女性が働きやすいとは言えない環境でした。女性特有の健康課題に対応し、婦人科健診の実施や生理休暇、育児休暇の取得を実施し、理解と周知徹底を行っています。欠勤者がいても他者が仕事をカバーできるようにリモート環境の構築や女性社員用のLINEのアカウントを作り柔軟なコミュニケーションをとれるようにしています。また事務職ならではの肩こりやむくみを改善してもらうために、出張マッサージを行いリフレッシュに繋がっています。今後は女性の職人も積極的に採用していきたいので、より快適な環境に整えていきたいです。

## 職人の技術を最大限に発揮させたい。

若手が集まらない理由として、建設現場のツラさが挙げられます。一つは、休みが少ないこと。そこで建設業では数少ない『週休二日制』の導入をいち早く取り入れました。若い職人は休日がほしい、ベテランの職人は働きたいという要望に応えるべくそれぞれの意思を尊重しました。休日出勤をした社員にはベースアップを図ることによって従業員の満足度を上げています。

また、体力の負担を軽減するアイデア商品を取り入れて検証しています。特に夏場は熱中症対策としてサプリメントの提供や空調服の支給等で少しでも業務の効率の向上や肉体的な負担に配慮できるようにしています。社屋にシャワー施設やトレーニングジムの完備で社員が快適に、体力を増強できる環境にしています。

## 今後の展望

健康で長く働ける環境を整えることはさることながら、退職の多くの原因が人間関係ということでした。

『離職率ゼロの会社創り』を目指すためには誰もが欲しがるとコミュニケーション力を高めることが重要だと思っています。毎日顔を合わせる朝礼の時間を活かして社員同士、意思疎通を図っています。強い会社というのは経験と知識を持った職人だと思っておりますが、そのためには若手に丁寧に教えながら生産性を上げていくことが大切です。ベテラン社員の手を止める時間が増えれば生産性が下がるのも当然です。その時間をいかに少なくして若手を教え繋いでいって健康経営を通して実践していきたいです。

コミュニケーションの一環として  
社員の日々の活動や社内情報を共有社内にトレーニング  
施設を完備

福井県  
福井営業支社Voice Report  
100th会頭  
稲山幹夫氏

「会員企業、地域経済の発展」を実現するために健康経営に取り組む！

- 会 頭 稲山幹夫氏
- 本 社 所 在 地 福井県大野市明倫町
- 主 な 事 業 内 容 総合経済団体
- 従 業 員 数 15名(男性:6名・女性:9名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 会員企業の発展のため、率先して健康経営への取り組みを始めました。

協会けんぽ様より2019年から健康経営の話聞いておりました。

協会けんぽ様やアクサ生命様からも健康経営が重要なことの一つとの後押しもあり、当所がまず取り組むことで、会員企業の発展のために経営指導の一つにもなると、健康経営への取り組みを始めました。

また関係団体との連携を図り、健康経営を推進することで、大野を盛り上げていくPRにもつながるのではないのでしょうか！



### まずは取り組みそうな活動を！

コロナ禍の中で、職員が全員取り組みそうなことから活動していきました。

健康診断100%受診から再検査の指導があった職員には、必ず再診するように専務理事から声掛けを行いました。

また、インフルエンザ予防接種の実施や館内禁煙の実施のため喫煙所を撤廃しました。禁煙の効果は大きく、思いのほか早く喫煙者が減りました。

第1、第3金曜日は、ノー残業デーとして、朝礼時に担当者より報告とホワイトボードに案内を行っています。

ラジオ体操1級インストラクターを講師に迎えた、正しいラジオ体操講座や、市内を自転車でリレーするサイクリングイベントやセミナーなど健康をテーマにした行事も開催してきました。



### 健康習慣アンケートで課題が見えた！

アクサ生命様の健康習慣アンケートで、職員の課題を把握することができました。そこからの取り組みにも食生活改善におけたアプリであったり、資料の提供を受けたりと、認定にむけてもフォローがあって助かりました。

コロナ禍の状況でなかなか計画通りには開催できないこともありますが、セミナー、勉強会などアクサ生命様、協会けんぽ様と連携して、職員の心と身体の健康づくりに向けた対策を行っていきたいと考えています。

### 今後の展望

まずは、会議所職員が会員企業の模範となるよう今後も健康経営に取り組み、会員企業が発展していくために、アクサ生命様と一緒に健康経営を進めていこうと思います。

2020年9月健康セミナー実施  
テーマは「血管年齢について」

福井県  
福井営業支社



社名の一部「HUG:ハグ」とは「抱きしめる・握手する」という親しみと感謝を表現する言葉！

- 代表取締役社長 重久能輝 氏
- 本 社 所 在 地 福井県福井市下河北町19-8-1
- 主 な 事 業 内 容 眼鏡関連商品の企画販売及び輸出入
- 従 業 員 数 30名(男性:16名・女性:14名)

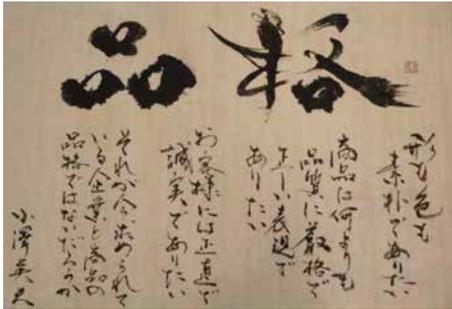
健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

Voice Report  
100th

## お客様の満足が私達の最大の喜び！

社名の一部に掲げた「HUG:ハグ」とは「抱きしめる、握手する」という親しみと感謝を表現する言葉です。弊社はこのハグの精神「お客様の満足が私達の最大の喜びです」を理念とし皆様方と心の通った積極的な「ハグ」を実行します。



創業者・現取締役会長 小澤英夫氏の想い

## 主な取り組み②

コロナ感染症に対しての対策を始めとして  
 :年次有給休暇(年5日間)完全取得  
 :コミュニケーション活性化のための社員旅行  
 :コミュニケーション活性化のための定期的懇親会実施  
 :保養施設の(割引)利用推進  
 また、  
 :健康体操(講師を招いて)  
 :妊婦・産休育休復帰者への職場環境づくり  
 などを実施しております。

## 新たな取り組みの検討

:定期健康診断オプション検査の補助追加  
 :パート社員も生命保険・団体定期への加入  
 :レクリエーションの開催/外部健康セミナーへの参加  
 :喫煙者への禁煙勧奨(受動喫煙対策強化)  
 :長時間労働対策(業務分担の見直し)  
 などに取り組み、従来以上に健康の促進に努めてまいります。

## 主な取り組み①

- 【健康補助】  
 :定期健康診断(生活習慣病健診含) 100%推進  
 :インフルエンザ予防接種100%接種/費用半額会社負担
- 【あんしんサポート】  
 :生命保険/団体保険加入による治療費金銭補助

## 企業価値の向上

以前、社員の入院・交通事故が起き、改めて健康の大切さ・重要性を認識しました。取り組むことにより、健康な社員が増え、仕組み化することにより、多かった残業も減らすことができ、企業価値の向上にも役立っていると思います。



健康体操受講風景



長野県  
長野営業所Voice Report  
100th経営企画本部 本部長  
夏目慶太郎 氏

「人間尊重」に基づき、社員一人一人が活発に働ける環境づくりを目指し健康経営を実践します！

- 代表取締役社長 夏目 潔 氏
- 本 社 所 在 地 長野県長野市アークス12-12
- 主 な 事 業 内 容 販促品・紙製品・包装資材・ユニフォーム等  
企画販売
- 従 業 員 数 27名(男性:23名・女性:4名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 商工会議所・アクサ生命主催セミナーに参加し、健康経営に取り組む必要を感じました

2年程前に開催された、長野商工会議所・アクサ生命主催の「健康経営セミナー」に参加し、弊社には経験の少ない若手から70歳近いベテランまで幅広い年齢層の従業員がいるため、心身とも健康で長く働いていただくために、健康経営の考え方が必要であると強く実感致しました。特に心の部分のケアも重要であると認識しており、社内外で相談できる仕組みをしっかりと作ることからスタートを切りました。

### 「健康経営実践プログラム」から、取り組めることを実践していきま

健康経営を始めるにあたり、「健康経営実践プログラム」に沿って進めていきました。Web健康習慣アンケートを実施し、従業員の生活習慣の課題を確認し、心の面では社内の相談窓口を作り、アクサ生命の「サポートパッケージ」で利用できる、「メンタルサポートサービス」の活用を周知しました。

健康診断の100%の受診は当然のことですが、二次検診も該当者には担当者から一人一人に受診勧奨を指導しております。喫煙については屋内完全禁煙とし、屋外においても分煙を徹底しております。喫煙率低下に向けた取組も今後実施していく予定です。

その他の取組としては、食堂の前に「体組成計・体脂肪計」「血圧計」「除菌グッズ」を置きました。また、コピー機の前には「ストレッチ」に関する掲示物を張り、更に毎週の朝礼で、健康習慣についてのワンポイントアドバイスも話すようにしております。

### コロナ禍だからこそ、コミュニケーションをより大切にしています

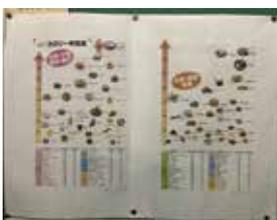
弊社では毎年「長野びんずる」(8月第1週週末に行われる市民参加型の夏祭り)に第1回目から参加したり、卸業者で形成されている長野アークスという団地内で年1回開催されるソフトボール大会やバーベキュー大会に参加してコミュニケーションを大事にしてきました。コロナ禍においては、朝の挨拶を徹底したり、体調不良などで休暇を取る際は全部署で協力し合い、取得しやすい環境を作るなど、これまで以上にコミュニケーションを大事にしております。

### 現状の課題と今後の展望について

心身とも快活になっていただくために健康経営に取り組んでおりますが、会社のためではなく、本来は社員一人一人の家族のためにも取り組んでもらいたいと考えております。現状ではじわじわと浸透してきておりますが、やらされて行うのでは勿体なく、従業員に心の底から自発的に健康経営に参画してもらえるようになることを目指しております。



団地内のイベント参加の様子



社員へ周知するための掲示物・「体組成計・体脂肪計」「血圧計」「除菌グッズ」

長野県  
松本営業所Voice Report  
100<sup>th</sup>代表取締役社長  
百瀬友志紘 氏

「素直に、誠実に、正直に。」

- 代表取締役社長 百瀬友志紘 氏
- 本 社 所 在 地 長野県松本市女鳥羽1-8-5
- 主 な 事 業 内 容 電気工事業
- 従 業 員 数 23名(男性:19名・女性:4名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康経営優良法人認定取得のきっかけは・・・

松本商工会議所様の紹介によりアクサ生命保険様から健康経営優良法人認定についてのお話を頂きました。前向きな取り組みと捉え、アクサ生命保険様から適切なアドバイスを得ながら、今年初めて健康経営優良法人認定を受けることが出来ました。

## 取り組み内容

- ①ケガ・疾病・コロナ等ウイルスに対する医療保険へ全員加入
- ②毎年社員全員人間ドック受診
- ③喫煙場所を外部に設置し禁煙啓発
- ④社内各所に医療用物質生成器等の設置
- ⑤弁当・飲み物・ケーキ等を支給し、従業員の心身のケア



滝風イオンメディック

## 健康経営優良法人認定取得の効果

健康経営優良法人認定を取得する取り組みにより、多方面から健康を考えることができ、このコロナ禍の中、更に健康な身体でいなければという大切さを一人一人緊張感を持ちつつ学ぶことができました。「健康経営」「多様性の推進」「これからの働き方改革」と三位一体の取り組みで各々の意識向上、なお且つ生産性の向上を実感しています。そして、このようなことが会社の価値向上へ繋がっています。

## 新社長の想い

社員全員の健康が会社経営における生命線であります。皆が大病しないよう早く気づいて悪い所を摘み取る役割を達成できる会社を築いていきます。「素直に」「誠実に」「正直に」創業してきた100年以上の歴史に健康経営の取り組みを刻んでいきたいと思っています。



エコキョーちゃん ふれあいキョーちゃん 施工・安全キョーちゃん

長野県  
松本営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
中條眞一 氏

## 「夢と元気を与え続けるイベント創造企業」

- 代表取締役社長 中條眞一 氏
- 本 社 所 在 地 長野県松本市野溝木工1-2-34
- 主 な 事 業 内 容 総合広告業(各種広告媒体、イベント企画管理、サインディスプレイ)
- 従 業 員 数 14名(男性:11名・女性:3名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定

## 健康経営優良法人認定取得のきっかけは？

仕事柄、人と人とのコミュニケーションをモットーとする弊社は、従業員が心身共に健康であることが会社の発展に繋がると考えており、従来より健康管理を徹底して行ってまいりました。

そんな折、松本商工会議所を通じ、アクサ生命様より、健康経営に取り組んで、優良法人認定を受けてみたらと勧められ、取り組んだ結果、2020年、2021年と連続して、健康経営優良法人の認定を受けることができました。

## 毎年、従業員全員が人間ドックを受診

弊社は、健康経営に取り組む以前から、社長の考えの基、従業員全員が毎年人間ドックを受診しております。

受診費用は、もちろん全額会社負担です。

人を大切にする・環境をつくる弊社の理念が表れている一つだと思います。

## 現状把握が大事!

昨年度におこなった生活習慣アンケートでは、食べ物に関し無関心な従業員が過半数を占めていることが判明、食べ物のカロリー・減塩・効果的な摂取方法等の情報を資料提供してきました。

今年の生活習慣アンケートでは、機能性飲料や栄養ドリンク等砂糖入りの甘い飲み物を好む従業員が5割以上いることが判明。甘い飲み物を飲む機会を減らすために、休憩室などにお茶やお湯を常備し、無糖飲料等の提供を行いました。

## 従業員の意識・行動に変化はありましたか？

まずは、健康経営に取り組むことで、経営者側の意識が大きく変わりました。

そして、毎年、生活習慣アンケートを実施したことにより、現状を再確認することができ、従業員の改善への意識が、徐々に高まってきているように感じます。

## 今後の展望

コミュニケーションビジネスのパイオニアとして、地域社会を活性化させられる存在でなければいけないと考えております。

そして、その思いを実現するために、従業員とその家族を大切にしたいと考えています。



岐阜県  
岐阜営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
岡本友二郎 氏

社員の“幸せ・生きがい”をどこまでも追求する会社へ

- 代表取締役社長 岡本友二郎 氏
- 本 社 所 在 地 岐阜県関市桃紅大地1
- 主 な 事 業 内 容 機械要素部品製造業
- 従 業 員 数 430名(男性:274名・女性:156名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 社員の“幸せ”は職場環境から創る

我が社の社風を“幸せ・生きがい”とし、1560年より続く462年の歴史の中で培ってきた「匠」と時代のニーズを捉えた「新しい価値」を追求しております。ものづくりへの拘りはもちろん、ワークライフ・バランスの推進にも尽力しております。健康経営もその中の一つで社員が健康である事が“幸せ”に繋がり、社員の“生きがい”となってくれと信じ、取り組みをしております。

### 職人気質と時代のニーズを共存させる

我々はものづくりの会社ですから、昔ながらの「職人気質」の気持ちを忘れず、皆がものづくりのプロとして勤務してくれております。ただ、昔と違う点は、働き方改革の時代で求められるニーズを満たす為、有給休暇の促進や時短勤務、テレワーク、介護休暇なども促進しております。コロナ禍においても、社員の皆が柔軟に対応してくれているおかげで特に問題点もなく、会社を稼働させることができしております。

### 社員からの要望を尊重して様々な施策を実施

経営陣、社員の垣根をなくすため、社員の考えた施策をこれまでも取り入れて参りました。

- ・ 会社敷地内でのフィットネスジム管理
- ・ サークル活動への支援金(10前後の活動を支援)
- ・ 資格補助、社内セミナー
- ・ 社員食堂における半額補助

これらの取り組みは社員の皆からの案を実現した主な例です。今後も社員の思いを反映することで働くことに“生きがい”を感じてもらえたらと思っております。

### 働きやすい環境作りの為に

3K(きつい・汚い・危険)の代表とも言われる鑄造工程ですが、弊社は巨大な集塵機を3台設置し、明るくきれいな職場環境を実現しております。きれいな工場を意識して頂くため、工場内には絵画を飾っております。また、最近では「メンタルヘルス不調」という言葉をよく耳にしますが、当社としても対岸の火事ではないと認識しております。社員の心のケアをする事も会社としての重要な責務であると考え、産業医との面談やハラスメント研修などを実施しております。

### 当社で働くことが“生きがい”になる事を願って

様々な取り組みを行う中で、健康である事は全ての根源であると考えます。この健康経営という取り組みによって、当社で勤務をしている皆が誇りを持って仕事に取り組むことができる様、会社全体として今後もサポートをして参ります。今後は社員の評価・報酬制度の見直しや優秀な人材育成にも力を入れ、社員の皆が幸せになり当社においても永続的に発展できる会社となる様取り組んで参ります。



社内にあるフィットネスジム



鑄造ライン(美濃工場)

岐阜県  
岐阜営業所Voice Report  
100  
th代表取締役社長  
高橋伸治 氏

## 「従業員の笑顔の為に」会社が運ぶ社員健康

- 代表取締役社長 高橋伸治 氏
- 本 社 所 在 地 岐阜県岐阜市柳津町流通センター1-12-4
- 主 な 事 業 内 容 鋼板非鉄金属卸売業
- 従 業 員 数 58名(男性:46名・女性:12名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## “健康経営”は従業員の笑顔に繋がると確信

日頃より、「従業員が笑顔で働くことができる職場作り」に取り組むをして参りました。しかし、最近では働き方改革もあり、従業員の皆との関わりが薄くなる懸念を抱いております。

そんな折にアクサ生命の担当者より“健康経営”の話を頂きこれなら「社員の笑顔を見ることが出来る！会社で一丸となる事ができる！」と思い、これまでも行っていた健康に関する取り組みを形にする事で、従業員の働きやすい環境作りの強化を始めました。

## 今後も従業員へ思いを伝え続けていきます

多くの方においてこの健康経営を通じて意識の向上、行動の変容が既に始まっております。コロナ禍においても感染対策をしながら昼休みにウォーキングをしている姿を見て、少しずつ形になってきていると感じます。

今後はまたコロナ禍以前の様に様々なイベントの開催を企画しているところですので、従業員の参画意識を向上していきたいような企画をしていきたいと思っております。

健康経営においては永続的に行っていく事が重要であり、我々経営層からの発信を継続して参ります。当社に関わる皆様が健康で幸せになれるように。

## 従業員の本音に耳を傾ける事ができた！

アクサ生命のサポートを受けることで活用できる健康習慣アンケートは健康についてだけではなく、仕事へのやりがい、仲間との関わり方など、普段面と向かって聞けない従業員の本音を知る良い機会となりました。

「健康」における取り組みは全員が共有しやすいものでもあり、1人では取り組みづらい為、朝礼や会議でも触れることによって、役員・社員が一丸となれる良い働きであると実感しております。



朝礼時のラジオ体操の風景

コロナ禍以前に実施の  
ゴルフコンペ

## 大切な従業員とその家族の幸せの為に

わが社においては「周年イベント」を行っております。これまでは周年パーティーにおいては取引先をメインとしたご招待をしておりましたが、60周年記念の際には思い切って従業員のご家族を招待致しました。

普段お会いする事の出来ない従業員のご家族へ日頃の感謝の気持ちを直接お伝えしたいという思いでした。

また、従業員の皆においてもこのイベントを通じて新たな気持ちで仕事に取り組んでもらえたらと思い、開催致しました。



設立60周年記念パーティーの様子

岐阜県  
岐阜営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
小林一彦氏

「社員の健康とコミュニケーションの促進が大切である！」

- 代表取締役社長 小林一彦氏
- 本社所在地 岐阜県関市池尻897-5
- 主な事業内容 金型設計・製作・射出成形(プラスチック)
- 従業員数 20名(男性:16名・女性:4名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021認定

### 企業理念「すべてはお客様の笑顔のために」を実現

【すべてはお客様の笑顔のために】という企業理念を実現するためには、「社員の健康とコミュニケーションの促進が大切である。」と考えています。  
健康維持・増進につながる様々な取り組みを実施していきます。

### 健康づくりや生活習慣予防のための講話と「SATシステム」を受講

市役所と保健所の方に来ていただき、食品サンプルを使って、いつもの食事のバランスを評価していただきました。『塩分の取りすぎ』や『炭水化物の少なさ』を実感できました。食生活の改善に向けたヒントをいただくことができました。



### 運動講座の実施(ストレッチ)

協会けんぽさんの委託事業『職場における運動講座』を利用して、肩こり・腰痛予防改善体操を外部の講師に来ていただき全員で受講しました。  
運動の機会と適切な指導を受けることで、健康増進とリフレッシュができました。



### 岐阜県・関市のウォーキング事業参加で健康維持！

2020年夏より、社内で万歩計を全員に配布して歩数を毎月競っています。  
昨年の関市役所市民健康課主催の『チーム対抗ミリオンウォーキング』に、当社では3チームが参加しました。77チーム参加する中、社長を含むチームが2位を受賞しました。記録は2,740,743歩(5名合計)でした。  
社内でも毎月記録を掲示して競い合うことで、コミュニケーションが増えて仲間意識も高まっています。これからも万歩計を意識して、みんなで健康維持を続けていきます。



### 「からだデリ弁当」・インフルエンザ予防接種料全額会社負担で事前に予防

昼食のお弁当を、日本人の食事摂取基準2020年版に準拠し、医療機関の献立を活用した日替わり弁当を選択できるようにしました。  
塩分2.3g未満で、たんぱく質と野菜を増やしたメニューです。彩りも良く、レモンや酢・カレーなどを使い変化のある味付けで、女性からとても人気です。  
また、感染予防として「インフルエンザ予防接種」の全額会社負担など、お客様にご迷惑をお掛けしないよう事前防止に努めております。

### 今後の取り組みと展望

生活習慣病などによる重症化予防が課題であると考えており、運動奨励活動の実施と、保健所による研修「カロリー・減塩等について」積極的に受講する機会を増やしていきます。



岐阜県  
飛騨営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
高橋厚生 氏

社員の幸せ、会社としての一体感に繋げていきたい

- 代表取締役社長 高橋厚生 氏
- 本 社 所 在 地 岐阜県高山市西之一色町3-450-2
- 主 な 事 業 内 容 建設業
- 従 業 員 数 28名(男性:25名・女性:3名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### BCPの話が出てきた際に社内のリスクとして社員の体調管理を意識しだした

業界内でBCPの話が出てきた頃に社内のリスクとして社員の健康状態を意識し始めました。また、昨今のコロナ感染対策も意識を高める要因の一つにはなっています。最初は周りから健康経営という言葉が聞こえてきましたが、最終的にアクサ生命からの話を聞いて取り組みを始めることになりました。

### お互いの健康状態を管理！

チームで行う仕事ですので、社員同士でも健康状態を把握する意識を持ってもらっております。実際に同僚の体調不良に気付いた社員が情報を共有し、未然に事故を防げた事例もありました。社員の中には、責任感から自分では体調不良を言い出せない者もあり、自分だけでなく仲間の健康も意識していくことはチームとして円滑に仕事を進められる取り組みと考えております。

### 有給休暇取得促進には力を入れています

社員からの「親の通院の支援をしたい」という言葉から会社として有給休暇取得促進に取り組みました。社員が休暇申請をだしやすくするために、取得理由は詳細に記載せず「私用」とし、取得残日数も給与明細に表記をするようにしております。最初はどのようにして有給を取ればいいのかわからない社員もいる中、取り組みを始めたことにより現在は70～80%の有給消化率にまで引きあがりました。また、休暇取得により社員それぞれが地域イベントなどへ積極的に参加するようになり、地域活動への参画意識向上にも繋がっているようです。地域との繋がりはとても大切な事なので、良い結果に繋がったと思っております。

### これからの課題と感ること

社員の健康作りを取り組むにあたり、どこまで踏み込んでいいか難しく感じている所です。健康診断結果からの再検診の取組など、仕事に直結する部分なので重要な取組ではありますが、年齢などによって個人情報やプライベートな部分の考え方が違うので、今後は慎重に取り組みを進めていこうと考えております。

### 今後の展望

社員にとっての会社の在り方は変化してきています。様々な考えを持つ社員がいる中で、健康経営の考え方は社員が総意で会社へ求めるものの一つになるのではないかと思います。健康管理を会社として推進することで、健康維持そして安全な業務遂行に繋がってきております。これが社員の幸せにもなり、会社としての一体感をより一層出せていけたらと思います。



安全大会での一場面

愛知県  
名古屋営業所代表取締役社長  
小嶋貴満 氏

社員満足を実践し、「豊かな心」で支えてくれた「お客様へ恩返し」

- 代表取締役社長 小嶋貴満 氏
- 本 社 所 在 地 愛知県名古屋市守山区小幡太田15-20
- 主 な 事 業 内 容 給排水設備工事業/不動産事業
- 従 業 員 数 45名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定Voice Report  
100th

## 「健康経営」への取り組みのきっかけ

当社は、住宅の給排水設備のプランニング、施工、役所申請業務、公道工事・舗装を主な業務として行っている会社です。「3K」と一般的に言われ、離職率が高く、また採用が厳しい業界に属しています。当社も以前は例外に漏れず、人材の確保に苦勞をしていました。

そのような状況でしたので、5年程前から労働環境を改善したいという思いから、「ワーク・ライフ・バランス」の良化に真剣に取り組むことを決意しました。その取り組みを行っている中で、懇意にさせて頂いている企業が、「健康経営」を実践されていることを知り、興味を持ったのがきっかけになります。

## 具体的な取り組み事例

プライベートと仕事の両立を目的に、仕事の仕方を徹底的に見直しをしました。

### ■業務内容の見直しによる効率化、負担軽減

業務の内容を箇条書きにすることから始め、無駄が何処にあるのか、一人に特定の業務が偏っていないか等を従業員と一緒に議論をしました。また、独自の工程管理システムを開発して、効率化と同時に生産性の向上につなげました。

### ■週休2日の導入

この業界では、休みは不定休なのは当たり前で、現在も多くの企業がそのような状況です。新築工事に多くの業種が関わり、天候にも左右する中で、当社でも、工期内に納めるためにと一生懸命携わるがゆえに心身が疲弊していたのも事実です。

当社では変革の為、従業員と土日休暇を実現させる為に議論を沢山しました。そして、取り引き先企業に理解をしてもらうことが実現には重要であることから、元請け会社へ丁寧に説明を行いました。

反対をされ取り引き解消に至った元請け会社もありましたが、変革へのチャンスを与えてくれた元請け会社も多く、私たちの成長で恩返しをしていきたいと思っています。

また、売り上げを落とすことなく、変革を実現できていることについては、従業員一人一人が主体的意識を持ち、工夫を重ねてくれた結果だと確信しています。

## 取り組みによる効果

当社は女性の割合が高く、平均年齢が35歳と若いことから、仕事を継続していくにあたって、育児との両立が出来ることがとても大切なこととなります。働き易い職場を実現することで職場の雰囲気も良く、離職率は大きく改善しました。また、従業員から採用候補者として、大切な兄弟や友達を紹介してくれることも増えるようになりました。

## 今後、取り組んでみたいこと

今は新型コロナ感染予防の観点から中止している取り組みとして、年に4回、丸一日を費やしてコミュニケーションを深める全体会議を行っていました。会議時間の前半は、会社の業績に関する進捗報告や業務改善への意見交換をし、後半は、人間力を高め、豊かな心を育てることを目的に外部講師を招いてのワークショップを開催し、自分自身や同僚を知る場や家族や趣味について話をする時間として取り入れています。4年間続けたところ、皆が積極的に話をするようになり、共に学ぶ貴重な時間として楽しんで参加する会議になりました。最近では「早くまた開催してほしい」と嬉しい言葉ももらえています。以前のように集まれるようになったら、再開したいと思っています。



独自開発システムの活用



外部講師を招いてのワークショップ

愛知県  
名古屋営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
坂口 守氏

プロフェッショナルな少数精鋭により、オンリーワンを目指します！

- 代表取締役社長 坂口 守氏
- 本 社 所 在 地 愛知県名古屋市守山区幸心3-831
- 主 な 事 業 内 容 ダンボール製造機の製造
- 従 業 員 数 14名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定

## 「健康経営」への取り組みのきっかけ

当社は、ダンボール製造機に関する機械の製造をしています。従業員14名と少数ですが、経験に裏打ちされた高い技術力を持ち、顧客の要望に柔軟に対応が出来る精鋭集団であると自負しております。その為、従業員こそが会社の財産であると常に考え、人材教育など様々な取り組みを行っていました。

そのような中、たまたま当社の取引先で、「健康経営優良法人認定」の証書を掲示されている企業があり、関心を持ったのが健康経営を始める切っ掛けとなりました。その企業は、とても従業員を大切にしている企業であったので、この企業がやっているのであれば取り組む価値があると思ったからです。

## 具体的な取り組み事例

従業員自身に健康に対して意識を持って欲しいので、健康診断による現状把握が大切だと考えています。

受診率は100%であり、協会けんぽから提供される健康診断結果の分析等も利用しながら各人の健康状態を把握しています。

特定保健指導を職場内で勤務時間に実施をしており、昨年は2名の従業員が利用をしました。

その他には、超過勤務に該当した従業員への面談など、健康への「予防」を意識した取り組みを行っています。

また、コミュニケーションは大事なので、社員旅行等もイベントも開催をしています。昨年は新型コロナの関係で、残念ですが取り止めとなってしまいました。今の環境下で出来ることをと考え、会社でイベント用のお弁当を用意しました。従業員が喜んでくれて、会話の切っ掛けに繋がればと思います。

健康経営の取り組みとして思っているのは、まずは実践してみる。そして、歩みを止めないことです。取り組みを始めて2年が経ちましたが、継続することで気付くことも沢山あります。

## 今後の課題

情報発信をこれからしていきたいと思っています。例えば、採用等にも活かしていきたいです。ハローワークの求人欄には、「健康経営優良法人認定取得」を記載していますが、今のところ効果は出ていません。

多くの人に当社の取り組みを知って頂きたい。ですが、まだ此れからの状況です。新聞やホームページでの掲載を考えたますが、効果的な情報発信の方法についての情報提供を頂けると嬉しいですね！

## 今後、取り組んでみたいこと

従業員のメンタルケアの充実が必要と考えています。今までは幸いにして、従業員から相談があり、未然にケアを行うことができています。ただ、会社では相談が出来ないようなこともあると思います。そういった場合に、相談窓口があれば、抱え込んでしまいメンタル不調を起こすことを未然に防ぐことも出来るのではないかと考えています。



創立60周年での社員旅行A班「石垣島」

愛知県  
名古屋営業所

Voice Report  
100th  
The Interview



代表取締役  
山田義一氏

人と人とのつながりを大切に、女性が活躍できる環境を作っていきたい！

- 代表取締役 山田義一氏
- 本社所在地 愛知県日進市米野木町丁田121-2
- 主な事業内容 住宅設備機器販売及び取付
- 従業員数 15名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021認定

## 女性が活躍できる職場環境の整備

当社は、マンションなどの集合住宅を中心に、ユニットバス、キッチン、トイレなどの水回り品を販売取付及び取替やリフォーム工事を行っている会社です。

創立45周年を迎え、過去には大きな経営危機を幾度も乗り越えてきました。その中で常に大切にしてきたのが、「人と人とのつながり」です。今では経営も順調ですが、危機を乗り越えてこれたのは「周りにいつも助けてくれる人がいたから」だと思っています。

また、先代の社長は「女性を辞めさせない会社でいたい」と常々言っていました。実際に女性の従業員は長く勤めてくれており、とても優秀です。しかし、建設業界全体を見ると、まだまだ女性が現場で働くには難しい業界だと感じています。そのようなことから、「女性が働きやすい環境を作っていこう！」と育児休暇制度・介護休暇制度などを推進するようになりました。

## 具体的な取り組み事例

「健康経営」を始めたのは、当社の取り組みが健康経営と多く重なっており、「外部に発信してみても！」とアドバイスをアクサ生命の担当者から提案を受けたのがキッカケでした。

健康経営を始める前から、育児休暇制度や介護休暇制度を設けていました。制度の利用を促す為、退職前の役職を保障することを伝え、いつでも戻って働くことができる安心感を従業員に感じてもらえるようにしています。また、同取り組みにあたってはコンサルティング会社も入れて、助成金を積極的に活用しています。

その他には、病気の予防として、健康診断の受診率(100%厳守)を以前から意識して取り組んでいます。毎年、従業員だけではなく、下請けの方も一緒にバス検診を実施しています。また、業務災害や賠償責任は下請けまで全て保障を行い、治療と仕事の両立が図れるようにしています。

病気の予防、治療、そして治療をしながら働ける環境(共生)を整えることは安心して仕事をしてもらう為に大事だと考えています。

## 今後、取り組んでみたいこと

新型コロナウイルス感染症により、以前に行っていたイベントである地域のお祭りへの参加や社内でのゴルフ大会、懇親会などのコミュニケーションの場が設けなくなっています。今年は状況を見ながらにはなりますが、そのような機会を再び行っていきたいと考えています。

また、スポーツジムと会社が契約を交わして利用を出来るようにしていますが、徐々に利用者も減っており、皆が利用できるような取り組みがないかを検討しているところです。

そして、今年度の課題として取り組んでいきたいのが「受動喫煙対策」です。健康を考えると全員禁煙が望ましいですが、直ぐには出来ないの、まずは受動喫煙対策の徹底を行っていこうと考えています。屋外で喫煙スペースを設けてはいますが、少なからず煙は漏れてしまいます。そこで、喫煙ルームの設置を検討しています。

最後に、SDGsの登録を2021年に行いました。外部へ積極的に発信をすると共に、これからも地域社会に貢献できる企業を目指していきたいと思っています。



地域社会への参画  
「お祭りの参加」



コミュニケーション  
「社内ゴルフ大会」

愛知県  
安城営業所右:代表取締役社長 小野寺敬子 氏  
左:久野佳子 氏

## 「人財」をよりすばらしい財産に！

- 代表取締役社長 小野寺敬子 氏
- 本 社 所 在 地 愛知県碧南市三宅町
- 主 な 事 業 内 容 老人福祉事業
- 従 業 員 数 32名(男性:4名・女性:28名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2018・2019・2021 認定Voice Report  
100th

## 経営理念「人財が財産に」

介護事業は、兄が突然亡くなってショックを受けた両親の面倒を、自宅みていくことになったのを契機として、2000年に起業しました。その際、経営理念を策定するにあたり、地域の中で根を張りたい、地域の人達に気軽に立ち寄ってもらえる事業所でありたい、職員が自慢できる事業所になりたい、と願い、いつの間にか「人財」の二文字が自分の中でできあがり経営理念に致しました。「人財の財の字が間違っているよ」と多くの人に指摘されましたが、笑って流しました。月日が経って人財が財産になりつつあります。

人手不足の解消と定着率UPのため  
健康経営を

健康経営優良法人の制度を知ったのは協会けんぽより紹介を受けたことがきっかけです。すでに実施していることが多いので、スムーズに申請できると判断しました。介護事業は、女性が多い職場であり、人手不足で、離職率の高い職種と言われております。経営理念に人財と掲げたとおり、創業より皆が明るく楽しく仕事ができる職場づくりを心がけ、コミュニケーションを重視し定着率の高い風通しの良い環境をつくってまいりました。

## コミュニケーションと食生活改善

月1回のスタッフ会議では、皆が自由に話せるフリートーキングの時間を設けたり、年数回(昨年は新型コロナで未実施)全員参加の食事会を実施し、コミュニケーションの場を設けています。また中間管理者と連携し、気になる職員と代表者との個別の相談を随時実施しており、メンタルヘルス対策になっています。またかつて朝食を抜いた職員が倒れたことがあり、以後、おにぎりやサンドイッチなどをいつでも食べられるよう作り置きしています。食堂では野菜中心のメニューでベジファーストを啓蒙したり、具だくさんのお味噌汁やお惣菜作りを心がけ提供しています。

## 職種により待遇の差別はしないことが一体感へ

定期健康診断受診率100%は当然として再受診の勧奨や、業種柄感染症対策も重視してきました。マスク50枚を全員に5回ほど配布しています。また訪問看護等の事業もやっており、医療従事者として正社員、パート、アルバイトなど職種に関わらず新型コロナワクチンを全員に接種しました。職員は職種は異なっても待遇は一緒だという方針が一体感を高めています。さらに、喫煙率低下の取組みとして協会けんぽ作成のポスターをずっと職場に掲示し、意識を高めています。

## 人財をより素晴らしい財産へ

こうした取組みが功を奏したのか、定着率の低い労働特性でありながら、3年以上の勤務者が全職員の30%以上の職場に支給される加算を途切れることなく頂いております。健康経営優良法人として複数回認定を頂いていますが今の人財をより素晴らしい財産にしていくために今後もしっかり取組みを継続してまいります。



野菜中心のメニュー

三重県  
四日市営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
西村謙治 氏

感染症対策をきっかけに、業務の見える化・効率化へ

- 代表取締役社長 西村謙治 氏
- 本 社 所 在 地 三重県四日市市尾上町
- 主 な 事 業 内 容 海運業
- 従 業 員 数 22名(男性:19名・女性:3名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2019・2021 認定

## 健康経営を始めたきっかけ

きっかけは協会けんぽの保健師さんからの提案でした。「社員の健康が会社の発展につながる」という取り組みの趣旨に感銘を受け、その場で事業所宣言をしました。取り組むことにより社員が健康になり医療費が減れば健康保険の保険料増加も防げますし、個人の保険料の負担が減るだけではなく会社の保険料負担も減ることになり、メリットしかないと思いました。

## 取り組み内容

2019年の取得時は食生活の改善(健康弁当の推奨)や分煙などから始めました。2020年はワークライフバランスを整えるために就業規則の見直しや有給休暇取得率向上のための取り組みをしてきました。以上の取り組みに加え、新型コロナウイルスの感染拡大に伴いマスク・消毒液の支給・検温記録・消毒液や非接触型体温計の設置などの他に出勤率50%減を実施するために、部署内での業務や情報共有の見直しをしました。連絡、報告、確認の徹底など身近なところから始めることによって出勤率が減っても業務に与える影響が少なくなりました。その結果、業務効率も上がり、休暇が取りやすくなったことで以前からの目標であった有給休暇取得率UPにもつながっています。

## その他

2020年の認定を逃したときに、県が実施している取り組みにチャレンジしました。「ホワイトみえ」の認定をいただき「働き方改革推進企業」「みえの輝く女子プロジェクト」にも登録申請し、すべて健康経営につながっていることを実感しております。

## 担当者が健康経営アドバイザー認定資格を取得

1項目の確認不足のため2020年の認定を逃してしまいました。その時に感じた「残念な思い」と「今後のためにも理解を深めたい」という思いで健康経営アドバイザーについて勉強し、資格を取得しました。資格を取得したことで更に健康経営の大切さを理解でき、ますます取り組みに力を入れようと思いました。

## 今後の展望

健康に対しての従業員一人一人の意識が変わることを望みます。そのために、役立つ健康情報の発信を続けながら良いと思われることを積極的に取り組んでいき、社員が健康で長く勤められる会社を目指します。



認定証の社内掲示



感染症対策(体温測定)



緊急事態宣言下の社内風景  
(出勤率削減)



LNG燃料 内航貨物船

代表取締役  
藤原和彦氏

## 技術と信用で快適空間を創造する

- 代表取締役 藤原和彦氏
- 本社所在地 三重県四日市市塩浜本町3-45
- 主な事業内容 一般管工事業
- 従業員数 24名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 30年以上、毎朝ラジオ体操と安全朝礼を実施



30年以上に渡り、ラジオ体操を実施しています。毎朝、社員自身が自分の健康状態をチェックすることで、いち早く身体の変化に気づく機会としています。

安全朝礼は、社員が当番制で、自分の近況や世間のニュース等を話題とした1分間スピーチをすることで、社内のコミュニケーションをはかっています。毎朝、社長が社員の顔を見て、社員のこころの健康状態を知り、声をかける機会としています。



## 35歳以下の社員にも生活習慣病検診を実施

毎年、健康診断車が会社に来て、就業時間内に社員全員が検診を受けています。35歳以下の社員にも、全額事業所負担で、生活習慣病検診の受診を実施しています。胃がん検診のバリウム検査を若年層社員にも実施することで、社員が自分の健康に目を向けられるようになりました。



## 4種類の抗体検査を実施

昭和37年度～昭和53年度生まれの男性に風疹クーポンが配られる前に、社員全員が『麻疹、風疹、水痘、ムンプス』の4種類の抗体検査を全額事業所負担で受けました。これから生まれてくる地域の子どもを守り、地元企業として次世代への責任を果たすために実施しました。風疹クーポンが配布された対象社員については、再度、会社の健康診断の際に抗体検査を受けるように促し、対象社員の負担を減らし、確実に抗体があることを確認しています。

## 今後の展望

事業所にとって、従業員の健康管理は大きな課題であり、健康経営は生産性・収益性を高めていくという考え方で従業員の健康づくりを積極的に行っています。加えて、地元企業としての社会的責任を果たす必要があるとの考えの下、地域の環境づくりや地元住民の安全・安心にも目を向ける活動を今後も続けていきます。



地域活性化を目的とする町おこしのためのイベントに参画

滋賀県  
彦根営業所Voice Report  
100th専務理事  
堤 昭憲 氏

「地域商工業者の発展に貢献するために」

- 会 頭 尾賀康裕 氏
- 所 在 地 滋賀県近江八幡市桜宮町231-2
- 主 な 事 業 内 容 総合経済団体
- 職 員 数 16名(男性:10名・女性:6名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 基本理念と健康経営に取り組むきっかけ

地区内の事業所様の事業の発展のお手伝いをするを基本理念としてますので、当商工会議所が率先して健康経営に取り組むことで、地域の発展に貢献出来たらと考えております。また、健康増進福祉事業も行っており、事業所様の役員さん、従業員さんへ健康診断を受けていただくよう推進している中で、職員が率先して、健康経営に取り組んでいます。



## 認定取得後の会員様からの反応

会報にも掲載したため、事業所様より、何件か「こんな認定があるんだね!」「どんな認定なのか?」などの問い合わせがありました。



## 職員さんの変化や効果



健康に関する情報など、職員がみていることになりました。また、健康に関するセミナーを受講しようと計画するなど、意識の変化が見られます。

## 具体的な取り組み内容

以前より館内は禁煙ですが、正面玄関に灰皿を設置していたところ、副流煙の問題などの観点から、人が通らないところへ灰皿を移動するところから始めました。そして、宣言書と認定書を掲示板に貼り、来館者の目に留まるようにし、啓発をしています。

コロナ禍でもあり、感染予防は万全にしておりました。緊急事態宣言中は、一日交替の在宅勤務も導入しましたが、職員間も事業所様とのコミュニケーションの取り方など、今後の取り組み課題も見つかりました。



大阪府  
大阪営業所Voice Report  
100th  
The Anniversary代表取締役社長  
伯井 守氏

「顧客第一、社員あつての会社」を実現するために！

- 代表取締役社長 伯井 守氏
- 本 社 所 在 地 大阪府東大阪市水走3-8-43
- 主 な 事 業 内 容 墓石・石製品販売・加工・施工
- 従 業 員 数 86名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 健康経営に取り組むきっかけ

健康経営の取組のきっかけは、アクサ生命の担当者からの情報提供からでした。当社では、いわゆる「健康経営」と呼ばれる概念が社会的認識となる以前から、経営理念として「幸福創造カンパニー」を掲げ、「利他行」「三方良し」を常に行動規範としていました。また、人財育成のために、社員が将来にわたり安心して働ける職場環境を作るという長年の考えが、まさに「健康経営」と合致しており、これまでの自社の取り組みを再確認するためにも、健康経営の取り組みを決めました。

### 健康宣言を実施し あらためて社内外への発信の重要性を確認

健康経営に取り組む前からすでに、社内の期首会議において、経営方針として全社員に冊子を配り経営方針を報告周知していましたが、社外に向けた発信には至っていませんでした。経営理念として、社内外を問わず健康宣言の発信が必要であるのだと感じ、令和元年に協会けんぽの健康宣言を実施し、次のステージとして優良法人認定を目指し体制づくりを始めました。

### 今まですでに出来ていること、今から出来ることを 1つ1つ確認し、全員で取り組みを開始

まずはすでに取り組んでいること、そして今すぐ出来る事から再確認し計画をたて、着実に取り組むことを目標にしました。

当社では毎朝のラジオ体操から1日が始まります。社員にとっては健康チェックとコミュニケーションの大切な場になっています。

健康診断は毎年検診車を手配して社屋にて実施しています。勿論その後の保健指導も受けています。

会社内は全面禁煙としています。感染症対策としてはインフルエンザ予防接種の費用補助、昨今のコロナ感染対策のため、マスク・消毒液・検温計などの配備を行い、社員のみならずお客様、就職活動やインターンシップで来社される学生さんにも配慮しました。

### ワークライフバランス・メンタルヘルス対策・ 福利厚生メニューをさらに充実

当社は女性の活躍出来る職場環境を目指し、女性社員の出産後の復職プランを整備し、ワークライフバランスの充実にも力を入れています。また、メンタルヘルス対策では、毎年のストレスチェックの結果分析を活用しています。長時間労働者やメンタルヘルス不調者への対応について、産業医との面談調整を行ったり、産業医の助言を借りて社員と向き合える体制作りを実施しています。また万が一社員が疾病を患った場合でも、病気治療と仕事を両立出来るように、3年前からガンをはじめとする4大疾病保険に加入し、福利厚生面の強化を図っております。

### 今後の展望

今後も、健康づくりは企業成長への投資であると考えて取組を進めていきます。

また、人財育成のために、社員が将来にわたり安心して働ける職場環境を作るという長年の考え方を、引き続き全社員と共有し取り組んでいきます。



本体外観

大阪府  
大阪営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
山口揮造 氏

会社全員でコミュニケーションを促進し、健康への意識を高める

- 代表取締役社長 山口揮造 氏
- 本 社 所 在 地 大阪府大阪市浪速区大国3-8-22
- 主 な 事 業 内 容 インテリア製品の総合商社
- 従 業 員 数 33名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2019・2021 認定

### 健康経営に取り組むきっかけ

2018年に、健康経営のことを知る機会があり、働き方改革にもつながる素晴らしい取り組みだと感じ、社内でも共有し、取り組みを開始することを決めました。申請応募を踏まえ、会社として取り組む課題が明確になりました。まずは社員の声を聴き、出来ることから始めていこうと考え、取り組みをスタートしました。

### まずは社員の声を聴き コミュニケーション促進の取り組みを開始

腰痛に悩んでいるとの社員の声があり、月に1回ストレッチの講師を呼んで、従業員全員でストレッチに取り組みました。コロナ前は、毎月第5土曜日は文化活動の日として、茶道や華道、写経や絵画観覧などを実施し、コミュニケーションの促進を図りました。また、一昨年秋に近江八幡へのハイキングを計画し、実施し運動を通じてのコミュニケーション促進を図りました。

### 社員の意識が少しずつ変化していくのを感じる

ノー残業デーには、自転車通勤の人は遠回りして、電車通勤の人は一駅手前で降りて、車通勤の人は早く帰って少し歩いてから家に帰るように奨励しました。多くの社員が取り組んでくれており、運動することの意識は大きく変わってきたと感じています。以前から大阪マラソンにエントリーする社員はいましたが、健康経営の取り組みを始めてからエントリー者が増えました。抽選に当たるとすごい努力で完走を目指す社員が多くなり、改めて社員自身の意識が変わることの重要性を感じました。

### 組織としての取り組みを企画し 取り組みに対する評価制度も導入

社員に取り組んでもらうためには、まずは経営者・役員層の意識自体を変えることが重要だと思い、月に1回の会議では健康経営をテーマに必ず入れて、役員・管理職で確認・共有を図っています。また、人事評価制度の中に、ポイント制で健康に関する目標を掲げる仕組みを取り入れ、評価をスタートしました。

### 今後の展望

今後も社員一人一人末端にまで、健康経営への参画意識を高めていきます。全員でブライト500も目指していきたいと考えています。



文化活動交流会の風景

業務とは直接関わりのない活動となりますが、「人」として成長して欲しいという思いから少しでも教養が深まるよう、またコミュニケーション促進の場としても、日頃体験できない貴重な時間を共有します。



ストレッチ取組の様子

大阪府  
大阪営業所Voice Report  
100th代表取締役  
高見章人氏

従業員が生き活きと働くことを実現するために健康経営に取り組む

- 代表取締役 高見章人氏
- 本社所在地 兵庫県姫路市西二階町1
- 主な事業内容 警備業・ビルメンテナンス
- 従業員数 96名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021認定

## 東洋テック健康企業宣言

弊社は警備業という業種から深夜業務を行う従業員もいる為、従業員の健康管理には従来から継続して取り組んできました。より主体的に従業員の健康増進をサポートしたいとの思いから、健康経営を導入することとなりました。一人一人が健康に働くことによる組織の活性化、生産性の向上を目指しています。「安心で快適な社会の実現に貢献する」という経営理念を実現するためには、従業員が心身ともに健康で働くことが大事だと考え、従業員の健康づくりに取り組むことを宣言する『東洋テック姫路健康企業宣言』を掲げました。働きがいのある安全安心な職場環境を構築することが業務品質の向上、質の高いサービスに繋がると考えています。

## これまでの取り組み

健康診断受診率100%  
 健診オプションの追加  
 インフルエンザ予防接種の補助金制度  
 社内福利厚生の充実(スポーツジム・会員制リゾート施設)  
 ノー残業デーの導入(毎週水曜日の「ノー残業デー」の設置)  
 社内共有スペースの健康器具の充実(社内に器具・測定器を設置)  
 夏季休暇連続休暇の推奨  
 健康に関するレポートの案内  
 健康習慣アンケートの実施  
 喫煙スペースの整備  
 感染症予防に向けた取り組み  
 ストレスチェックの実施  
 従業員へのメンタルヘルス個人面談の実施  
 従業員の健康に配慮した飲料の導入 など



## 健康に関するデータの分析

毎年全社員に行っている健康習慣アンケートの経年データを分析し、健康経営の施策づくりに生かしています。また、事業所健康診断カルテを活用し健康経営を推進してまいりました。ストレスチェックにも分析項目を追加し社員のメンタル状態を把握し具体的に課題を抽出できるようにしました。

## 今後実施する取り組み

従業員の健康づくりに取り組み、健診のオプション項目の追加、メンタルヘルスの実施、個別面談等を実施し、働きやすい環境の実現を目指します。  
 従業員の禁煙を促す為、喫煙者への禁煙に関する研修等を通じて喫煙者比率の低下に取り組みます。  
 これまで無関心だった項目に関心を持つようになり、良い方向へと意識が大きく変わったと感じています。  
 取組みを継続して行くことで従業員の生活習慣はもちろん、仕事に対する意識を高め、健康についても意識し行動してくれるようになればと考えます。



大阪府  
大阪東営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
井上 算氏

## 親身になって取り組む健康経営

- 代表取締役社長 井上 算氏
- 本 社 所 在 地 大阪府大東市諸福5-13-4
- 主 な 事 業 内 容 一般貨物等自動車運送業・倉庫管理業
- 従 業 員 数 26名(男性:22名・女性:4名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定全従業員およびそのご家族の物心両面の幸福を  
追求するからこそ健康経営に取り組む。

私どもの会社は昭和50年9月に創業以来、めまぐるしい経済変動のなかではありましたが、全社員が一丸となって誠実に業務に取り組んでまいり着実に歩むことができました。そういった熱心に勤務してくれている従業員の幸せを第一に考えて、「経営理念」の一番目に「全従業員およびそのご家族の物心両面の幸福を追求する」を掲げ、従業員の健康への取り組みを行ってまいりました。そんな折「健康経営優良法人認定制度」の話を聞き申請項目を確認したところ特別に新たな取り組みをしなくとも現状のままクリアーできるのではないかと思います挑戦することとしました。

## 健康診断を重視して黄色信号を見落としません。

社長である私は何よりも健康診断を重視しています。これは、同時期に5人の従業員がガンにり患したということがあったのと、従業員でもあった私の姉がガンにより命を落とす不幸な経験があったからです。やはり健康状態の悪化を未然に防ぐためには黄色信号を見落とさないことであると痛感しています。当社は年に2回、夏に一般の健康診断を実施し、冬には扶養家族も含めて人間ドックを実施しています。また、付加検診である腫瘍マーカー検査も全従業員を対象に、さらに全女性従業員に乳がん及び子宮がん検診も実施しております。いずれも費用は会社で全額負担しております。

保健体育教師であった私自ら一人一人に  
健康指導を行っています。

せっかく健康診断を実施しても、結果を生かして健康への行動変容に繋がらなければ何の意味もありません。そこで、16年間高等学校において保健体育の教職に就いて生徒に指導していた私の経験を生かして、直接健康診断データをもとに従業員全員と個別面談を行い2次検査の受診勧奨やアドバイスを行っています。その結果従業員の健康診断結果は毎年良化をしてきております。

## ワークライフバランスの取り組みも対話から。

ワークライフバランスの取り組みについてはまず私が有給休暇制度がどういうものを伝えることから始めました。中途入社のドライバーの中には日給月給制でしか働いたことがない人もおり、休暇を取ると給与が減ると勘違いして取りたがらない社員もいました。今は全員理解し、有給休暇の取得状況を一元管理し、一人一人に声をかけ取得を促しています。

## 従業員の自発的な取り組みに変わってきています。

私は教師時代に生徒に対して行っていた姿勢と同じように従業員に対して個別の面談や様々な取り組みを通じて、一人一人の健康について親身になって向き合い接してきたつもりです。従業員ももともと健康に対する意識が高かったのですが、最近ではさらに私の期待に応えようとしてくれるように感じています。先般当社の喫煙ルールを従業員が自発的に制定し徹底するようなことがありました。自ら考えて健康経営に取り組むようになってきていると感じて大変喜んでおります。こんな何事にもひたむきな従業員のために、今後も健康経営を通じてワークエンゲジメントを高めていつまでも元気で明るく生き生きとした会社にしていきたいと思っております。



コロナ禍以前は毎年バーベキュー大会をしていました

大阪府  
大阪東営業所Voice Report  
100<sup>th</sup>  
The Anniversary代表取締役  
南條範秀氏

「働くすべての人が元気と幸せを実現し、他人から羨ましがられる会社を目指す！」そのために健康経営に取り組む！

- 代表取締役 南條範秀氏
- 本社所在地 大阪府枚方市走谷2-31-1
- 主な事業内容 幼児教材専門通販リサイクルショップ
- 従業員数 17名(男性:2名・女性:15名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 「健康経営」への取り組みのきっかけ

弊社は今年で20周年を迎え、スタッフの健康にも配慮(特に女性スタッフの体力面)する必要を感じつつありました。また私自身も年齢を重ね、自分が健康でないスタッフに迷惑がかかると考え、より一層自分の健康に責任を持つことが大切であると思い健康経営に取り組むことを決めました。スタッフ全員が楽しく仕事をするため、そして今後も長く働いてもらうために、健康面について会社でできることはしっかりとカバーし、サポートしていきたいと考えています。

## 日々の取り組み

運動機会の増進に向けた取り組みとして朝礼時にスクワットやストレッチ運動を行っています。また、新型コロナウイルスの影響で開催はできていませんが、コミュニケーションを促進していく為の取り組みとして「ハイキング」や「バーベキュー」など企画していました。お客様へ満足度の高い仕事を提供するためには、全スタッフが一丸となって考え行動することが必要であると考えています。そのために仕事以外でのコミュニケーションの場は大変有効だと思います。こうした活動から横の繋がりが生まれ、仕事の上での情報連携などに役立つはず。なので、今後の状況をみて実施していきたいと考えています。

## 「働き方改革」を念頭において、社員にとっての働きやすい職場を意識しています

働き方改革の一環として、休暇も気兼ねなく取得してもらったり、子育てが落ち着いた段階でパートから社員登用に変えるなど、特に子育て世代が安心して長く働ける職場環境づくりに力を入れています。また健康への関心と達成感を持ってもらう取り組みとして毎月の個人目標に健康へのチャレンジを組み込んでいます。目標の内容は、階段を使う・野菜を一品増やすなど、日常生活でちょっと意識して取り組めるものからで、会社として応援できるよう「健康カルテ」を作成していた時期もありました。さらに、年に一度指針会議を行い、5年後の会社と自分について作文を全スタッフに書いてもらい会社だけではなく自分も目標を立て実現に向けて行動しています。

## 健康意識向上に向けて

現在は、健康への情報提供として社内の冷蔵庫に食生活に関する掲示物を貼っています。日々の生活を見直す機会となり、スタッフ一人一人の意識改革に繋がられるように会社としてできることを引き続き取り組んでいきたいと思っています。



食事に関する掲示物



職場に置いてある運動器具

## 今後の展望

今後、さらなる健康に対する意識を向上していくために会社として、健康についての勉強会を実施し、健康優良法人のほかに「くるみん」、「えるぼし」の認定を目指していきたいと考えています。弊社は女性従業員が多いので、女性にとって働きやすい職場環境を整え、なぜ、このような取り組みをしているのかという事も含め、会社、スタッフ一丸となって考え取り組みを浸透させていきたいと思っています。そして、スタッフの健康を高めることにより、会社としてのステータスも高め、スタッフ全員が弊社で働くことを誇りに感じることができる職場を目指していきます。

大阪府  
大阪東営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
石田重央 氏

社長自身の行動変容が会社全体の行動変容に！

- 代表取締役社長 石田重央 氏
- 本 社 所 在 地 大阪府東大阪市川俣1-19-17
- 主 な 事 業 内 容 家庭日用品の企画・販売業
- 従 業 員 数 8名(男性:6名・女性:2名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 社長自身が健康の大切さを認識した経験から 健康経営に取り組む必要を感じました。

弊社の社長は入社当時の若いころ営業マンとして昼夜を問わず北海道から沖縄まで全国をとびまわり、自宅にもほとんど帰らず「昼間は顧客開拓、夜は朝方まで接待」と当時TVCMで流行っていた「24時間働けますか」を地でやっていました。すると、まだ30代の前半にしてメタボ体形にかわり、子供の運動会のPTA対抗リレーで自分よりはるかに年上の人に抜かれる有様になり、健康診断にて指摘を受け、医師から生活習慣を見直し体重も落とさないと大変なことになると指導を受ける羽目になりました。そこで意識が変わりました。

飲み歩くのをやめ、代わりに休日のウォーキングを始めました。すると意外と楽しくなり、次第に歩くだけでなく走るようになり、休日だけでなく毎日の早朝ジョギングとなりました。マラソン大会にも出場するようになりフルマラソンのベストタイムで3時間37分で完走できるようになりました。またスポーツジムにも定休日以外毎日通って体力づくりを行うようになっていきます。

このような社長の経験から従業員の健康にも意識を持つようになりしました。そんな中、アクサ生命から従業員の健康経営の話聞き、従業員の健康増進につながるサポートパッケージを利用して「健康経営優良法人」を目指すことにしました。

### 社長の体力づくりが何も言わなくても 健康意識の高まりにつながっています。

前述のように社長自身は体力づくりを積極的に行い、今でも月間で250kmもランニングをおこなっているほどですが、それを従業員に強制や推奨することは全くありません。しかしながら、従業員の中に不思議とジムに通うものやジョギングするものが出てきて、健康に対する意識が強くなっております。

アクサ生命の協力のもと健康習慣アンケートでも従業員の健康に対する意識が非常に高いとの結果が出ました。これは社長が普段やっていること、話題にしていることを従業員が興味をもって意識するようになった成果です。当社ではコミュニケーション良化のため食事会をしていますが、単なる飲み会はやめて、アルコール抜きでゆっくり時間をかけてよく噛んで食べるヘルシーを意識しながら親睦を深めております。

### 健康診断を重視する理由があります。

社長の奥様が健康診断で早期にがんを発見し大事に至らずに済んだ経験から健康診断は特に力を入れています。子宮がん、乳がんや胃カメラなどのオプションの検査も会社負担で実施しております。また再検査や精密検査などの二次検査も放置するとせっかく発見できたのに何の意味もなくなるので必ず受診するように社長自ら声をかけております。

### 今後の展望

当社は非常に小さな会社ですが、その分アットホームな雰囲気で行っています。手の空いた人が忙しい人の仕事を手伝うという雰囲気ができているため残業はほとんど発生しません。前述のように社長が若いころ家庭を顧みなかったので従業員には家庭を第一にしてもらいたいとの願いがあります。会社は従業員がいるから存在できるのです。今いる従業員にはできる限り永く勤めて会社を愛して働いてよかったと思ってくれたらこんな幸せなことはありません。その為にはストレスをためないようにすることも大切です。ストレスがたまって運動をしていると自然と心が落ち着きストレスがなくなるようです。運動の効果は体力づくりとストレス軽減で一石二鳥です。今後も運動を意識して、アットホームで楽しく仕事ができる職場づくりをしていきたいと思っております。

マラソン大会出場  
(社長)

食事会の様子

大阪府  
大阪東営業所Voice Report  
100th代表取締役  
村中 克氏

「良い環境でないと、良い物をつくることができない」

- 代表取締役 村中 克氏
- 本社所在地 大阪府東大阪市衣摺2-19-9
- 主な事業内容 プラスチック射出成形加工全般
- 従業員数 20名(男性:14名・女性:6名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### お客様が求める品質にお応えし続けるため、健康経営に取り組む必要を感じました。

今日の製造業において、製品の品質向上というのは命題となっています。お客様に求められる品質水準も日々上がり、これにお応えし続けるためには、製造現場が「良い環境でないと、良い物をつくることができない」という想いを当社では持っています。そのために、働く上で最優先である「安全第一」を毎日唱え、常に安心して働ける会社を目指してきました。「健康経営優良法人」認定制度は当社にとってまさしく必要不可欠な制度であると思い挑戦いたしました。

### ストレスの軽減には「コミュニケーションの良化」。

ものづくりの会社にとって何よりも大切なことはコミュニケーションです。コミュニケーションの悪化はストレスにつながります。

当社がコミュニケーションの促進で一番力を入れているのは「あいさつ」です。目を見て気持ちよく挨拶を交わしていればコミュニケーションは自然と良化すると思っております。また、様々なコミュニケーション促進のための行事も積極的に取り組んでおります。コロナ禍以前は年に2回のパーベキュー大会、忘年会、新入社員の歓迎会、定年者の送別会、魚つり大会を開催して大いに盛り上がっておりました。

現在、コロナ禍によりできないことが寂しいのですが、再開できる日を楽しみに普段のコミュニケーションを意識しております。

### さまざまな健康に対する取り組みを行っています。

健康への取り組みといたしましては、まず、熱中症対策として工場を含めた社内のエアコンをフル完備しています。また、水分補給を怠ることのないように、社内の飲料自販機について、健康飲料を中心に金額を100円、90円に設定し差額を会社で負担しています。また、運動増進の取り組みは、毎朝礼時のストレッチ体操を実施しています。自転車での通勤も推奨し駐輪場も設置しております。メンタルヘルス対策も専門家によるカウンセリングを実施しています。

### 健康管理を徹底しております。

健康管理については健康診断を実施義務のないパート社員も含めて全員に実施しています。また付加検診も全員に全額会社負担で実施し、特に夜勤者には年2回の受診を行っております。再検査等の指摘者については社長から声をかけて就業時間中であっても病院に行くように促しています。感染症対策ではマスクの配布、消毒液・アルコール設置は当然ですが、インフルエンザの全額会社負担による予防接種の実施、工場内の加湿器設置等も万全にしております。コロナワクチンも希望者に社内でするよう手配しております。

### トップダウンからボトムアップへ。

当社では以前から風邪などで体調不良を訴えるものが多く、その都度無理せず休暇をとって万全にしてから出勤するように促しておりました。しかしながら、その間少ない人数で仕事をこなさなければならなくなり、そのしわ寄せが残った社員にいき次の体調不調につながるという悪循環に陥っておりました。

ところが、今回の健康経営優良法人の取り組みは非常に大きな成果をもたらしてくれました。それは、「安全衛生推進者」に任命した推進員の活躍でした。従来の社長からのトップダウンでは断ち切れなかった悪循環が推進員によるボトムアップ式で社内の意識が変革し一般社員の行動変容として効果が現れてきたのです。非常に喜ばしい限りです。これをきっかけに今後も、会社全体の健康経営の取り組みにより従業員の健康を維持していきたいと思っております。

優良法人認定書と  
健康宣言の証を掲示工場に設置された  
加湿設備

大阪府  
大阪東営業所

地域総合経済団体の役割を実現するために！

- 会 頭 稲田真一氏
- 所 在 地 大阪府東大阪市永和2-1-1
- 主な事業内容 地域経済団体
- 職 員 数 34名(男性:27名・女性:7名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定Voice Report  
100th

### 地域総合経済団体だからこそ、まずは本所から健康経営に取り組む必要を感じました。

東大阪市は、日本でも有数の工業都市“モノづくりのまち”として知られています。製造業者の事業所は6,546件で、工場密度では、東京都・大阪市をしのぎ全国一となっています(平成24年度経済センサス活動調査調べ)。これらの企業の約9割は、従業員が20人未満と小規模ではありますが、新製品・新技術の開発に積極的に取り組んでいる企業が数多く見られます。その技術力や開発力の高さには定評があり、国内外から厚い信頼が寄せられています。その技術力を担う貴重な働き手の健康に着目する「健康経営」は東大阪商工会議所にとっても重要な取り組むべき課題となっています。そこで、会員企業に健康経営を普及推進するためには、まず、同所から取り組むべきとの結論に達し「健康経営優良認定法人2021」認定を取得しました。

### 健康診断に力点を置いています。

同所では健康診断による病気の早期発見、生活習慣の改善のきっかけづくりが大きく貢献すると考え、健康診断の100%実施とがん検診などの付加検診の実施に力をいれています。付加検診は費用補助を行っております。また健康診断の結果再検査などの指摘事項がみられた場合は担当者から二次検査を受診するように促しています。

### クラブ活動にて運動の促進とコミュニケーション良化を促進しています。

同所では日頃の運動不足とコミュニケーションの良化を図るためクラブ活動を推進しています。職員が主体となり「ゴルフ部」「野球部」などが誕生し交流を深めております。

### さまざまな取り組みをしています。

そのほかの取り組みと致しましては

- 朝のラジオ体操の実施
  - 職員当番制による一言スピーチによるコミュニケーション
  - 禁煙セミナーの開催
  - インフルエンザ予防接種の費用補助
  - コロナ対策として検温報告の義務づけ、消毒液設置など
  - 24時間健康相談窓口導入
  - 食事管理、運動支援、快適睡眠のアプリ導入
- 等を実施しています。

### 今後の展望

地域経済団体である同所において事業所への健康経営普及支援は重要な責務であると認識しています。2020年6月「健康経営セミナー」をアクサ生命保険㈱と共催した他、会員向けの会報誌で健康経営に取り組む意義、優良認定法人の事例を紹介するなどして促進しています。また、他の地域の商工会議所にも同所の取り組み事例を紹介しました。今後も同所職員のみならず地域の健康経営推進に邁進していきます。



2021年6月会報誌にて健康経営特集を掲載

兵庫県  
神戸営業所

Voice Report  
100th



代表取締役  
今井俊介氏

創業116年！和洋の良酒文化を通じて潤いある暮らしをサポート！

- 代表取締役 今井俊介氏
- 本社所在地 兵庫県神戸市中央区港島南町
- 主な事業内容 業務用酒類卸売業
- 従業員数 61名(男性:46名・女性:15名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2019~2021 3年連続認定

## 健康経営を始めたきっかけ

数年前、神戸ポートピアホテルの事業説明会における経営方針発表の際、健康経営を推進していることが発表され、従業員の健康と企業業績は連動しているという話を聞いて興味を持っていました。そんな折、アクサ生命から健康経営の案内があり、タイムリーな情報であったこともあり、推進していくこととしました。始めるにあたって、健康経営を進める意義を全社員に理解してもらうことが最も重要であるとともに、大変難しかったと思います。

## 現在の課題は喫煙者対策

現在最も課題と認識しているのは喫煙者対策です。現在の喫煙率は約20%程度ですが、まだまだ多いと認識しています。社屋内は完全禁煙として、倉庫横に喫煙コーナーを設置して分煙を推進していますが、副流煙による被害を完全に除去できていないので屋外も含めた完全禁煙に挑戦したいと思っています。ただ、以前敷地内完全禁煙を実施した際、社外に出て道路脇で喫煙する社員が出てきて近所迷惑になったことがあり、2週間ほどで取りやめたことがあるので今回は慎重に意見を聞きながら実現したいと思っています。

## 感染症対策

感染症対策としては、一般的なアルコール消毒、検温、常時マスク着用は当然として、会話等がある会議室・休憩室・応接室等のアクリル板の設置等を行い、換気の難しい事務室にはオゾン発生装置を設置し、除菌・消臭を行っています。また、トイレの清掃も外部業者に委託し、毎週実施し清潔さを維持しています。更に、在宅勤務を推奨することで出勤率を50%以下に抑えて感染防止を徹底しています。ただ、在宅勤務が長くなり、月に1回しか出社しない社員も出てきたことから、在宅勤務ストレスへの対応も今後の検討課題となっています。

## 従業員と共に！

最近ではコロナ禍の中、従業員間のコミュニケーション促進施策を行うことが難しい時期ですが、過去実施していたBBQ大会や新年会、ワイナリーやお酒の蔵元等への視察研修会(宿泊や日帰り)をコロナ禍が収まった際には復活したいと思っています。

更に、運動不足解消も兼ねてリクリエーションとしてのハイキングなども企画して従業員みんなに楽しく参加してもらい、これまで以上に明るく元気になってワークエンゲージメントを高めて楽しい職場にしたいと思っています。

## 心と身体の健康に向けて

以前は年1回の健康診断の全社員受診は社員ごとに理由があつてなかなか全社員受診とはなっていませんでした。しかし、従業員が50名を超えた頃から産業医の先生と一緒に健康診断の大切さを周知していくに従って、最終的に健康診断の受診率は100%になりました。なお、2次健診は産業医の先生から指示を受けた社員には半強制的に受診勧奨を行い、それでも受診しない場合は社長及び上司から直接指導してもらい完全受診を目指しています。また、メンタルヘルスについても組織や制度をしっかりと構築し、小さなこと、細かいことでも気を遣って対処するようにしたことで従業員の安心感につながってきていると感じています。



7万本のワインセラー



会社全景

代表取締役  
井田士郎 氏

『働く者の安全と健康を確保する』ことを大切に  
働きやすい環境づくりを！

- 代表取締役 井田士郎 氏
- 本社所在地 和歌山県和歌山市
- 主な事業内容 化学品製造業
- 従業員数 50名(男性:37名・女性:13名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2018~2021 4年連続認定

### 「健康経営」を知る前からの取り組み

健康経営という言葉を知る前から、従業員の健康には気を配っていました。65歳以上の従業員が多く、長く勤めてもらうには、会社全体で従業員の健康を守ることが大切だと考え、社長と担当者で取り組んできました。様々な取り組みの中で、協会けんぽの方から、健康経営優良法人認定のことを教えていただき、2018年から毎年、健康経営優良法人認定を取得しています。

### 勤続年数10年以上の従業員が7割

女性にも働きやすい職場、子育てしながらも働きやすい職場を目指しています。産休育休を経て復職する女性従業員も多く、勤続年数10年以上の従業員が7割を超えています。これからもずっとここで健康で働かず、という気持ちをもってもらえるように、新しい取り組みも取り入れていきたいと考えています。

### 徹底的な健康へのサポート

健康診断の結果に応じて、産業医から各個人の症状に応じた受診料の目安を教えていただき、従業員が自宅から通える範囲の病院を会社で探して紹介をしています。面談では、治療継続者の服薬量や受診回数、また、職場において作業遂行上つらいことはないか等を聞き取り、配慮が必要な方には短時間就業や仕事の分量軽減などを実施するなど、働きやすい環境をしっかりと整え、従業員をサポートします。



体操風景

### 自己健康目標の達成に向けての 情報提供と進捗管理

生活習慣病予防のためには、個人それぞれ気を付けることが違うため、「自己健康目標」と題し、毎年の健康診断結果を確認後、個々に目標を設定します。その後3ヵ月、6ヵ月ごとに進捗状況を共有し、目標の達成に向け、食生活の見直しやエクササイズなどの情報提供を行い、従業員の心と身体の健康維持をサポートしています。



グループでの意見交換の様子

島根県  
出雲営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
渡邊 一 氏

「全て手作りに拘る」だからこそ健康経営！！

- 代表取締役社長 渡邊 一 氏
- 本 社 所 在 地 島根県出雲市浜町
- 主 な 事 業 内 容 水産加工業
- 従 業 員 数 43名(男性:11名・女性:32名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### すべて手作り！だからこそ社員の健康は最重要！

弊社は、ベトナムなど外国からの実習生もおり、ダイバーシティ経営を心がけています。多様性のある職場づくりのためには、社員同士のコミュニケーションづくり、社員の健康づくりは欠かせないものであると考え、「健康経営」の取り組みを始めました。また、弊社の食品加工は化学調味料を使わず健康で美味しい干物を提供するためにすべて人の手で行っています。これは、社員の健康と社員同士の連携なくしては成しえませんが、ひいては、このことが会社を維持発展させるために非常に大切であることも「健康経営」に取り組むきっかけの一つでした。

### 健康経営を支える「委員会制度」を発足！

まず、カイゼン委員会、食育委員会、職場環境委員会、イタクテ委員会という4つの委員会を組織し、各委員会で健康に関する取り組みを実施しました。カイゼン委員会では、全社員でのお花見会や、部署や若手同士などでのランチ会を行い、社員のコミュニケーション促進を行っています。食育委員会では味噌づくりなどを通して、食の面から健康への意識改革を働きかけています。職場環境委員会では、業務の改善などを行い、よりよい環境で仕事に従事することができる職場づくりを行っています。イタクテ委員会では、専門家をお招きし、ヨガなどの講習会を行い、健康的な体づくりに取り組んでいます。その場しのぎの痛み止めではなく、何故痛みが発生するのかを知り、原因を改善させることは非常に重要であり、「健康に関する教育」にも注力しています。

### 社員の日常生活にも変化あり！

スーパーで食材購入の際に、値段だけでなく健康を意識し成分表示も確認する社員が増えてきました。無農薬野菜の栽培を行っている社員もいて、健康への意識が高まっていると感じます。「健康経営」を全社員の共通の目標と定め、意識し合うことで、人間関係の構築にもつながっています。

### 本業にダイレクトにリンクした「健康経営」

「健康経営優良法人」に認定され、様々な取り組みが形となって見える化されました。それによって健康意識や社員同士の連携もさらに強まり、より「美味しくて体に良いもの」を提供できる体制になったと考えています。



【味噌づくり】

一からすべて手作りで行いました。出来上がりが楽しみです。

【お花見会】

社員の小さいときの写真当てクイズを行い、とても盛り上がりました。



【ランチ会】

普段関わらない社員とも交流を深め、よりよい職場づくりを目指しています。



### 良い食文化を永続させることが使命！

トップダウンとボトムアップが相互作用する会社を目指しています。また、漁師や仲買人などつながりを持つすべての人たちの幸せ、ひいては地域に貢献していくことのできる企業となるため、益々、品質の良い食品の製造を目指し、励んでいきます。そして、子、孫の世代にわたって健康で美味しい干物をつなげていき、良い食文化を永続させていくことが弊社の使命です。

島根県  
松江営業所Voice Report  
100th院長  
横木広幸氏

## 「スタッフとスタッフの家族が幸せになれる経営」

- 院長 横木広幸氏
- 本社所在地 島根県松江市東津田町1768-2
- 主な事業内容 診療所(泌尿器科・内科・形成外科・透析)
- 従業員数 30名(男性:6名・女性:24名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021認定

## 女性が働きやすい職場環境の整備

平成20年にクリニックを開業。診療科は泌尿器科と内科と形成外科で、多くの透析患者さんも通院しています。

30名のスタッフの男女比は1:4と圧倒的に女性が多いのが特徴です。女性が多く働く職場ですから、女性が働きやすい職場環境を整え、長く働くことができる職場を目指しています。

結婚・出産により退職者がでるとマンパワー不足となるため、産前産後休業・育児休業・時短勤務の制度を設けています。育児休業は男性も取得することが可能で、男性の育児休業取得率は100%となっています。

## メンタルヘルス対策にも配慮

約6年前からメンタルヘルスについても対策が必要と考え、カウンセラーに委託しスタッフの面談を実施しました。非常に素晴らしいカウンセラーと巡り合うことができ、スタッフの満足度も高かったのですが、残念なことにそのカウンセラーさんが急逝され、そこでメンタルヘルス対策も一旦途切れることに。

コロナ禍において、医療従事者であるスタッフが高ストレスとなることを懸念していたところ、生命保険の付帯サービスとして「産業医プログラム」の案内を受け、利用を決めました。

ストレスチェックの実施だけでなく、その後のフォローについても体制が整備できたので活用をしています。

円滑な人間関係が仕事の基礎  
業務外でのコミュニケーションづくりも

クリニックを円滑に運営するためには、スタッフの人間関係が非常に重要となります。当院では、コミュニケーション機会の増進のために、業務外でレクリエーションを開催したり、クリニック駐車場でBBQ会、歓送迎会、食事会などを定期的に行っています。コロナ禍の現在は自粛していますが、早くまた開催できることを願っています。

## BCPIにスタッフ一丸で取り組み

当クリニックには多くの透析患者さんが通院しています。透析治療は、災害時でも継続し、万が一の際にも早急に復旧すべき医療です。豪雪・大雨・台風・地震・感染症拡大などの災害時も事業を継続していかなければなりません。健康経営を通じて高めたチームワークとコミュニケーションで、患者さんのために一丸となって取り組んでいきます。

経営理念にもとづく健康経営への取組  
やるなら皆で楽しく本気で取り組む

当クリニックの経営理念の1つに「私たちは、達成感を共有できる、働きやすいクリニックを目指します。」の一文があります。

スタッフが働きやすいと感じるための取組の1つとして健康経営に取り組んでいます。

昨年10月、アクサ生命の健康習慣アンケートを実施したところ、「運動」への関心が低いことがわかりました。そこで、朝礼の締めくくりに全員で経営理念を唱和した後、ラジオ体操を実施しています。「やるなら楽しく」と、ご当地言葉のラジオ体操CDを使い楽しみながらラジオ体操をしています。「体がポカポカして意外と気持ちが良い」「始めはぎこちなかったけど、体が勝手に動くようになった」などの声も出ています。

朝礼後のラジオ体操風景  
楽しく本気で取り組んでいます

岡山県  
倉敷営業所Voice Report  
100<sup>th</sup>  
The Anniversary代表取締役  
福嶋裕美子氏

## 心身ともに健やかでいることが大切！

- 代表取締役 福嶋裕美子氏
- 本社所在地 岡山県倉敷市白楽町591-1
- 主な事業内容 高齢者介護事業、障がい者支援事業  
保育事業、薬局事業、職業紹介事業
- 従業員数 191名(男性:26名・女性:165名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 従業員の健康のために

弊社、ドルフィン・エイドは、ノーマライゼーションの考え方を実践し、幼児から高齢者、そして障がい者までもが楽しく生きやすい社会を目指しています。そのためには、心身ともに健やかでいることが大切であり、私自身、従業員の健康を支えていくために健康運動指導士の資格を取得しました。さらに、2021年度には、健康経営優良法人の認定を受け、従業員の健康に対する意識が高まったように感じています。

## 今後の展望

環境省のどんぐりプロジェクトに参加すること、他にも無農薬野菜を栽培し、職員や利用者の方に提供していくこと、フィットネスクラブとのコラボを計画立案しています。さらに、従業員間のコミュニケーション促進を図ると共に、SDGsに貢献してまいります。今後も、「心身ともに健やかでいることが大切」という考えのもと、健康経営優良法人認定を毎年取得し、ブライツ500にもチャレンジしていきます。

## 健康運動指導士の更新講習会をきっかけに

健康運動指導士の更新講習会で健康経営を知ったことがきっかけでした。「従業員の健康に会社が投資する」という考えに強く共感し、健康経営の取り組みをスタートすることになりました。

## 健康経営優良法人の認定に向けた取り組み

運動不足解消のために1日1回ラジオ体操、吉備路マラソンへの参加を実践しています。新たな取り組みとして、NPO法人アクティブ・ウェルエイジング協会オリジナルの「パプリカコグニ体操」の、推進を図っています。協会が推進する「みんなで広めようパプリカコグニの輪」に賛同し、1人でも多くの方々の認知症に対する関心を高めることを目的に、SNSを通じて発信しています。また、昨年からはICT化を進め、業務負担を軽減することで、従業員のモチベーションアップ・残業時間の削減・離職率の低下を目指しています。

高齢者・園児・学生・技能実習生(インドネシア人)と一緒に  
パプリカコグニ体操をしている様子

広島県  
福山営業所

Voice Report  
100th  
The Interview



代表取締役社長  
堂地正広氏

社員には長く、健康で働ける環境を用意してあげたい

- 代表取締役社長 堂地正広氏
- 本社所在地 広島県福山市曙町5-1-1
- 主な事業内容 TOTOメンテナンス代行店
- 従業員数 5名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康経営のきっかけ

弊社は1981年からTOTO製品の修理、水まわりのメンテナンス、設備工事等を行っております。以前から従業員の健康には気を配ってきましたが、どこまで関与していいのか悩んでいました。そんな中で、アクサ生命の担当者より健康経営の話があり、取り組みを始めました。

## 大活躍！スマートバンド！ 統括マネージャーの山崎さん

健康経営の取り組みとして、従業員の健康管理をするために手首に装着することで歩数や血圧、睡眠レベルが見える化できる「スマートバンド」を全従業員に支給しました。そこから得られるデータを記録にとり、健康経営担当者である山崎さんが従業員の体調管理を会社でフォローしています。従業員の一部の健康数値を公表することで、自ら数値をよくするために健康習慣の意識を変える従業員が増えてきました。

山崎さんは「個人の健康が一番！毎日元気で出社してほしい」との思いから、毎朝一番に出社し、「ブルブルマシーン」で体を動かした後、事務所の掃除を行っています。



健康経営担当者の山崎さんと  
従業員の健康管理ができる  
「スマートバンド」



運動不足のために  
「ブルブルマシーン」を  
事務所に設置

## 新型コロナウイルス感染症への会社の対応

新型コロナウイルス感染防止対策としては、マスク・消毒液を従業員だけでなく家族にも支給しました。2020年の緊急事態宣言の時には従業員一人一人に10万円の一時給付金を支給しました。そして、新型コロナワクチン接種についても会社で予約・管理等のサポートを行いました。

## 健康経営のその他の取り組み

弊社では、お客様の自宅に伺い、水道等の修理・施工を行っております。喫煙はお客様に健康被害をもたらすため、喫煙者をなくすことが目標です。禁煙外来の受診を推奨しており、費用は会社負担で行っております。

また、気温が35度を超える日は無理をせず、勤務時間を短縮しています。熱中症予防対策として、空調服・冷やしタオルを全従業員に支給しました。

## 社長の想い

従業員の年齢も高くなり、平均するともうすぐ50歳になります。これまでは、体調不良等で休む従業員は少なかったのですが、今後は病気で仕事を辞める、または休むことを未然に防ぐために健康経営の取り組みは必要です。毎朝、出社した従業員に声をかけ、体調だけでなく、悩み等はないか常日頃から気にかけています。従業員には健康でいてもらい、長く働いてほしいという想いがあります。そのために、今後も会社でできるサポートを考えていきます。



会社の外観

広島県  
福山営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
石原雅也 氏

「身体」も「心」も健康に！活力のある企業を目指します！！

- 代表取締役社長 石原雅也 氏
- 本 社 所 在 地 広島県福山市御幸町中津原1698
- 主 な 事 業 内 容 製造業
- 従 業 員 数 44名(正社員21名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定

## 健康経営のはじまり

弊社では社員の健康を一番に考えております。そんな中、取引先の40代から50代の方が病気になったり、突然倒れたりする知らせをここ数年で多く聞くようになりました。健康になるためには、からだに入れるもの、つまり「食事」が大切だと思い、「食事」を変えていくことから始めたことが健康経営の取り組みのはじまりでした。

## 社長も作る！食事改革！！

健康になるためには、「食事」から変えていかなければなりません。弊社では、社員食堂を設置し、無料で提供しております。そして、健康になってほしいという思いから具材までこだわっております。地場でとれた旬の野菜を使い、栄養のあるものを提供しております。また、営業の社員は外に出ているため、昼食を提供できません。なので、朝食を社長自ら調理し、提供しております。このようなことを5年間続けていくと社員にも変化が出てきました。一番の変化は、インフルエンザなどの病気で休む社員が少なくなったことです。また、健康になり、元気になったことで、健康に対する意識も上がってきました。

## 重要なのは「心の健康」

健康において、大切なことは「心の健康」だと思っております。社員が元気で明るく働くためには社員間のコミュニケーションが取れる環境が必要だと感じております。そのために、毎年5回、イベントを開催しております。社員の家族も招待し、思い出に残るイベントを開催しております。昨年、今年に関しては新型コロナウイルスの影響があったため、三次鶏飼やサーキットなどを貸し切り、感染対策を行ったうえでイベントを開催いたしました。イベントを開催していくたびに社員同士のつながりが強くなり、笑顔も増えました。そうすることで、自社への誇りを持ち、生き生きと仕事に打ち込むようになりました。

## 社長の想い

健康は大切ですが、「無理のない健康」というものを一番に考えております。一方的に健康を押し付けるのではなく、自ら健康志向を上げるために会社としてあと押しをしたり楽しいイベントを考えたりしております。この健康経営の取り組みが社員の仕事をする上での「ガソリン」、つまり活力となります。今後はタバコに関しても喫煙所をただ設置するのではなく、工夫した形での設置を考えております。健康経営の取り組みを通じて、さらに活力のある会社を目指していきます。



会社の外観



社員食堂の様子



社員が働いている姿

広島県  
福山営業所

Voice Report  
100th  
The Interview



代表取締役社長  
萩原武司氏

## 健康が原点である

- 代表取締役社長 萩原武司氏
- 本社所在地 広島県福山市新浜町1-4-8
- 主な事業内容 包装資材・機器・梱包機器の企画、販売
- 従業員数 17名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定

## 健康経営のきっかけ

弊社は2009年に前身の横山セロファンから株式会社ヨコセロとして社名変更し、現在は包装資材のプロフェッショナルとして市場に合わせた商品の提供を続けております。健康経営に取り組む前から、社長自身の健康、そして社員の健康は気にかけていました。そんな中アクサ生命の担当者により、健康経営の取り組みを知り、始めたことがきっかけです。

## 健康経営の取り組み

健康経営の取り組みでは、まず社員の健康意識を知るために健康習慣アンケートを実施しました。匿名で行うアンケートであり、社員の意見を聞くことで普段ではわからない本音の部分があらわれました。アンケート結果に応じて実践したことは、社員の健康意識を高めるために健康に関するチラシを毎月回覧しました。2022年度からは社員の家族も健康でいてほしいという思いから、給与明細の中に健康チラシを同封し、社員とその家族に健康についての情報に触れていただこうと考えております。また、健康経営の取り組みを社員に浸透するために、健康経営セミナーの実施を考えております。

## 社長の想い

弊社では、健康経営の取り組みを通じて、社員が生き生きと仕事ができる環境・雰囲気作りを整えていきたいと考えております。社員には前に進むことを恐れずチャレンジする事を学んで欲しい、自ら道を作る喜びを感じて欲しいと思っております。その原点となるものが健康です。今後も包装資材を通じてお客様と社員の健康、またその源となる地球環境にも配慮したサービスを提供していきたいと考えております。



入口に健康経営優良法人認定証と広島健康宣言証



会社の外観

## 「道」

この道を行けばどうなるものか  
老ぶむなかれ 老ぶめば道はなし  
踏み出せばその一足が道となり  
その一足が道となる  
迷わず行けよ 行けばわかるさ

HPより

広島県  
福山営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
小川晃由氏

### 健康と知恵 ～社員の夢の実現～

- 代表取締役社長 小川晃由氏
- 本社所在地 広島県福山市本庄町中1-34-6
- 主な事業内容 情報通信環境構築支援と関連機器販売
- 従業員数 39名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2020・2021 2年連続認定

### 健康経営のはじまり

弊社は、昭和59年10月独立系コンピュータソフトウェア開発会社として創業し、企業様の基盤ソフトウェア、ミドルウェアの開発、運用システムの設計、開発、データベース構築、インフラ構築等、お客様から求められる開発案件に真摯に取り組み、沢山のシステムを利用していただいております。健康経営はアクサ生命より勧められたことがきっかけとなり、社員のためになると思い取り組み始めました。始めるにあたり、少しでも健康の意識を高めるため、社員自身の健康目標を設定し達成すると報奨金を支給する制度を設けております。

### 社内改善アクション♪

社内の環境整備について、弊社では就業時間は社内でBGMを流しております。BGMがあることで業務に集中できるだけでなく、社員同士のコミュニケーションが増え、職場の活性化につながっております。また、会社の近くの自動販売機がなくなったことをきっかけに、糖質の高い飲料類より美味しい水やコーヒー、紅茶を飲んでほしいという思いから社内でウォーターサーバーとコーヒー器具を設置し、多くの社員が利用しています。加えて、たばこ対策として社内は禁煙、喫煙する方には時間の指定を行いました。

### 積極的に体を動かしていこう！

健康経営の取り組みでは、社員に喜んでいただくことを第一に様々な取り組みを行っております。【運動の促進】については、昼食後の休憩時間内に、社長と一緒に社員の有志が近所の神社へ参拝をかねて階段の上り下りをする運動を続けています。また、趣味として自主的にスポーツを行っている社員も多く、誰もがスポーツを始めやすく、継続できるよう「スポーツ継続サポート補助金」を導入し、多くの社員に利用してもらっています。

### 社長の想い

健康経営の取り組みに関して、始めは継続することに不安がございましたが、社員のために取り組み中で様々なアイデアが生まれ、今では施策を考えることが楽しくなっております。まずは社員自身で自分の将来を見つめてもらうためには、「健康」には身体や心だけでなく、将来の生活への安心感も必要だと思い健康セミナーを実施しました。また、インフルエンザ予防接種・がん検診などの費用負担を積極的に行っております。2022年は社員だけでなく、社員の家族も利用できる新しい制度への取り組みを考えており、社員とその家族の夢の実現のために今後も会社としてサポートをしていきたいと思っております。



会社の外観



社員が自由に利用できる飲料用具



昼休憩に神社へ参拝

広島県  
府中備北営業所

Voice Report  
100th  
The Interview



代表取締役  
石原明枝 氏

金型製造・機械器具部品加工を通して地域社会へ貢献する！

- 代表取締役 石原明枝 氏
- 本社所在地 広島県府中市久佐町36-1
- 主な事業内容 金属製品製造
- 従業員数 76名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康経営へ取り組むきっかけ

弊社は1980年創業、今年で42年になります。昨年11月副社長から社長へ就任致しました。金型設計製作から精密板金加工、精密機械加工、溶接に至るまでの一貫生産を行っているため、従業員の健康管理には従来から少しずつ取り組みを行っていました。アクサの担当者さんから健康経営への取り組みをサポート頂き、2021年に初めて健康経営優良法人認定を受け、本格的に健康経営を導入することとなりました。一人一人が健康に働くことによる組織の活性化、生産性の向上を目指しています。また従業員が心身ともに健康で働くことが大切だと考え、従業員の健康づくりに取り組むことで働きがいのある安全安心な職場環境を構築することが業務品質の向上、質の高いサービスに繋がると考えています。

## 具体的な取り組み

健康診断受診率100%  
生活習慣等健康状態の改善への取り組みのために、社内自動販売機は特定保健飲料としカロリー・現在材料を表示ヘルスリテラシーの向上及び感染症予防対策の強化  
健康習慣アンケートの実施  
病気治療に配慮した休暇体制や勤務体制を整備  
ボランティアや地域等の祭りなど、従業員が参加するよう働きかけ  
保健師等による健康専門の相談窓口を設置

## お客様に喜ばれる物造り

小さな会社から社員が少しずつ増え、大家族となり今では『チームISHIHARA』となりました。お客様が何を求め、どんなものがどのタイミングで欲しいのか常に最善の提供を考え取り組んでいます。社員一人一人が誇りを持ち、プロとして物造りをし、お客様へ良いものを提供していく事、まさしく『一貫性』を保っています。従業員が『ここで働けて良かった！』最後にそう思ってもらえるような会社になりたいと思っています。

## 今後実施する取り組み

新型コロナウイルスにより社内・社外ともWeb会議システムを利用し、社内イベントなども中止としました。そのため従業員同士のコミュニケーションは不足していると考えられます。心と体の健康作りへより一層取り組み、健診のオプション項目の追加、メンタルヘルスの実施、個別面談などを実施し、働きやすい環境の実現を目指します。今後も健康経営への意識の向上を目指し、技術向上・品質の向上を促進したいです。



山口県  
山口営業所Voice Report  
100th代表理事  
藤井新治氏

「顧客第一、社員あつての会社」を実現するために！

- 代表理事 藤井新治氏
- 本社所在地 山口県山口市下小鯖57-1
- 主な事業内容 組合員への各種サービス業
- 従業員数 21名(男性:9名・女性:12名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 組合員へ広めたい健康経営

協同組合山九ハイウェイセンターは、業種の異なる様々な中小企業を組合員として組織された「事業融合化」です。個々の企業が有する異質の経営資源を交流することにより、互いの経営知識や経営領域を高め、人的情報ネットワークを形成しながら組合員の経済的、社会的地位の向上を目的として設立された事業団体です。

健康経営の話聞いたときに、これは是非とも組合員の事業所にも広めたいと思い、まずは自分の所で実践することとしました。

## ボランティア・ロード

組合員のために色々なサービスを行う為には、まずは私を含めて従業員の皆が健康で元気に仕事に取り組んでいくことが大切です。

私たちは日頃から高速道路に関わる仕事をさせていただいているので国土交通省のボランティア・ロードにも参加しました。昨年は年に2回ですが、国道2号線のパーキングエリア内の美化清掃作業に取り組みました。朝5時から7名の従業員で40ℓのごみ袋15袋分を回収しました。これも健康でないと出来ない事ですよ。

## 「健康経営実践プログラム」から 従業員の意識を再確認

健康経営の実践にあたってはアクサのアドバイザーの方からのご提案で健康アンケートを実施し、その結果従業員全員が、健康であることが非常に大切だと考えているのだと改めて確認できました。

私自身も毎朝10kmの散歩から1日がスタートしますので今も元気そのものです。現在、別棟の部屋を利用して何か健康作りに活かせることができないかを検討しています。

## 今後の展望

まずは働く従業員全員が心身共に元気に働いていけることが大切です。今回組合として健康経営優良法人認定を受けることができましたので、今度は組合員企業に健康経営の導入をお勧めしていきたいですね。

## 働き方改革と健康経営

健康経営に取り組む前から働き方改革にも取り組んでいます。3年前にプレミアムフライデーと名付けて、月1回金曜日に特別休暇制度を作りました。1日で足りない従業員は2か月に1回連続で取得したり、半日に分けて月に2回取得しても良いなど柔軟に対応したところ、当初は休みが増えても特にすることがないと言っていた従業員も、継続的にできる趣味を見つけたり、早く帰って空いた時間の活用方法を色々見つけているようで、結果的には仕事を効率的に行い、皆が生き生きと仕事に取り組んでいると感じています。



代表取締役社長  
平地康詞 氏

健康増進・環境保全・清潔美化の推進に寄与し社会に貢献する！

- 代表取締役社長 平地康詞 氏
- 本 社 所 在 地 山口県山口市朝田1500-1
- 主 な 事 業 内 容 医薬品等の販売業
- 従 業 員 数 24名(男性:20名・女性:4名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康を推進する会社だから社員の健康を！

現場で指揮を執る永久専務取締役にお話を伺いました。

弊社は防疫用殺虫剤、ワクチン、消毒機材の販売を専業として発足して以来60年以上が経ち、公衆衛生に加え、環境保全、健康づくりにまで業務範囲が広がって参りました。こうした中、企業が健康経営に取り組むという事も時代の要請であると考え弊社での健康経営をスタートしました。

## 「従業員は家族」

人生の中で会社の中にいる時間、働いている時間を考えると誰でも起きて家族と過ごしている時間より長いですね。だから従業員のみんなには、会社で仕事をしている時間も明るく生き生きと過ごして、健康になってもらいたいと考えようになってきました。

## 職場環境の改善

弊社の建物は古いのでトイレが男女兼用です。男性従業員は日中は営業で外回りをしているのでトイレに不自由することはないかもしれませんが、中で事務をしている女性従業員には不便をおかけしていたと思います。今回健康経営を始めるにあたって思い切って事務所のリフォームを社長に提案し了承をいただきました。

まずはトイレを最新の設備にし、従業員が休憩できるフリースペースを設けました。バランスボールやストレッチマットを用意したので、気分転換などに活用して欲しいですね。

また休憩室の出入り口に全自動の血圧計&血液循環測定機を設置しましたので、しっかりと活用して体調の管理に役立てて貰いたいと思います。

## 今後の展望

2年後には発足後70周年を迎えます。

事務所のリフォームを機に、従業員全員で毎日トイレ清掃を始めました。その他の健康増進施策も少しずつできることから増やして、従業員の健康作りを始め、弊社の理念である「健康増進・環境保全・清潔美化」にしっかり取り組み地域に寄与することで弊社の業績の拡大に繋げていきたいですね。



従業員の皆が安心して働ける事務所にリフォーム完了！

徳島県  
徳島営業所Voice Report  
100th  
The Anniversary代表取締役  
朝野佳伸氏

大切な社員と、その家族の健康と共に会社も成長していきたい

- 代表取締役 朝野佳伸氏
- 本社所在地 徳島県鳴門市撫養町立岩字七枚114  
徳島本店 徳島市万代町6-20-2  
リフォームプラザ亀井 鳴門市撫養町小桑島字前浜39 ㊟-I鳴門駅前店3階
- 主な事業内容 総合建設業  
(土木事業・建築事業・住宅事業(新築・リフォーム)・環境事業・文化事業)
- 従業員数 58名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## グリーンコンストラクションカンパニー(GCC)への取り組み

当社は1906年創業以来、総合建設業として地域とともに発展してきました。100年後の世代や地域にできるだけ良い環境を残していくために、100年の歴史で培ったものづくり技術をベースとして、持続可能な地域社会を創造していく活動に取り組んでいます。このビジョンの実現には、従業員の心と身体の健康、また一人ひとりがやりがいを持って仕事に取り組むことができる環境づくりが大切だと考えています。



## SDGsへの取り組みの一環として健康経営認定へ

当社のGCCビジョンの実現のため、SDGsの取り組みを行う上で「健康事業所宣言」はおこなっていましたが、昨年、鳴門商工会議所様からの紹介でアクサ生命保険(株)様にサポートしていただき、この度、健康経営優良法人2021の認定を受けることができました。

今回、認定いただいたことはあくまでも結果であり、当社のGCCビジョンの一環として、真に社員のプラスになり満足度を高めていくことを目的としています。

## 大切な社員とその家族の健康と共に会社も成長していきたい

社員の心と身体の健康のために、健康診断受診100%・社員の生活習慣改善を支援(アクサ生命保険(株)様提供による生活習慣アンケートの実施やワンポイントアドバイスの定期的社内配信)、社内報「かめい通信」の発行や、自己申告書をもとに社長の個人面談を実施しています。

また、これまで外部機関によるモラルサーベイを実施してきましたが、今後はストレスチェックの実施を予定しています。

## 次の100年に向けての地域活動

経営理念の一つである“100年後の世代や地域に誇れる社会を目指し、地球環境にやさしい活動を行う”を実践するために美波町に森林を購入し「木づなの森」と名付けました。SGEC認証を取得することで、持続可能な森林の保護、地球環境の保護に貢献をしています。



木づなの森

社名に“亀”を有することもあり、海の自然を守り、うみがめの環境を守ることに少しでも貢献したいと考え「美波町観光協会」の会員として海岸の清掃活動も行っています。



美波町はウミガメが産卵に訪れる浜辺があることで有名です

## 今後の展望

当社の理念であるGCCが描く未来のまちづくりのために、まずは社員の心と身体の健康を守り、社員がやりがいを持って働ける職場を作ることが大切だと思っています。引き続き、健康経営への取り組みを積極的に行ってまいります。



毎月かめい通信を発行しています

福岡県  
福岡営業所Voice Report  
100<sup>th</sup>  
The Interview代表取締役  
秋丸真一郎氏

## 人生100年時代 元気で働ける職場に

- 代表取締役 秋丸真一郎氏
- 本社所在地 福岡県福岡市博多区東那珂2-11-23
- 主な事業内容 菓子製造販売業
- 従業員数 243名(男性:65名・女性:178名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康経営に取り組むきっかけ

アクサ生命保険の営業担当さんからのアプローチにより今回優良法人認定にチャレンジをしようと動きはじめました。また、優秀な人材の確保や現従業員の健康に対する配慮は、最優先の課題だと感じております。今回アクサ生命保険の健康習慣WEBアンケートを活用することで、会社で取り組むことが明確化でき、健康経営優良法人に認定されたことは良かったです。

人手不足だからこそ、  
健康経営に取り組む必要を感じました。

日本の人口は少子高齢化で、この先もどんどん人口は減っていきます。企業にとって従業員は宝です。コミュニケーションをはかるために、社内旅行などを企画しています。また行先についても従業員の声を聞いて選定しています。コロナの影響で昨年からは実施できませんが、収束した際は企画したいと思います。



社員旅行(グアム) ※コロナ禍前

## 健康経営の具体的な取り組み

定期健康診断の受診率100%はもちろんですが、従業員が安心して働ける環境作りの取り組みとして、インフルエンザワクチン接種の補助をしています。この取り組みもあってか、今年はインフルエンザの感染者が0でした。今後も従業員が安心して働けるような工夫をしていきたいと考えています。

## 健康経営の取り組み効果

長期で休まれている方は、産休・育休の方くらいで、皆さん健康でいてくれています。健康診断の有所見率も、他社に比べて低いらしく、さらに健康になるよう、取り組んでいきたいと思います。

また、他の会社から「健康経営優良法人、すごいですね」、「さすがです」と言ってもらえることもあり、会社のイメージアップにつながっているように感じます。

## 今後の展望

従業員の健康が一番大切なことであり、これからも工夫を重ね、健康経営の取り組みを推進していきたいと思っています。アクサ生命保険の健康経営のノウハウを活用し、従業員が働きやすい職場を皆で作っていききたいと考えています。



職場対抗駅伝大会 ※コロナ禍前



傑作まんじゅう 「博多通りもん」

福岡県  
柳川営業所Voice Report  
100th会頭  
荻島 清氏

健康で働きやすい環境づくり！ 会員企業の発展とともに！

- 会 頭 荻島 清氏
- 所 在 地 福岡県柳川市本町117-2
- 主な事業内容 地域総合経済団体
- 職 員 数 18名(男性:9名・女性:9名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

### 健康経営に取り組んだきっかけ

商工会議所の重要な事業である経営支援の強化や事業承継・人材育成は、健康経営によって推進できるところが少なからずあります。

アクサ生命の健康経営アドバイザーの勧めにより、働きやすい健康的な職場環境の推進の為、まず商工会議所が自ら健康経営に取り組むことを決めました。

### 「健康経営実践プログラム」から、 まずは取り組めそうな活動を

毎年、全職員対象に実施している健康習慣アンケート後のフィードバックレポートにより、現状把握や分析を行っております。職員の健康に対する意識の低さを原因とする体調不良や病気療養による欠勤が、どれだけ労働生産性の低下に影響を与えるかを数値で確認することで、ますます職場全体での健康経営への取り組みが重要だと感じます。健康づくりを促進する要因、妨げている要因がどこにあるのかを正確に把握することは、職場に受け入れられやすい環境を整備していくことに役立ちます。実践プログラムの中から現在できていることと、すぐに実践できそうな項目から取り組んでおります。

### 健康増進へのこれまでの取り組み

職員朝礼において健康づくりについての説明や健康経営に関するセミナー等への積極的な参加についても呼び掛けをしております。事務作業が多いため、職員はどうしても座りっぱなしになりがちであり、休憩時間や昼休みに気軽にできるストレッチ運動の推奨、エレベーター使用を控え、階段利用の推奨、比較的近場へ巡回訪問する際には、極力自動車を使わず、徒歩や自転車利用を強く呼びかけております。職員の健康に対する認識を後押しし、少しずつ意識の向上を促していくことで、無理せず自分たちでもできることから一歩一歩実践しつつ、慢性的な運動不足解消に繋げております。

### 地域全体で健康経営に取り組んでいくために

当商工会議所では、従前から地域の中小企業向けの定期健康診断を積極的に取り組んでおり、病気の早期発見・早期治療など健康経営推奨の一翼を担ってまいりました。

近年では、生活習慣病などの病気を未然に防ぐ予防的な役割として重要視されており、今後も地域の健康経営に資する重要事業として継続していきます。

新型コロナウイルス感染症の拡大防止対策に関しては、単独ではワクチン接種の実施が困難である会員企業から、商工会議所が窓口となった共同接種を求める要望を受け、企業の従業員などを対象に、7月という比較的早い時期に1回目の接種を実施致しました。今回の共同接種により、幅広い業種・業態に勤務する希望者を受け入れ、特に若い世代へのワクチン接種が早い時期に実現したことで、地域内での感染拡大防止に大きく貢献することができたと思います。会員企業の方から大変喜んでいただき、地域全体での健康経営の取り組みに寄与できましたことを大変嬉しく思っております。

今後も社会情勢を見据えながら、地域企業のご期待にお応えできるよう事業活動をすすめてまいります。



新型コロナウイルスワクチン共同接種風景

福岡県  
北九州営業支社

Voice Report  
100<sup>th</sup>  
The Interview



代表取締役社長  
星野正俊 氏

### お客様と社員の健康を大切に

- 代表取締役社長 星野正俊 氏
- 本 社 所 在 地 福岡県北九州市八幡東区
- 主 な 事 業 内 容 医薬品小売業
- 従 業 員 数 32名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

### 健康経営に取り組んだきっかけ

健康経営を知ったのは、アクサ生命の訪問がきっかけです。調剤薬局という業種柄普段から、お客様の健康と向き合っています。その為、会社としても率先して健康経営に取り組むべきと考えました。

### 健康経営の取組によって、会社全体にとってどのような効果がありましたか？

会社の業種柄、健康とは切っても切り離せません。幸い社員は健康意識が高い方が多いので、会社としても健康経営に取り組む姿勢を社員にメッセージとして発信することに意義があると思います。

### 今後の展望について

ビジネスモデルは日々変化しています。しかし、社員自身の健康意識を高め、お客様の健康にきちんと寄り添うことは経営の軸となります。その上で、活動の幅を内から外に増やしていき、収益性の向上を図りたい。



### 具体的な取り組み内容

社員については、普段からお客様の健康に寄り添っていますので、従来から自身の健康について気にかけている方は非常に多いです。喫煙者についても1名のみで、非常に少ないと思います。会社としても健康経営のメッセージを従業員に発信していき、自身の健康についての高い意識を継続していきたい。

### 従業員の皆様の健康習慣に関する意識・行動に変化はありましたか？

この1年間はコロナ対策に気をくばってきました。店舗のアルコール消毒等の対策はもちろんなのですが、社員の健康意識が高いおかげもあり、現在まで社員でコロナ感染者が出ていません。お客様は病気の方や高齢の方が多いので、今後も意識を高く持っていきたい。



福岡県  
北九州営業支社

Voice Report  
100  
th



代表取締役社長  
新井隆児 氏

「ずっと続く会社にしたい」 ～社員の健康を第一に～

- 代表取締役社長 新井隆児 氏
- 本 社 所 在 地 福岡県北九州市小倉北区
- 主 な 事 業 内 容 電気配線工事業
- 従 業 員 数 20名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

### 健康経営に取り組んだきっかけ

親会社が2019年から健康経営の取り組みを開始、従業員1人1人が健康で生き活きと働くことができ、能力を最大限発揮できる環境を作ること掲げたことから、弊社も同様の取り組みを始めたいと考えていました。しかしながら、何をどう始めたら良いのか分からず、手付かずの状態でした。そんなところにアクサ生命担当者から健康経営推進や優良法人認定取得支援の申し出があり、本格的な取り組みを開始しました。

### 具体的な取り組み内容と行動変容

○社屋内禁煙  
○出張先の借上社宅内禁煙  
○40歳以上社員へがん検診受診義務化  
○3か月に1回、保健師派遣による個別指導実施  
以上を重点的に取り組んだ結果、喫煙率63%⇒58%と減少、いつも缶コーヒーを飲んでいた従業員が豆乳を飲むようになるなど、日々の行動にも変化が見られるようになりました。

### 健康経営の取り組みを開始した効果

今年8月、67歳男性の従業員ががんと診断されてしまいました。がんの診断は本人の人生において大変重たい出来事ですが、会社にとっても大変大きな痛手でした。しかし、健康経営への取り組みを進める中で、病気と仕事の両立支援のために、福利厚生プラン(従業員のがん保険)に加入していたので、会社から当該社員へ治療費の手当をすることができました。それによって従業員全体の会社に対する信頼とモチベーションが上がったように感じています。現在も生産性へのプラス効果が拡大しています。

### 今後の展望について

これからもずっと続く会社にしたいと考えています。従業員20名と下請け会社40名を背負っている立場上、この健康経営への取り組みは会社にとって不可欠なものであると考えています。引き続き社員が生き活きと働ける環境、安心して働ける環境を作っていきます。来年4月には新事業を立ち上げる予定です。新事業を軌道に乗せるためにも、事業活動と健康経営の取り組みを両輪で回していきたいと考えています。



福岡県  
筑豊営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
植田弘幸氏

「安全、安心にお客様へ荷物をお届けする」ために

- 代表取締役社長 植田弘幸氏
- 本社所在地 福岡県田川郡香春町大字鏡山364-5
- 主な事業内容 一般貨物運送事業
- 従業員数 14名

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021認定

### 取組のきっかけ

働き方改革関連法が施行されるなど、トラック運送業界も主体的な働き方改革推進が求められています。会社としてドライバーである社員の健康についても、積極的に関与してきましたが、さらに社員の健康への意識、行動を高めていきたいと思っていたところ、アクサ生命の担当者より健康経営の話しを聞く機会がありました。健康経営の取組を継続していくことで、社員の心身の健康増進、コミュニケーション向上がはかられ、元気に長く働き続けてもらうことにつながると思い、取組を開始しました。

### 具体的な取組

健康習慣アンケートを実施することで、社員の意識、行動の傾向や課題を把握することができ、取組に活かすことができました。

社員の健康管理は大変重要ですので、健康診断は全社員半年に1回受診しています。その結果、所見があった社員には再検査・精密検査の受診勧奨を行い、その受診率は100%となっております。

また、毎朝出勤時に血圧の測定、検温実施をするなど、健康状態を日々確認し合っています。

夏には熱中症対策キットや空調服を、冬にはアルコール消毒液、マスク、のど飴などを配布するなどの取組も継続して行ってきました。



熱中症対策キット

### チームワークは抜群！ 全社員で風通しの良い職場環境をつくる

当社の社員は皆仲間意識が強く、声を掛け合うなど、チームワークの良さが自慢です。コロナ禍前までは、社員旅行、ボウリング、焼き肉大会など、懇親を深めるイベントを定期的に行い、コミュニケーションを深めてきました。風通しの良い、活き活きと健康、笑顔で勤務できる職場環境を全社員でつくっています。

### 今後の展望

健康経営の取組によって、社員の健康への意識、行動に前向きな変化が現れ、社員間のコミュニケーションもさらに向上するなど、効果を実感しています。

社員も今後を重ねていきますが、健康経営の継続した取組により、社員の健康寿命を伸ばし、健康で長く幸せに働き続けてもらいたいと思っています。

それが結果として、安全、安心にお客様へ荷物をお届けすることにつながるものと確信しております。

社員ひとりひとりのプライベート・仕事の目標を事務所内に掲示  
左:昨年度 右:今年度

熊本県  
熊本営業所

Voice Report  
100th  
The Interview



代表取締役  
上田裕子氏

「社員の物心両面の幸せ」を実現するために健康経営に取り組む

- 代表取締役 上田裕子氏
- 本社所在地 熊本県上益城郡嘉島町
- 主な事業内容 運送業
- 従業員数 75名(男性:70名・女性:5名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2019~2021 3年連続認定

### 健康経営に取り組む必要性を感じました

不規則な就業時間、体力も必要な業種だからこそ従業員が安全に安心して働けるよう会社として健康管理に取り組むことが重要だと考えています。

実際、会社の定期健康診断で癌の早期発見に至った従業員も数名おり、早期治療、早めの代替要員の確保にも成功し、健康経営に取り組んでいて本当に良かったと思います。

### 大切な社員とその家族の健康とともに

新型コロナウイルス感染症が蔓延している状況下を従業員またその家族とともに乗り越えるため、感染予防対策の啓発に努め、毎朝出勤時に体調確認・アルコールチェック・血圧測定・家族の健康確認を実施し、更に感染予防のためマスクを定期的に配布する等の支援を実施しています。

また、来訪者様についても体温チェック、消毒、来社記録を取っています。

### 福利厚生充実

全従業員に年1回の定期健康診断を必ず受診させ、再検査・治療が必要な場合は必ず病院に行くよう声掛けをしています。また夏季の熱中症対策では社内に自動販売機を設置し、熱中症対策応援価格で販売しているほか、麦茶・塩飴を常時準備いつでも水分・塩分を摂れるようにしています。

### 今後の展望

健康経営優良法人の取得を今後も継続し、全従業員の健康維持に努め、新型コロナ感染対策を徹底し感染予防に取り組み、全従業員で力を合わせてこの危機的状況を乗り越えてまいります。

### 普段から取り組んでいること

毎朝の体調確認、血圧測定に加え、朝礼時には社長を含め参加できる従業員全員でラジオ体操を実施しています。また、休憩室にはカロリーメイトやソイジョイ等の栄養調整食品の自販機を設置、いつでも気軽に食べることができるようにしています。



2020年3月7日健康セミナー実施  
講師は協会健保委託講師、テーマは食育セミナー

熊本県  
熊本営業所

Voice Report  
100th



代表取締役  
横山英生 氏

健康経営の取組みで、地域の住環境と社員を守る！

- 代表取締役 横山英生 氏
- 本社所在地 熊本県天草市佐伊津町3413-9
- 主な事業内容 設備工事業(管・電気・空調・消防)
- 従業員数 36名(男性:30名・女性:6名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

## 安全作業の基本は、社員の健康管理から

弊社は、昭和45年(1970年)7月13日創立以来天草地域に根差した設備会社として、管工事、電気工事、空調工事、消防設備工事、機械設備工事などの業務を中心に、一般住宅から公共施設まで提供させて頂いています。建設業では、安全作業で工事を完成させることが使命です。

その為にも、作業を行う技術者は健康が基本となりますので健康経営の考え方や取組みを更に推進する目的で、「健康経営優良法人2021(中小規模法人部門)」に申込を行い認定を受けました。

## 従業員の感染症対策

毎年流行するインフルエンザへの感染予防対策として、就業時間内に、社員への予防接種を会社負担で実施しています。又、現在の新型コロナウイルス感染症対策として、マスクの着用と本社をはじめ各事務所入口には、アルコール消毒液と検温機器を設置し、手指消毒及び検温による体調管理を実施しています。他にも事務所内には、オゾン発生器やジアイノを設置すると共に、二酸化炭素濃度計を設置し換気の基準を見える化するなどの対策を行う事で、社内での感染者発生及び感染拡大は発生していません。

## 健康経営の取組み

健康経営優良法人認定以前から行っていた取組みは、

- ①従業員の健康診断後の二次検診受診率アップです。  
健康診断後、二次検診対象者へ検診日と受診医療機関を決めて報告してもらい、受診の確認とその後の治療状況を追跡調査しています。
- ②健康診断結果に基づく医師からの意見聴取を天草地域産業保健センターに依頼し、健康診断結果に対するアドバイスを頂き活用しています。
- ③従業員数が50人以下なので、法定義務ではありませんが、全従業員を対象に「ストレスチェック」を毎年1回実施することで、メンタル面のサポートを行っています。
- ④社員の健康促進及び運動不足解消を目的に、平成16年から本社敷地内に「トレーニングルーム」を設置しています。昼休みや就業後に利用者がいます。
- ⑤毎朝、ラジオ体操を行う事で、業務開始に合せ体の準備を行い、ケガ防止など安全作業に繋がっています。

上記以外に新しい取組みとして、従業員全員へ「青汁」を配布しています。毎日青汁を飲む事で、野菜不足を補い、健康診断での再検者を減らす事が目的です。

その他に、アクサ生命様の御協力で、従業員へ毎月の健康情報提供や健康習慣アンケートを行い、その結果から、健康経営の取組み状況を分析し活用しています。

## 今後の展望

健康経営優良法人2021から2022へ申請を行いますが、今回は上位500社の「ブライツ500」認定に向けて準備を行っています。又、協会けんぽのヘルスター認定2021では、星1つとなりましたので、次回は星の数を増やせるように健康経営の取組みを進めて行き、心身共に健康で働き続けられる職場環境を整え、安全作業で、地域の住環境をづくりのお手伝いをして参ります。



朝のラジオ体操



トレーニングルーム



会社の取組み

(熊本県ブライツ企業認定熊本県よかボス企業登録)

大分県  
大分営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
工藤高志 氏

「健康第一、社員あつての会社」を実現するために！

- 代表取締役社長 工藤高志 氏
- 本 社 所 在 地 大分県大分市日岡3-4-5
- 主 な 事 業 内 容 一般電気工事業
- 従 業 員 数 23名(男性:22名・女性:1名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

### 健康経営を始めたきっかけ

従業員の親族が病気により早世する出来事があり、自社従業員の健康状態や生活習慣等を調査したところ、

- ①同業他社と比べ禁煙率が高いこと
- ②メタボ体型従業員が多いこと
- ③定期健診後の二次健診率が低いこと

主にこの3つの問題点を発見できましたが、当の従業員達は危機意識がなく「まだ若いから病気なんてかからない」という考えでした。

そこで会社として健康向上の取組みを始めることによって従業員の健康に対する意識改革を図ろうという考えに至ったことが健康経営活動の始まりとなりました。

### 健康習慣アンケートとセミナーの実施による意識向上

その他では、スポーツジム入会金支援制度を制定し、会社がスポーツジムの会費を負担することを社内資料として作成・周知するも活用する社員がおらず、運動機会の推進が難しいと感じていた頃、アクサ生命さんから声を掛けて頂き、健康習慣アンケートを実施しました。その後、フィードバックセミナーを実施頂き、さらに定期健康診断結果について大分市の健康セミナーを実施(下記写真)したところ、従業員の意識が徐々に変わってきたことを感じました。再度「生活改善推進手当」について周知を行った結果、ジムに通い出した社員が2名おり、健康や運動の話を社内でも聞くようになりました。

### BMI改善による「生活改善推進手当」を制定

最初の施策として、健康管理規定に「生活改善推進手当」を制定し、従業員のダイエット推進を行いました。内容としては健康診断時のBMIが翌年の健康診断時に改善されていればその数値の幅により手当を支給するというもので、その具体的数値を周知し、大きな予算を組んで開始しました。しかし、すぐに改善実施を行おうとする従業員は現れず反応も芳しくなくダイエットに挑戦したという声もありませんでした。

### 健康づくりのきっかけを会社が提供したい

定期健康診断の100%実施だけでなく、今年度の二次健診は個別に案内文書を配布し受診勧奨を行ったことで受診率100%を達成しました。二次健診を受けることで大病の予防に大きな効果があると考えております。また、会社が存続と発展をしていく為には従業員全員が心身共に健康で長く働いてもらえる環境を整えることが必要不可欠です。その環境があることで大切な従業員とその家族の幸せに繋がっていくと確信しています。会社にとって「社員は会社の宝」ですから、従業員1人1人の夢が実現できるように、健康維持ができるように、健康経営活動をこれからも継続します。

### 大分県の禁煙サポート事業の活用

大分県の「事業所禁煙サポート事業」を利用し、喫煙者の中から希望者を募り、薬剤師の方との面談から禁煙補助剤の処方までを行って頂きました。会社が全額費用負担をすることで、「禁煙はしたい気持ちはあるが病院に行くことが面倒くさい」「お金がかかる」といった理由で踏み出せなかった従業員も気軽に禁煙を始めることができる環境を整えました。

結果、初回の禁煙サポート事業で4名中2名の禁煙に成功し、この取組みは継続しております。





会頭  
米良充典 氏

「日本一働きやすい商工会議所」を目指す！

- 会 頭 米良充典 氏
- 所 在 地 宮崎県宮崎市錦町1-10 KITENビル7F
- 主 な 事 業 内 容 経済団体
- 従 業 員 数 48名(男性:22名・女性:26名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2020~2022 3年連続認定

### 働く仲間の健康が組織の財産であり働く原動力 「健康経営」に取り組むきっかけ

健康経営を進めたいと思いつつも、どんなことを取り組んでいいのかわからない状態でした。その時に、全国健康保険協会宮崎支部様より健康宣言の案内をいただき、健康宣言に取り組むことで健康経営に繋がるのではないかと思います。何よりも一緒に働く仲間の健康が組織の財産であり働く原動力にもなるため、ひとりひとりが健康で働ける職場づくりを進め、多くの事業所様に広めていきたいと思い、取り組みを開始しました。

### 具体的な取り組み内容

- 毎週金曜日にノー残業デーの実施
- 自動販売機の健康飲料コーナー設置
- 健康習慣アンケート



カゴメベジチェック



健康飲料コーナー

- カゴメベジチェックでの野菜摂取量調査
- 健康診断に合わせた特定健診の受診促進
- 月に一度の職場周辺の清掃活動



月初清掃

### 健康を意識するような取り組み活動 職員への効果・組織への効果

職員への効果としては、チラシ作成や声掛けにより特定健診の受診率が上がり、ひとりひとりが自身の身体の変化に気づくきっかけとなり健康を意識するようになりました。普段何気なく利用している自動販売機の飲料も、様々な健康飲料を入れたことで職員の健康意識も高まりました。コカ・コーラさんの公式アプリ coke onウォークを利用しお得に健康行動をとる職員が増えました。

またベジチェックや血圧計の設置をし「健康の見える化」をしたことで、今までより野菜を摂取するなど、健康生活への行動変化が見られました。

組織への効果として、まずは健診受診、健康飲料コーナーを作ってみるなどスモールチェンジを進めていく中で組織の健康経営の課題が少しずつ見えてきました。

更に、産業医の導入や両立支援では宮崎産業保健総合支援センターを利用することで外部資源を活用し、内部資源だけでは不足しがちな情報を入手し健康経営に活かすことができました。

コロナ禍の影響で感染予防対策で検温、アルコール消毒を行ったところ例年に比べ風邪やインフルエンザが減り普段以上に健康に留意して過ごすことができました。

### 今後の展望

職員が健康で働きやすい職場づくりに邁進し、誰もが安心して働ける、日本一働きやすい商工会議所を目指します。また、当所の取り組みを宮崎の事業所様に周知し健康経営が特別なものではなく、経営の要と取り組んでいけるよう、地域の応援団として推進していきたいと思っております。

鹿児島県  
鹿児島営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
前田 勝氏

「恵まれた環境を未来へ」をモットーに健康経営に取り組む

- 代表取締役社長 前田 勝氏
- 本 社 所 在 地 鹿児島県鹿児島市春日町7-14
- 主 な 事 業 内 容 土木工事業
- 従 業 員 数 34名(男性:30名・女性:4名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 社員の健康が会社の健康

～会社は社員でできている～

社名の「リーチ」は英語の「reach」からきており「達成」の意味があります。建設現場においても本社においても社員一人丸となって「完成」という目標達成のために尽力してくれています。その社員と家族の幸せが一番。幸せになるために仕事をしてほしいし、幸せになるための職場を提供したい。社員の心と身体の健康に気を配り、仕事と家庭の両立が可能な職場を目指しています。

## 健康経営で技術力の向上と若手の育成を図る

令和3年度国土交通省九州地方整備局工事成績優秀企業として認定されました。今後も高品質な技術をご提供できるように、社員一人一人の健康に配慮してまいります。ベテランの高い技術力を次代へ継承するため、健康経営で定着率をUPし若手の育成にも力を尽くします。



## 健康経営で3Kを払拭し魅力ある職場環境づくり

新卒採用が経営課題の一つでした。新卒採用向けパンフレットに健康経営を掲載しPRしました。「社員の心と身体の健康保持の為」「かごしま健康企業宣言」に登録し、企業全体で社員のメンタルヘルスや健康づくりに積極的に取り組んでいます」と。

その結果令和3年4月に高校新卒者を3名採用することができました。16年振りの快挙です。令和4年4月にも1名の入社が決定しています。さらに健康経営でイメージアップができ多方面からも評価されています。社員が仕事と子育てを両立しすべての社員がその能力を發揮できるようにするため、育児休業についての行動計画を定め、特に男性の取得を推進しています。



## 健康経営で一層発展する企業を目指す

今後は健康経営の推進を通して、社員の健康増進と共に一層の生産性のUPを実現していきます。ゆくゆくはブライツ500獲得にチャレンジしていきたいです。

令和4年1月4日  
初詣時に撮影。

撮影時のみ、マスクを外しております。

鹿兒島県  
鹿兒島営業所Voice Report  
100th  
The Anniversary代表取締役社長  
篠原 誠氏

## 健康経営で「かごしまの未来を創造する」

- 代表取締役社長 篠原 誠氏
- 本 社 所 在 地 鹿兒島県鹿兒島市東開町12-10
- 主 な 事 業 内 容 総合建設コンサルタント
- 従 業 員 数 62名(男性:50名・女性:12名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定

## 健康で長く働き貢献していただくために

当社は特殊な技術屋集団のため、健康を害すると即生産性が低下します。社員には常に「健康」を訴えています。健康経営に取り組んでから社員一人一人がワークライフバランスに配慮し、自分の時間を大事にするようになりました。健康診断による有所見者の要再検査率は、令和2年度は31.5%でしたが健康経営に取り組んだ令和3年度は11.9%に激減しました。再検査の受診率は100%です。今後は要再検査ゼロを目指して健康経営に取り組んでまいります。

## 社員と家族の幸せを大事にしています

仕事の成功と健康的で幸せな生活を両立させることが、社員ひとりひとりの意識を高め、企業の活力につながると考えています。節目の行事としては歓送迎会や隔年春の社員旅行を開催しています。旅行先では各地を見学し防災に強い街づくりの必要性を肌で感じ、時には自らの仕事の存在意義を改めて感じています。



## 社員の健康に配慮した職場環境づくり

社員食堂で誰もがヘルシーでバランスの良い食事ができるように配慮しています。ベジタブルファーストも浸透し、食べる順番・量・カロリーを考え美味しく食べながら健康管理に取り組んでいます。



## 健康で地域と共に発展する企業を目指す

偶数月の第一土曜日には、社員全員で地域の清掃活動を行っています。この活動に対して、平成29年7月には、「九州地方整備局国土交通行政功労表彰」の授与も頂きました。これからも地域のため微力ながらも清掃を通じて、地域貢献をしていきたいと考えております。



トレーニングルームを設置し、社員が自由に楽しく仲間と共に体力づくりに励む環境を整備しています。

鹿児島県  
鹿児島営業所

## 「健康経営」で社員の能力を発揮 業容拡大に取り組む

- 代表取締役社長 俣野博一 氏
- 本 社 所 在 地 鹿児島県鹿児島市坂元町1046-3
- 主 な 事 業 内 容 運送業・航空貨物運送・倉庫業
- 従 業 員 数 170名(男性:147名・女性:23名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021 認定Voice Report  
100  
th

## おかげ様で創立25周年を迎えることができました



令和3年6月11日をもちまして、おかげ様で創立25周年を迎える事ができました。お取引先の皆様方や関係各所の方々の厚いご支援と温かい激励の賜であると共に、社員一人一人がお客様のご要望にお応えするべく真摯に向き合

励んできた日々の積み重ねがあったからこそ、こうして25周年を無事に迎える事ができたと考えております。健康経営の推進により社員と共にウェルビーイングを実現し、50周年100周年を目指してまいります。

## 健康経営で働きやすく魅力ある職場環境を構築



健康経営優良法人認定取得に加え、「働きやすい職場認証制度」・「かごしま子育て応援企業」も取得・登録しています。「働きやすい職場認証制度」は、自動車運送事業者(トラック・バス・タクシー事業)の運転者の労働条件や労働環境を第三者機関が評価・認証する制度です。2021年度の審査結果が届き、「合格」する事ができました。また鹿児島県の推進する「かごしま子育て応援企業」に登録し、従業員の仕事と子育ての両立支援にも積極的に取り組んでいます。弊社はこれからもこれらの認証取得・登録制度を通じて、より働きやすい職場環境の実現に取り組んでまいります。

## 日々の積み重ねで健康経営の実践を図る



職場に血圧計を設置し、社員が毎日血圧を測定して日々の体調管理に取り組んでいます。インフルエンザ予防接種の補助制度も取り入れ、接種率向上と罹患者の大幅削減を実現する事ができました。

健康経営に取り組み始めたところ、飲料メーカーからも健康経営に資する飲物を薦められました。自動販売機の内容も社員の健康を考慮し、青汁やミネラルウォーター・お茶等無糖のものや身体に良いものを多く取り入れています。今後は社員の積極的な体力作りのために、まず社員の意見も幅広く聞くと共に職場内へのトレーニング施設の整備も考えています。

## 健康経営で一層の業容拡大を目指します

アクサ生命から勧められて取り組み始めた健康経営ですが、業績の向上や求人にも良い影響が出てきています。健康経営の推進により、まず能力の高いベテラン社員に健康で長く働いてもらい、持てる力を遺憾なく発揮頂く事を目指します。そして若手のモチベーションアップを実現し、ワークエンゲージメントの高い職場を構築し全員の力で一層の業容拡大を図ってまいります。

沖縄県  
沖縄中部営業所



代表取締役社長  
湧川哲雄氏

健康経営を実践し、沖縄県の農家や農村地域の発展に貢献できる  
100年企業を目指します！！

- 代表取締役社長 湧川哲雄氏
- 本 社 所 在 地 沖縄県浦添市
- 主 な 事 業 内 容 農業土木 調査・設計・管理
- 従 業 員 数 19名(男性:15名・女性:4名)

健康経営優良法人 2021認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021 認定

Voice Report  
100th

### 沖縄県の農村地域の発展に貢献するためには、自社の社員が健康でなければならない。健康経営の取り組みのキッカケ

弊社は、調査・設計という上流工程の業務特性から、工期に迫られ残業が多くなる傾向がありました。業務の執行と休暇のバランスが課題であり、それを解決するため、働き方改革を模索しているところ、浦添商工会議所開催の、アクサ生命の健康経営セミナーに参加する機会がありました。社員とその家族が心身ともに健康で安心して働ける職場環境を築くことが大切であり、社員は元より、その家族の健康づくりが企業の発展につながると再認識し、そこで健康宣言に至りました。

### 具体性と実効性を高めるためにヒントは優良法人認定基準にあった。

協会けんぽの福寿うちなあー健康宣言を社内外に告知しました。当初の取り組み案は、基本的には、健康診断の延長線上にあることを掲げました。取り組みを掲げたものの、健診受診の徹底以外に具体的な取り組みが明確でなかった為、その他の実践内容についても、どのような方法で誰がどう指示するかが明確ではありませんでした。そこで、優良法人認定を得るために、健康指導員を定め必要な各項目ごとに現状を分析しできることから取り組んでいきました。

#### 具体的な取り組み内容

- 定期健康診断の徹底受診と再検査等奨励
- ・40歳以上の家族に健診を推奨し費用の一部負担
  - ・10時、15時の定時に社員一斉にストレッチを行うようにした。
  - ・残業時間の削減と作業分担の積極的な関与
  - ・昼食時に特保指定飲料の提供
  - ・コロナ蔓延防止のための職場環境整備とマニュアルを作成し社員に配布

### ありきたりな取り組みに見えるが実は効果があった！

#### 社内での取組んだ効果

- ・健診の徹底を行なったことで、社員の健康への意識が高まり、今年度は4月、5月で社員全員が健診の予約が完了し既に数人が健診済みである。
- ・再検査の推奨で早期に病気を見つけることができ、その後の治療に役立てた。自宅療養中に可能な範囲でのテレワークを実施し、根治後の職場復帰がやり易い環境作りができた。
- ・10時、15時の定時にストレッチタイムを設けることで、仕事にメリハリが出てきた。

### 今後の課題と対応策

昨年の取り組みは、働き方改革や、コロナ蔓延防止等経営側からの一方的な取り組みが多かったため、社員が自ら参画するような健康経営への取り組みを行っていきたくと計画しております。また、今後取り組むべき課題は以下のとおりです。

- ・メンタル面でのサポートやケアが不十分であったため、メンタルヘルス不調者への対応を充実
- ・コロナ禍の中ではあるが、工夫することで、社員各自が健康経営に積極的に参加できるように、社員対象のセミナーを増やし、社員同士での話し合いの場と機会を増やす



毎日10時15時のストレッチタイム  
身体を少し動かすことで、リフレッシュもでき  
改めて仕事に集中できます

健康経営優良法人  
2022 認定

ブライト 500

健康経営優良法人2021・2022 インタビュー

Voice Report



東京都  
首都圏  
第五FA支社

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
吉田亜紀氏

社員が心身ともに健やかで、  
地域のために長く仕事を続けられるために

- 代表取締役社長 吉田亜紀氏
- 本社所在地 東京都練馬区田柄1-14-19
- 主な事業内容 一般貨物事業
- 従業員数 34名(男性:33名・女性:1名)
- 加入健保名 協会けんぽ 東京支部

健康経営優良法人 2022認定  
プライト500

健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

地元自治体のお仕事を請け負う当社では、数年前から社員の高齢化と若手人材不足が経営課題となっています。社員が心身ともに健康で安心して長く働ける職場環境を整えることで、若手人材の雇用に繋がり、今いる社員たちの満足度も向上すると考え、健康経営に取り組んでいます。

### すべての方との共生を目指して

若手人材雇用のため始めた健康経営への取り組みは、年配社員と若手社員の共生にも必要不可欠であると考えます。お互いのウイークポイントを補い助け合う。これは社員同士だけでなくすべての人がこの気持ちを持ってほしいと思います。

茂呂運送では

- ①働く仲間との共生
  - ②取引先様との共生
  - ③地域との共生
- を目指しています。

### 持続可能な取り組みである健康経営

茂呂運送ではビン、缶、ペットボトルや古紙に電池などの資源回収・区内図書館の本の配送・放置自転車の撤去回収など、区民が安全に安心して暮らせるお手伝いをしています。これはSDGsの一環でもありと考えております。社員が安全に安心して働ける職場環境作りも事業継続のためには必要なことであり、事業継続もまた、SDGsの一環であります。健康経営も認定を取得したら終わりではなく、継続してより改善していくことがとても重要です。



2021年は「健康経営アドバイザー」による健康セミナーを4回実施



ストレッチ指導の様子

### 社員の食生活への意識改革

健康診断の結果で、特定保健指導が必要な社員には産業医の先生や保健師さんから指導して頂いていますが、それ以外のことも気になる社員には管理栄養士の先生に食生活に関して指導をお願いしています。

これによりカップ麺の量を減らしたり、カロリーが高く栄養の少ない食べ物を減らしたりと、食生活を見直す社員も出てきました。

次の健康診断の結果が楽しみです。

### 社員の満足度は顧客満足度、家族の満足度に繋がる

社員が心身ともに健やかであれば、自ずと仕事が丁寧になると思います。会社が社員の健康に留意してあげれば社員のご家族も安心します。会社が社員を大事にしてあげれば社員は会社も仕事も大切にしてくれると思います。



### 今後の展望

2年連続の認定取得、そして今年度はプライト500に選ばれたことをとても嬉しく思います。従業員のエンゲージメントと会社の生産性をさらに向上するべく、継続してまいります。

今後は社員間のコミュニケーションの機会をより増やしていきたいです。トレーナーのストレッチ指導、管理栄養士から食事のアドバイス、そしてアクサ生命健康経営アドバイザーによる「社会的健康」に関する従業員セミナーにも引き続き期待しております。

## 東京都チャレンジドプラストッパン株式会社

代表取締役社長  
田中茂登彦氏

「顧客第一、社員あつての会社」を実現するために

- 代表取締役社長 田中茂登彦氏
- 本社所在地 東京都板橋区小豆沢
- 主な事業内容 印刷業
- 従業員数 150名(男性:120名・女性:30名)
- 加入健保名 トップングループ健康保険組合

健康経営優良法人 2022認定  
プライト500健康経営優良法人  
2022 認定

当社は凸版印刷株式会社51%、東京都39%、板橋区10%出資の特例子会社です。  
また、150名の従業員中、110名が何かしらの障がいを抱えている従業員でもあります。  
従業員の障がいを“個性”と捉え一人ひとりの人生に寄り添った組織運営をおこなっています。

## 「健康経営」の取組みきっかけ

従業員の中には30年前に入社した者もあり、年齢を重ねるにあたり、障がいが進行すること等も考慮し健康について社を上げて取組む必要があると考えていました。健康経営推進担当者はもともと凸版印刷(株)の人事労制本部で健康経営を担当し2年前より当社に所属。障がいを有する社員に長く勤務して欲しいとの思いから、具体的に健康経営の取組みをはじめました。

## 当社のこれからの課題

精神および知的障がいを有する社員への育成方法等について、まだまだ確立されていない点が課題であると感じています。一人ひとりに対する接し方、金融リテラシー、ライフプランニング等においてもサポートしていかなければいけないと思っています。また、障がい者指導員の指導方法のレベルアップも併せて図ることで、全社員が明るく、元気で、心身ともに健康で働くことが出来る会社を目指していきます。



「本気のラジオ体操」実施

「睡眠の質向上」セミナー実施

## 当社の取組み例

- ・毎月1回従業員全員でレクリエーションを実施。(ラジオ体操や睡眠の質を高めるストレッチ等)
- ・食事の質を高めるためヘルシー弁当を導入。
- ・従業員の健康状況を数値で管理し、結果の振返りや課題へ対処を考える機会の醸成。(体組成測定の実施)
- ・トップングループのみならず、障がい者就労におけるサポート(研修等)を外部に発信するために、労働局や経団連への働きかけを実施中。

## 当社のこだわり

従業員の障がいを“個性”と捉え、従業員一人ひとりに合わせた目標を設定し、達成に向けて共に行動していくことに注力しています。また福祉的及び就労的視点を持ち合わせることで、従業員の自己実現にも寄与できるよう、取組みを行っています。また、従業員の心とからだの健康を第一と捉え、食事や睡眠といった様々な視点について推進担当者自ら情報収集し、従業員へ向けレクリエーションや勉強会として還元しています。

## 今後の展望

今後はリワークプログラムの検討や、当社の障がい者雇用ノウハウをトップングループのみならず、社会貢献の一環として、外部に対して情報発信を実施していけたらと考えています。社内の取組みとしては、毎年、社員一人ひとりに健康目標と業務のチャレンジ目標を設定してもらい、就労支援員および診療所スタッフが面談しながら、PDCAサイクルを繰り返していくことにより、心身ともに健康な社員をつくっていきます。

神奈川県  
横浜  
第二FA支社



代表取締役  
赤坂忠義 氏

社会・人生・仕事の成長と成果を追及 安心を造る

- 代表取締役 赤坂忠義 氏
- 本社所在地 神奈川県横浜市港南区
- 主な事業内容 建設業
- 従業員数 10名(男性:9名・女性:1名)
- 加入健保名 協会けんぽ 神奈川支部

健康経営優良法人 2022認定  
プライト500

健康経営優良法人  
2022 認定

Voice Report  
100th

会社理念の「社会・人生・仕事の成長と成果を追及 安心を造る」を胸に刻みながら誠心誠意社会貢献に努め、スピード感のある行動をし、人間力育成、社内改革、新たな建設業のスタイルの構築を考え、更なる未来の子供達に希望・感動・安心を提供出来る企業を目指し挑戦し走り続け、これまで以上に弊社は飛躍発展してまいります。

### 人という財産を守るために…

創設時から共に働いてきた役員が病気で就労不能となり休業を余儀なくされる経緯があり、以前から従業員への健康意識を変革させるべきという想いは常にありました。そんな中、弊社の平均年齢も高まってきて、年々リスクだと感じるようになり、働く従業員の雇用を守っていく事・元気で健康に働ける環境を整えるのが最重要課題だと感じ、人という財産を守るために2021年から健康経営に本格的に取り組みました。

### 大切な従業員の健康への意識は…

取り組み前と比べ健康について、関心のある従業員が増えています。毎年健康習慣アンケート調査を行い、経年と比較を確認していますがデータとして健康に関する意識改革に繋がっていることを示しているため、継続し取り組んでいく事の大切さが実感できています。健康習慣アンケート調査の中の従業員の要望に、仕事と治療の両立をサポートしてほしいと回答が多数ありましたので、新たな取り組みについても進めています。

### 会社で出来ることから…

- ①毎月1回健康に関する案内を配布・提示  
健康に関する情報を全従業員で共有し、意識改革を実施。
- ②毎年の定期健康診断100%受診の徹底  
毎年同じ時期に、全員一緒に受診。2次検査を要する従業員へ重要度の啓蒙を実施。確認の徹底を心掛けています。
- ③各種セミナー開催による行動変容  
健康経営アドバイザーによる各種セミナー開催にて、従業員の行動変容を促すイベントを就労時間内にて実施。現場仕事で全従業員が揃うことが少ないため、実施することで従業員のコミュニケーションを図る事も出来、一石二鳥。



健康セミナーを毎年実施



### 今後の展望は…

今後も健康経営優良法人プライト500が継続的に取得出来るように、今以上に従業員の健康管理を呼びかけると同時に、従業員の幸せとそのご家族の幸せを会社全体でサポートしていきたいと強く感じております。そのためにも、心や体の健康だけでなく、社会的健康を一人一人に維持してもらうために、様々な勉強会をしております。また人生100年時代とともに時代の変革が起こる際にも、永続的に企業が発展し、成長を続ける会社であるよう従業員とともに私自身も日々精進してまいります。

代表取締役社長  
大津恭男氏

## SDGsと共に健康経営で！社会に貢献

- 代表取締役社長 大津恭男氏
- 本社所在地 神奈川県相模原市
- 主な事業内容 医療用機械器具製造業
- 従業員数 61名(男性:37名・女性:24名)

健康経営優良法人 2022認定  
プライト500健康経営優良法人  
2022認定

当社は、電子機器、医療機器の開発・製造・販売を行っております。企業理念は社会・文明・環境に貢献でSDGsに取組み、昨年発売した医療機器自社製品「DR-MARK」でSDGsと社会貢献を進めています。

## SDGsからつながる健康経営

2年ほど前からSDGsの取組みを開始していました。17の目標の8項目めにある「働きがいも経済成長も」が健康経営につながると考えスタートを決めました。コロナ禍で、社員の出勤率を制限した時期がありました。リモート勤務ができない製造業において出勤率を制限するのは大変なことです。その期間に、工場に行ってみると人が少なく活気がないように感じました。あらためて、社員あつての会社であることを実感し社員が働きがいを持って長く雇用できる環境を整えることが経営者の責任であると感じました。

## 社員の健康をバックアップする取組み

定期健康診断のフォローアップが重要であると考え、健康診断後の生活指導希望者を募集したところ、多くの社員から参加の申し出をいただきました。あらためて健康に関心のある社員が多いことがわかりました。健保組合と連携し専門家(産業医・保健師・管理栄養士)の指導を実施。指導を受けた社員からは好評で、一念発起し減量につながったとの話も聞いています。また、ラジオ体操について、以前は任意参加でしたが、全員参加とするため就業時間内で実施するようにしました。飲み物に関する情報提供として、社内の自販機に飲料ごとのカロリーを表示しています。このような様々な取組みで社員の健康をバックアップしています。



毎朝のラジオ体操

笑顔と元気の社員一同

## 双方向のコミュニケーション

社員の健康づくりとともに意識改革が重要であると考えています。SDGsの取組みでも、全社員が「私の宣言」を考え社内に掲示しています。半年後に個々の進捗状況をアンケートで確認し社内報でフィードバックしています。コロナ禍が長引き社員のメンタル面の影響も心配でした。コミュニケーションが大切であると考え、2ヶ月ほどかけて社長と全社員が1オン2で面談を実施しました。面談では、作業場の空気が乾燥しているとの意見もあり、加湿器を設置するなど作業環境の改善につなげられるものは即断即決で実行しました。一人一人の意見を大切にしたい仕事ができる環境を創ることが質の高い仕事にもつながります。会社の現状や方針についても私からお伝えするなど双方向のコミュニケーションをとることができました。また、従業員に“笑顔と元気”をお届けする企画を実施しています。今年になり、第3弾として2022年2月3日(節分の日)に、「今年の節分も、力を合わせて鬼もコロナも退治しましょう！」のメッセージを添えて社員へ恵方巻を進呈しました。

## 全員参加で取組む健康経営

社員は自ら責任と誇りをもって仕事に取組み、会社はそれに見合った報酬を払う、これが働きがいに繋がります。「雇用を守る」こと「健康で気持ちよく長く働いてもらう」ことが、経営者の責務であり、健康経営に取組むのも、それを実現するための手段であると考えています。健康で楽しい職場づくりを基本であり、今後も全社員参加で健康経営に取組んでいきたいと考えています。

岐阜県  
岐阜営業所Voice Report  
100th管理部顧問  
粥川兼次氏

健康でいられることの幸せをすべての社員に！

- 管理部顧問 粥川兼次氏
- 本社所在地 岐阜県本巣市
- 主な事業内容 物流・倉庫業
- 従業員数 102名(男性:19名・女性:83名)

健康経営優良法人 2022認定  
プライト500健康経営優良法人  
2019~2022 4年連続認定

LFCは2003年の会社設立より大家族主義経営の考え方に基づき家族(従業員)の皆様が幸せになる会社を目指して活動を続けています。

会社は皆様が輝けるステージを用意し、1人でも多くのメンバーが私たちの家族になれるよう日本で一番「やりがい」のある感動創庫® LFCを創って行きます。

感動創庫® LFCとはお客様に感動して頂ける倉庫で有りたいという思いから決めた名称で、我々が目指すゴールでもあります。

### 自社から病に苦しむ人を出したくないという想いから

私自身ががん闘病の辛さを痛感したことから、同じ会社で働く仲間がこの辛さを味わわせたくないという想いがありました。そのためには病気の早期発見が鍵となると考え、定期健診の徹底と、その結果を確認・指導するなど自社独自の健康づくりの取り組みを進めていく中で「健康経営」の存在を知り、この制度を活用することにしました。

### 健康への意識を共有する難しさも

「健康であるうちに」「何の病気もしていない今だから」健康への意識を高め、全社員がいつまでも元気に働けるよう強く願う一方で、「自分だけは大丈夫」「自分だけは病気とは縁遠い」という“他人事”である人の意識を変える難しさがありました。

また、身体に悪いことは理解できていても、社内はもとよりお取引先など来訪者とのコミュニケーションの場として存在する喫煙室を撤廃することも困難だと感じています。

マルチ周波数体組成計毎月1回  
全社員が測定喫煙室に、タバコによる  
健康被害ポスターを掲示健康経営優良法人プライト  
500認定証の掲示  
(正面玄関)

### こころの健康にどう向き合うか

当社では毎年7月にストレスチェックを実施していますが、そのフィードバックが9月で、2カ月のタイムラグの間に本人の問題が変化してしまうこともままあります。また、メンタル不調者には面談なども行いますが、社内では悩みを伝えにくかったり、産業医に相談するまでではないと、こころの問題の解決にも課題を残すところがあります。

### 今日1日を大切に生きられたか？

20代の男性社員ががんを罹患しました。35歳以上ががん健診の対象であるとの認識から20代の若い社員にまでがん健診を実施しなかった事に深い後悔を覚えつつも、彼を社全体で支えたいと思い、本人やご家族と相談し了承を得た上で病と闘う彼の現状を朝礼や社内メールで共有しました。それにより業務をサポートする意識や励ましメッセージ・手紙などのコミュニケーションも生まれました。何より健康のありがたみや「今日1日を大切に生きられたか？」という深い想いを共有する転機となりました。

### 大切な社員とその家族の健康とともに 会社も成長していきたい

社員の健康意識は徐々に高まっているという感覚はあります。社員が今後も病気にならないように早めのアクションを心掛けると共に、仮に罹患してしまう社員が出ってしまった場合にも仕事と治療の両立ができる体制づくりに努めたいと考えます。

愛知県  
豊橋営業所Voice Report  
100th会頭  
小池高弘 氏

健康な地域社会を創造し、働く人の健康づくりを推進する！

- 会 頭 小池高弘 氏
- 所 在 地 愛知県蒲郡市港町
- 主 な 事 業 内 容 総合経済団体 (1650会員 令和3年4月1日現在)
- 従 業 員 数 16名
- 健康経営優良法人(中小規模法人部門) 2017~2022 6年連続認定

健康経営優良法人 2022認定  
プライト500健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

蒲郡商工会議所は、昭和21年に設立された地域総合経済団体です。商工業者の代表として、国、県等の行政に対し各種施策の提言や道路・港湾建設の要望活動を行っております。平成17年に「癒しとアンチエイジングの郷推進協議会」を立ち上げ、健康と観光・健康と先端技術・健康と繊維・健康と食品をテーマに色々な事業をおこなってきており、これが健康経営の推進につながっています。

### アクションプランに掲げ、積極的に推進

当会議所では、長期ビジョン(2016年~2025年)「蒲郡 INNOVATION HUBを目指して」を制定。産業競争力を高める施策の一つとして、第1期アクションプランに「ヘルスクエア産業の創出」を掲げ、働く人の健康づくりを推進した。協会けんぽ愛知支部と蒲郡市と連携(蒲郡モデル)し、同行訪問するなど健康宣言を勧奨、健康宣言企業100社の目標をクリアした。第2期アクションプランにおいても健康宣言企業の目標を200社へ引き上げ、セミナー等を通して健康経営のメリットを周知している。

### 広域におけるプロジェクトリーダーの役割

東三河広域経済連合会(3商工会議所、11商工会で組織)の中で、当会議所が「健康な地域社会創造プロジェクト委員会」を主催しており、小池会頭が委員長を務めている。健康経営セミナー、健康デザインフェスなどを毎年実施し、広域での健康経営の普及・啓発に努めている。こうした取り組みが評価され、平成30年3月に日本商工会議所事業活動表彰を、令和元年7月には蒲郡市健康づくり推進事業所表彰を受賞した。



毎年「健康デザインフェス」を主催

### 会議所自身の取組み

毎月1回全職員参加でヘルシーランチ会を開催し、健康に関する情報交換など職場内のコミュニケーションの促進を図っている。また、働き方改革の一環として、週1回の全職員定時退社日の設定や有給休暇取得目標を7割に設定するなど健康管理への意識付けを図っている。さらに、任意ではあるが市医師会の協力を得て、ストレスチェックを実施しメンタル不調者のない職場づくりを推進している。また、自己啓発の観点から職員8名が健康経営アドバイザー資格を有している。

### 健康経営優良法人認定のサポート

「健康宣言」をした企業については、その先にある「健康経営優良法人」の認定支援を行っている。健康経営アドバイザー資格を有する職員が会員事業先を訪問し、各企業にあった取組みを一緒に検討している。この結果、2017年4社であった優良法人が2022年には、大規模法人2社を含む40社まで拡大した。また、当会議所を含む7事業所がプライト500の認定を受けることができた。アクサ生命健康経営アドバイザーのご協力もいただいた。



会議所主催の定例記者会見で、あらたに「健康経営優良法人2021」の認定を受けた企業を発表した際の様子

愛知県  
豊橋営業所Voice Report  
100th代表取締役  
梅田重則 氏

求職者からそして地域から選ばれる企業となるために健康経営を実践

- 豊田東海(豊田市)代表取締役 酒井法文 氏・梅田重則 氏
- 日本信託(蒲郡市)代表取締役 梅田重則 氏
- 主な事業内容 警備業
- 従業員数 グループ合計430名  
(男性:388名・女性:42名)

健康経営優良法人 2022認定  
ブライツ500健康経営優良法人  
2020~2022 3年連続認定

社員のだれもが気軽に運動できる環境を社内に作ろうと思い立ち、社内にトレーニングルームを開設。コロナ対策では熱感知装置と玄関自動ドアを連動させ、設定温度以上の体温の方の入場を制限し、感染を防いでいます。

社員の健康増進と職場環境の更なる改善に取り組み、2年連続で『ブライツ500』に認定されました。

### 人手不足だからこそ、 健康経営に取り組む必要性を痛感しました

一人ひとりが健康管理を意識していきいきと働くことは、業務サービスの質を高めることになり、顧客からの信頼を得ることができ、企業のイメージアップにつながると考えています。それを後押しするため会社として様々な取り組みを実践してまいりました。厳しい人手不足のなかで健康経営に取り組むことが採用活動につながることはもちろんのこと、社員がいきいきと働き定着化することで残業時間の削減を実現し、年次有給休暇の計画的取得にもつながっています。

### 健康経営を地道に実践しています

全社員の健康診断による体調面での課題把握はもとより産業医が毎月来社し健康不安を感じる社員は個別に相談できるようにしています。メンタルケアのためのストレスチェック、インフルエンザ予防接種費用の全額会社負担のほか、「三河湾健康マラソン」「豊川リレーマラソン」など健康関連の地域イベントに社員と家族が積極的に参加しています。こうした取り組みを重ねて2019年には蒲郡市の「健康づくり推進優良事業所」に、2020年には豊田市の「はたらく人がイキイキ輝く事業所」に選ばれ表彰を受けました。



左:社内トレーニングルームで汗を流す社員



右:玄関で体温チェックと消毒を同時に完了できるシステム

### トレーニングルームで交流

蒲郡本部4階に開設したトレーニングルームには、ランニングマシンやエアロバイクなど老若男女が使いやすい健康機器を設置し、24時間全社員がカードキーで自由に利用できる体制になっています。また、自動血圧計、体組成計、シャワー室や休憩室も備えており、社員からは「勤務の後に汗を流すと心地よく帰宅できる」「これをきっかけに体力づくりを始めた」「毎日の健康チェックが楽しみ」といった嬉しい感想が出てきています。そして何より若手も年配者も世代を超えて『健康』が共通の話題となり、トレーニングルームが交流の場となっています。

### コロナにも負けない

弊社もイベント関連の警備が激減するなど業務面での打撃をうけていますが、感染防止対策の徹底により、事業活動への影響を最小限に抑えるべく努力を継続しています。玄関に微酸性電解水ミスト発生装置付きの除菌ブースを設置。全身の衛生管理により、新型コロナウイルス対策も万全な環境を創り出しています。豊田本社では、玄関が引き戸と自動ドアの二重構造となっている点を活かし、熱感知システムと自動ドアセンサーを連動させ、発熱者が入室できない仕組みとなっています。これからも対策を万全にして大切な社員を守っていきます。

### 『健康経営』で求職者から そして地域から選ばれる企業に

若い求職者は今までと異なった観点で企業を選んでいきます。健康経営優良法人「ブライツ500」認定を「企業のPRポイント」としてうまくアピールしていきたいと考えています。また地域貢献活動の一環として開催する小学校での防犯教室や健康関連セミナーへの参加を通じて、「健康経営に取り組む地域に密着した企業」として地域社会の健康増進に向けた啓発活動にも積極的に取り組んで参ります。

愛知県  
豊橋営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
市川喜英氏

## 「人が会社を育てる」 自由闊達な社風が伝統

- 代表取締役社長 市川喜英氏
- 本社所在地 愛知県蒲郡市旭町
- 主な事業内容 テキスタイル製造卸
- 従業員数 18名(男性:12名・女性:6名)

健康経営優良法人 2022認定  
プライト500健康経営優良法人  
2020~2022 3年連続認定

創業125年の繊維総合商社です。社員一人一人がのびのびと仕事に取り組める環境をつくり、自由闊達な社風を活かし、会社と社員の能力を最大限に発揮できる組織づくりをめざしてきました。会社の財産である社員の健康づくりも同様であり、会社として環境づくりは大切です。健康でなければ、良いアイデアは生まれず、良い仕事ができないと考えているからです。

## 創業以来、すでに健康経営を実践

商工会議所の紹介で健康経営の取組みを知りましたが、従来から行っていることでハードルはクリアできると考えました。定期健康診断は全社員が受診しますが、女性社員はがん検診も行っています。希望者にはオプション検査(胃カメラ、エコー、前立腺、ピロリ菌)も会社負担で対応しています。社員の健康状態を把握することによって、必要に応じてヒアリングをして医療機関を再受診してもらいます。早期発見で治療ができて、重症化が防げた事例もでています。さらに社員は、入社とともに会社負担で医療保険に加入します。万一病気に罹患しても治療費は社員が受けとるので、安心して治療に専念できる制度を整えました。家族にも安心してもらっています。

## 健康は十分な休養から

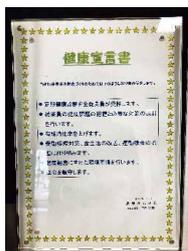
健康づくりは身体の病気の治療、予防だけでは達成されません。休みも十分にとっていただき、リフレッシュしていただくことも大切だと考えます。そのため弊社では有給の取得率の向上にも力を入れています。現状、女性の有給取得率は100%ですが、男性の取得率を上げるのが課題です。方策として、年間で有給取得が5日未満の社員には休みを取っていただくよう促します。そうすることで社員が遠慮なく休みを取りやすい環境をつくっております。また当日の遅刻、早退も自由に提出できます。



ヨガ教室



もりきくマルシェ

会社独自で作成した  
健康宣言書2017年快適な社内環境にするため  
社屋を建て替え

## きめ細かい健康施策

食生活については元々創業時から食堂で社員に昼食を提供していたことから、献立メニューのカロリーを計算し、栄養バランスに配慮したヘルシー弁当を会社負担で提供しております。メンタルヘルス対策として、ワークライフバランスの充実に加え、ストレスチェックを実施しています。さらに運動機会増進のため、3年前から月2回希望者を対象に1時間のヨガ教室を社内で開催しており、運動不足の解消に役立ててもらっています。

## 女性の活躍が会社の将来を担う

総合職の女性社員を2年前から採用し、いろいろなアイデアを出してもらったり、SNSで業務などを発信してもらい、活躍してもらっています。ポトムアップで、女性が安心して働ける会社としてイメージアップにつながればと思っています。また地域貢献として近隣の方が集まれる「マルシェ」を3回開催いたしました。古着の交換会や再生繊維で作ったトートバッグなどを販売し、女性社員の活躍の場として今後も継続してまいります。

大切な社員とその家族の健康とともに  
会社も成長していきたい

仕事は楽しく、健全な環境のなかで成果を出して、社員も会社も同時に繁栄できることが理想です。厳しい業界の環境ですが、社員が会社を育て、社風を理解しサステナブルな会社にしていく、そのためにも健康経営の実践継続を発展させてまいります。

京都府  
京都営業所Voice Report  
100th代表取締役  
渡邊 功氏

## 従業員の健康を企業の成長力に！！

- 代表取締役 渡邊 功氏
- 本社所在地 京都府京都市南区吉祥院嶋野間詰町52
- 主な事業内容 印刷業
- 従業員数 24名(男性:17名・女性:7名)
- 健康経営優良法人 2018~2022 5年連続認定

健康経営優良法人 2022認定  
プライト500健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

弊社が健康経営に取り組むきっかけになったのは、若手社員の人材確保に悩んでいた事です。他社との差別化を図りたいと考えていたこともあり、社員の健康管理、働く環境、福利厚生が重要だということに気づかされました。社員一人一人が健康管理をしっかり実践すれば、勤続年数は増え、離職率は必ず低下するとの思いもあり、積極的に社員の健康管理に投資をするようになりました。会社としても継続しなければ全く意味もないので、10年連続認定されるように取り組みます。

人手不足だからこそ、  
健康経営に取り組む必要性を感じました

年4回ウォーキングキャンペーンを開催し、アプリで歩数を管理することで社内ランキングを発表しています。参加賞、特別賞など賞品を出すことで、全社員が取り組みやすくして、日頃の運動不足解消のきっかけになってくれればと思っています。

現在では、若手社員を5名増やすことができました。またプライト500にも選ばれ、一層健康経営に力を入れていこうと思います。社員が健康であれば会社も健康になり、企業の継続的な発展に必ずつながると信じております。

## 新型コロナ対策で社員を守る

毎朝の検温、アルコール消毒、ワクチン接種、抗体検査を実施しています。また、商談室、事務所に二酸化炭素濃度計、空気清浄機、加湿器を設置して換気の徹底をしています。交通機関で通勤している社員には、通勤専用マスクを会社から支給して、事務所内での感染リスクを低減する取り組みもしています。

BCP対策としてマスク3,000枚、食品備蓄、簡易トイレなどを用意することで、社員が安心して働けるようにこれからも取り組んでいきたいと思っています。

写真上:社屋外観  
写真下:ランチルーム2020年1月 新年会  
※新型コロナが落ち着いたら再開したいと考えています

## 大切な社員の健康管理

社員全員が健康診断を受け、胃カメラ、ピロリ菌検査を実施。再検査については治療まで徹底管理。インフルエンザ予防接種も会社全額負担。また、全国健康保険協会から機材をレンタルし、血圧、骨健康度、血管年齢などのチェックも合わせて実施しています。

ランチルームではゆったり食事をして、マッサージチェアで体をほぐすこともできます。仮眠室があり、社員がそれぞれの休憩時間を過ごすことができるように努めています。

## 社員の健康を企業の成長に！！

「普通と言われることを、当たり前になり遂げること」

会社が成長・発展していくためには、人材がいなくてはなりません。印刷業ほどAIが普及しづらい業種もないと思います。人材をいかに確保し、離職率を抑えていくかがカギです。人材が成長していけば、企業も必ず成長できると信じています。

企業はいかに教育できる環境に投資できるかで差がつくと思います。働く環境条件のいい会社に人材が集中し、会社が拡大する可能性が大幅に膨れ上がると期待しています。今後は設備も必要ですが、印刷業を支えていくのはロボットでもAIでもなく、人です。

人材の流出を防ぎ、人材確保をできた会社が今後生き残る企業だと、信じています。

代表取締役社長  
荒賀 誠氏

健康経営の原点は、社是『我らの信条』に基づく

- 代表取締役社長 荒賀 誠氏
- 本 社 所 在 地 京都府綾部市城山町1
- 主 な 事 業 内 容 製造業
- 従 業 員 数 62名(男性:53名・女性:9名)

健康経営優良法人 2022認定  
ブライツ500健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

「健康を増進し 品性を養い 知識を求め 技術をみがいて 健全な人格をつくる」  
社是『我らの信条』にうたい、創業当時から従業員の健康を第一に経営を実践してきました。  
その精神に基づき長年行動してきたことが、  
【健康経営優良法人2022 ブライツ500認定】という結果に繋がったと考えています。

### 健康経営導入の経緯

日東公進株式会社は、1948年に日東精工株式会社の関連会社として設立され、計数機・包装機、基板検査装置などの産業用機械の設計・製造販売及びねじ締め機の製造を行っています。近年、社会的に少子高齢化や労働人口の減少といった問題が課題となっており、当社においても、従業員の健康促進が継続的な企業の発展・成長に欠かせない重要課題との認識に立ち、2020年6月に健康宣言を行い、本格的に健康経営の取り組みをスタートいたしました。

### 取り組みの成果

2021年秋に実施した体力年齢チェックの取り組みは、参加率100%を達成しました。2020年の参加率81.7%から大きく数値を伸ばしました。  
また、これまでの取り組みで、メンタルヘルス指標の改善に繋がったり、禁煙に成功された方、現在禁煙に取り組まれている方など、健康に対する意識の向上、変化が見られ、着実に従業員の中に浸透してきているという結果になりました。

### Nicotto 7の実践で生活習慣病リスクの軽減

Nicotto 7とは、「Nitto(日東)」「にこにこ」「7つの重点課題」を組み合わせた造語です。日東精工グループでの健康づくりに参加することで、みんながにこにこ元気で健康にという願いが込められたネーミングとなっています。  
朝食・禁煙・飲酒・夕食・運動・メンタルヘルス・睡眠の7つを重点課題として設定し、取り組みにはそれぞれ、  
運動「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上行っている」  
睡眠「十分な休養が取れている 6時間から8時間」  
といった達成基準を設け、生活習慣の改善、定着化を図り、活力ある職場づくりを目指しています。

### 今後の展望

一人ひとりの多様性に応じた心と体の健康を自ら考えて行動できる人づくり、環境づくりを推進し、組織を活性化させ労働生産性を高めることで、企業価値の向上を図っていきます。また日東精工グループ、地域社会の一員として、今後も健康経営の取り組みを継続していくことで、地域経済の活性化・発展にも寄与していきたいと思っております。

7つの取り組み項目



会社全景

大分県  
中津営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
小野寺 聡氏

## 人生において全ての土台は健康であること

- 代表取締役社長 小野寺 聡氏
- 本 社 所 在 地 大分県宇佐市
- 主 な 事 業 内 容 飲食・卸業
- 従 業 員 数 4名(男性:1名・女性:3名)

健康経営優良法人 2022認定  
プライト500健康経営優良法人  
2022 認定

株式会社くだものかふえは全国各地の生産者さんの顔が見えるジュースショップ「くだものかふえ」の本部機能と卸売りを  
行う会社です。「従業員の物心両面の幸福を追求する」これは弊社の経営理念の一節です。生きる事、幸福であることで重要  
な土台は健康であることだと私は思います。「健康経営」とは社内で全従業員共通の価値観を持つ上で重要な取り組みで  
ある事を実感しています。

## 小さな会社だからこそ

2003年の創業以来、私たちはフレッシュジュース専門店として営業をしており、「安心」「美味しい」「ヘルシー」をモットーとして商品開発をしてまいりました。「ヘルシー」とはまさに健康のことであり、このような商品を取り扱う私たちこそが健康的でなければ説得力が無いと感じていました。職場には少なからず喫煙者の存在や喫煙場所のあいまいな定義などもあったことから、認定を目指すことで改善を目指すことにしたのがきっかけです。取り組み当初は「大きな会社がするようなことでは」という声もありましたが「小さな会社だからこそ直ぐに改善できることもある」と今では感じます。

## 食のプロとして

健康診断の受診率は(会社全額負担の人間ドッグ含む)100%、性別、年代別の追加検査も積極的に実施しています。栄養指導もその際にご指導いただき、主にフルーツを取り扱う弊社としてはフルーツのことは詳しくても日々の食事のことについての知識や意識はずいぶん個人差があることに気づきました。そのため社内向け・社外向けと食の学びを深める料理講座の開催や社内の栄養学分野の勉強会を専門家を招いて実施しています。プロに学ぶだけでなく社内から専門家を輩出するべく食に関する資格取得の会社全額負担の制度を2015年から実施。その経験と知識は商品開発へとフィードバックされており、より理論的かつ魅力的な開発へつなげるように日々学んでいます。



## リモートワーク

2020年5月にリモートワークの就業規則を制定し労働基準監督局へ提出をいたしました。主に就業時間を10時から16時半へ短縮し、就業場所は自由に選べるようにしたことからタイムカードや有給取得届などはすべてオンライン化したところ、取得率が格段に上がりました。生理休暇に代表されるような用途を限定した制度や形骸化した休暇制度の廃止、半日単位の取得も可能になったことも要因だと感じています。お客様からのお問い合わせも業務時間外は自動的に通知がされなくなるなど、積極的にITの活用を行いました。

## 身体の健康、心の健康、社会的な健康

デスクワークが中心となるためフリーアドレス制度とスタンディングデスクの導入を行いました。就業時間内でもストレッチの時間を取り入れることで身体的な負担を軽減することが目的です。加えてプライベートな法的問題を弁護士へ相談できる窓口の設置や医療相談がオンラインのできる制度の導入を行うことで、できる限りストレスを軽減して仕事に取り組めるようにしています。就業日毎に日々の仕事量、工程数のチェックを行い、その評価を行うことで過労働の防止と評価によるモチベーション向上を目指しており、2021年度は全従業員平均で、月に1時間の残業で業務を遂行することができました。

## 今後の展望

喫煙者ゼロの達成と有給消化100%が実現できたことで従業員にも達成感が出てきたと感じます。認定制度はこのような点でも効果が高いと感じます。今後は実施している半年ごとの歯科検診の取り組みを、科目に限定せず自ら不安要素のある分野の科を選択できる仕組みや、自社の課題でもある運動への参画意識の醸成のための取り組みを強化して、更なる従業員の健康と生産性の向上を目指します。

健康経営優良法人  
2022 認定

中小規模

健康経営優良法人2021・2022 インタビュー

Voice Report



北海道  
 苫小牧営業所

 Voice Report  
 100th

 代表取締役社長  
 松見哲也 氏

「地域と共に成長を図る企業」を目指して

- 代表取締役社長 松見哲也 氏
- 本 社 所 在 地 北海道室蘭市御前水町
- 主 な 事 業 内 容 電気設備工事業
- 従 業 員 数 45名

 健康経営優良法人 2022認定  
 中小規模

 健康経営優良法人  
 2021・2022 2年連続認定

### 健康経営連続認定を受けて

令和元年12月に「健康経営宣言」に手を挙げ、今回の「健康経営優良法人認定2022」を昨年の認定に続き、取得することができ、改めてサポートを頂きましたアクサ生命保険株式会社様ならびに各方面のご助力に、深く感謝申し上げます。弊社では、昨年からの継承事項として、タバコに伴う「健康被害」ならびに「喫煙リスク」の部分を全社員へ周知展開し、大きな進展を得ることができ、昨年導入した自社独自の『禁煙手当』を給付する従業員も増え、予想以上の有形効果さらには、健康への配慮意識を全従業員への意識付けとした無形効果を出すことができました。

### 感染症予防や感染拡大防止に向けた取り組み

昨今の「新型コロナウイルス」蔓延が、弊社地域(胆振管内)においても、2022年の年明けより、過去の新規感染者数が毎日のように更新されており、自社内での「感染症予防及び感染拡大防止」への取り組みを、昨年より今日に至るまで、最大急務と捉え、昨年より増した「感染症予防及び感染拡大防止」の取り組みを実施しました。

- ・飛沫防止対策アクリル板設置(オフィス)
- ・社内主要箇所に、消毒液・ペーパータオル等を設置
- ・従業員全員には、毎朝の検温を実施(新規防止実施内容)
- ・来客者入室時の「検温」装置の導入設置
- ・飛沫防止対策アクリル板設置(会議室・役員応接室)


 徹底した「感染症予防」  
 「感染拡大防止」に向けた取り組み


「禁煙」促進ポスター(喫煙所)



### 会社周辺町内全域の清掃活動

全社員の「健康増進」を目的とした、弊社社員(役員含む)一同参加による「地域清掃ボランティア」を毎年開催しております。特に、弊社の立地上、車の往来が多い所に沿って建っており、また、歩道部分が子供たちのスクールゾーンにも指定されている為、地域の子供たちの安全配慮も含め、ロードクリーニング活動を行っております。(3回/年)



### 社員自らの「健康管理」への取り組み

昨今の、健康診断にて「高血圧」予備軍とした役員、従業員が最近になり多く散見されるようになり、役員・社員自ら、『自己健康管理課題』として位置づけ、社内「血圧計」を設置し、休憩時間にて測定を働きかけ、更にその結果を記録表へ記載し値の推移を自らで見る(見える化)こととしました。



### 連続認定取得からみた弊社の課題へチャレンジ

健康経営に取り組み、今回「2年連続認定取得」になりましたが、一歩ずつ一歩ずつ、会社全体での「健康意識」が芽生えてきていることを肌身に感じてきました。しかし、まだ取り組むべき課題が多く残されており、今回の認定を機に、今一度精査し、来年の「3年連続」を目指すべく取り組んでいきたいと考えております。また、弊社において昨年「SDGs」への取り組み宣言を行い、希望を持って働ける職場の実現に向け、「健康経営」と、両方での取り組みも加速していき、来年は、是非「ブライツ500」認定を目指してまいります。



※一部抜粋

北海道  
苫小牧営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
木村誠志 氏

「社員とその家族が健康であり、お客様との出会い(一期一会)を大切に  
地域の健康優良不動産会社」を実現するために！

- 代表取締役社長 木村誠志 氏
- 本 社 所 在 地 北海道室蘭市中島町
- 主 な 事 業 内 容 不動産業
- 従 業 員 数 4名(男性:1名・女性:3名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

## 健康経営連続認定を受けて

令和2年8月に「健康事業所宣言」に手を挙げ、今回の「健康経営優良法人認定2022」を昨年の認定に続き取得することができ、改めてサポートを頂きましたアクサ生命保険株式会社様ならびに各方面のご助力に、深く感謝申し上げます。弊社では、昨年より最重点取り組みに掲げていた「労働環境」の整備からの『有給休暇の積極的な取得』に取り組んでいましたが、実施目標として「クォーターごと2日以上取得」を実施すべく、その目標に対し、役員・従業員全員が達成するという大きな進展を得ることができました。また、健康への配慮意識を役員・全従業員(パートも含む)が持つという無形効果も出すことができました。

## 大切な社員とその家族の健康とともに

昨年は取り組む前段階で、私自身「健康経営って？何だろう？」からスタートしました。昨年より今年度の認定を受け、弊社HPへの展開・名刺へのロゴが追加されたものを受け取り、健康経営優良認定法人の社長として、今はその重責となる自身の立場を認識しております。令和2年8月の宣言後、自らの襟をただし、健康経営と正面から向き合う姿勢が、今は功を奏しているかと考えております。今後は、会社を守る立場から社員自身またその家族も守ることも大きな使命と考えており、今一度、自身を含め全社員の健康状態の「見える化」を進め、健康課題と正面から向き合う行動を確立していきたいと考えております。

## 感染症予防や感染拡大防止に向けた取り組み

弊社は、日頃より多くのお客様とお会いしておりますが、昨今の「新型コロナウイルス」の新規感染者数が、管内においても高止まりが続いています。そこでお客様が安心してご来店いただけるよう、徹底した「感染症予防及び感染拡大防止」を引き続き最大急務と捉え、昨年より増した取り組みを実施しました。

- ・店舗入り口に、消毒液・ペーパータオル等を設置
- ・社員全員が毎朝の検温を実施
- ・飛沫防止対策アクリル板及び空気清浄機設置(応接室他)(新規取り組み実施内容)
- ・来客者入室時用の「検温」装置の導入 等々

飛沫防止パーテーション・空気清浄機設置場所：応接室他  
全商談スペーステーブルに設置

来客者も含めた喫煙スペース



健康に留意したウォーターサーバー導入

## 健康経営認定から学び会社の成長へ

上記の事業所紹介にも記しておりますが、弊社は社員4名(+パート1名)の会社で、役員・従業員の垣根を越えた非常にアットホームな会社です。役員含め、その一人一人の人財をさらに成長させ、その効果より生み出る「会社の成長」へ繋げていきたいと考えており、そこには、弊社社員のご家族のご支援あってこそと考えております。社員とご家族の健康を考え、今後は家族ぐるみの健康経営ができる環境を作ることが、自身の使命と考えております。

## 連続認定取得からみた弊社の課題へチャレンジ

健康経営に取り組み、今回「2年連続認定取得」になりましたが、役員・社員問わず、会社全体での「健康意識」が芽生えてきていることを肌身に感じてきました。しかし、まだ取り組むべき課題が多く残されており、今回の認定を機に、今一度精査し、来年の『3年連続』を目指すべく取り組んでいきたいと考えております。特に健康経営アドバイザーからご提供頂いている各健康ツールをフルに活用し、社員とのコミュニケーション向上を図っていこうと考えております。

北海道  
函館営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
大鎌幸雄 氏

「顧客第一、社員あつての会社」を実現するために

- 代表取締役社長 大鎌幸雄 氏
- 本 社 所 在 地 北海道函館市美原
- 主 な 事 業 内 容 一般電気工事業
- 従 業 員 数 24名(男性:18名・女性:6名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020~2022 3年連続認定

社員の幸せと自己実現を第一に考え、仕事を通し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。

### 業界のイメージ払拭のため。

代表取締役に就任した10年前に、新卒採用に力を入れたいと思い、社員がワークライフバランスに合わせた働き方が出来るように様々な取り組みを始めました。2019年に健康経営優良法人認定制度があることを知り、既に弊社で取り組んでいた会社の制度や仕組みで認定を受ける可能性が高いことから2020年度から申請しています。

### 健康経営の具体的な取り組み。

- ・福利厚生クラブ制度の導入
  - ・全員の健康診断および歯周疾患検査の受診
  - ・社屋での完全禁煙の実施
  - ・働き方改革推進教育の実施
  - ・健康経営教育の実施
  - ・kintoneアプリを用いて自宅での検温報告・管理
  - ・「健康経営ゲーム」を用いた研修実施
  - ・「健康チェックシート心技体」を用いた研修実施
- 社長は上記ゲームの公認ファシリテーター資格を持ち、健康経営教育を行っています。



### 会社の財産＝「人財」です。

10年前に代表に就任した時の社員は5名でした。就任後に新しい社員を採用しましたが、それまで16年間採用が無かったとのこと。久しぶりの新入社員でした。そこから採用を重ね現在に至っています。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います。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。

### 健康経営教育の効果。

「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体験できる体験型シミュレーションゲームです。「健康チェックシート心技体」は体を動かし3～4名のグループで競い合いながら健康状態を数値で「見える化」する体験型ツールです。ゲームを通して社員間のコミュニケーションが高まり、健康に対するリテラシーが深くなりました。職場は以前より活気に溢れ環境改善の効果が見られます。

### 大切な社員とその家族の健康とともに会社も成長していきたい。

大鎌電気は、社員一人一人に「私の居場所は、大鎌電気！」と思ってもらい、安心して働いてもらえるように保険・その他福利厚生制度の整備と加入を充実させています。社員やご家族が病気やケガをされた時に会社が全面的にサポートします。そして社員一人一人の成長とともに100年企業に成長していきたいと思っております。

代表取締役社長  
菅原 修氏

「海洋土木北海道No.1」を実現するために

- 代表取締役社長 菅原 修氏
- 本 社 所 在 地 北海道函館市浅野町
- 主 な 事 業 内 容 土木・コンクリ工事業
- 従 業 員 数 75名(男性:67名・女性:8名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

## 人間重視の経営

ヒト・仕事面では「安全な職場」「明るい職場」を前提に各人が自己研鑽・自己責任を果たし、技術や段取りの向上を目指しています。

### 国の施策・方針に沿った取り組みを実行

働く人を家族も含めて大切にしたいとの思いから社員のご家族の結婚、出産、入学と様々なお祝い金を支給しています。健康経営優良法人認定基準も毎年変更されますが、それを参考に会社の取り組みを決定しています。

社内の担当者に「東京商工会議所健康経営アドバイザー」の資格を取得するよう指示をしており、更なる体制の充実を図っています。

次年度は「ブライト500」認定を目指しています。

### 全方位面において北海道No.1

技術力、設備、受注高、社員の労務環境や待遇など、全方位面においての北海道No.1です。その実現のため、有能な人材に選ばれる会社を目指して、現在、完全週休2日制への移行や新人研修制度の実施、給与体系の見直しなどの改善を実施中です。2018年春には初の技術系女性社員が入社するなど、採用の改革にも取り組んでいます。

近年、女性の技術職の増加と地域外からの採用応募が見られ、各種取り組みが評価されていることを実感しています。

### 健康経営の取り組み

- ・毎朝のラジオ体操
- ・健康診断受診時のオプション費用の会社負担
- ・健康診断有所見者の二次健診バックアップ
- ・アプリによる健康管理支援プログラム提供
- ・喫煙対策の啓蒙
- ・がん罹患時の治療費補助

社員が希望する支援を実現していきたいと考えています。現在スポーツジムを低負担で使用できる制度を企画しています。



ラジオ体操の風景



献血協力

### 地域とともに

当社は地域企業の一員として安定した雇用機会の確保に努めるとともに、地域防災をはじめ地域を元気にするイベントに積極的に参加し、自然環境にも配慮した行動をとります。

- ・大森浜環境美化活動
- ・夏の交通安全街頭啓発
- ・献血活動に参加
- ・町内会清掃ボランティア協力
- ・南かやべ森と海の会による植樹

### 大切な社員とその家族の健康とともに 会社も成長していきたい

社員と社員の家族みんながひとつの「菅原組ファミリー」だと考えています。創業以来、幾度かの困難がありましたが、一度もリストラをすることがなく雇用を守ってまいりました。新年会や社員旅行には家族も参加し、楽しい時間を共有しています。家族的な結束力と、活発に意見を言い合える関係性によって、社員一人一人が輝く会社を目指していきます。

北海道  
旭川営業所イメージキャラクター：  
フジレンジャー

「地球環境」「生活環境」「安全性と利便性」を重視し  
地域貢献に取り組んでいます！

- 代表取締役社長 中山晶敬 氏
- 本 社 所 在 地 北海道滝川市西滝川232
- 主 な 事 業 内 容 総合道路建設業
- 従 業 員 数 82名(男性:67名・女性:15名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2018・2020～2022  
4回目の認定Voice Report  
100th

2016年から健康経営に取り組んできました。取り組み始めたきっかけは、元々、感染症対策に力をいれていたこと、人生100年時代、少子高齢化による働き盛りの人口の減少などの時代の流れるにも会社として取り組むべきことと判断しスタートしました。今年で4回目の認定です。(内1回はブライト500)

### 今年、注力した取り組み 苦勞した取り組み

コロナ禍の状況が続く中、対策にかなりの力をいれました。現場や取引先に迷惑や影響を出ないようにするために、全社員に、講習や情報提供対策に取り組んできました。1人1人が注意し、また学ぶこと、そして情報共有をしていくことで一体感も育まれていくことができたと思っています。その結果、1人も感染者を出さずにきています。(2022.3.22現在)

当社には、前回もお知らせしました「安全システム部」があり、健康経営推進の情報を提供する窓口となっています。健康に関する情報を月1回以上社内イントラネットで発信したり、メンタルヘルス対応として「心の健康づくり計画」に基づき、メンタルヘルス相談窓口を設置し、小さなことでも話し合える環境を作り、事前に対処できる体制を整えています。

苦勞した取り組みは禁煙対策とメタボリックシンドロームの改善です。なかなか喫煙率が下がってこない状況(32%)です。これらは問題点をどのように改善していくか、よりよい方法をみつけ、楽しみながら改善していけたらと思っています。

### 多くの効果を生み出す健康経営

健康経営に取り組んで5年が経過し6年目を迎えます。取り組み始めたとき、「健康はすぐに取り組んだからといって、すぐに表れるものではない。少しずつ取り組みながら少しずつ健康データに表れてくる」と聞いたことを思い出します。これからも引き続き少しずつ実践し元気な活気のある会社になるよう、ますます取り組んでいきたいと思っています。

### そして その先に

当社が目指す「総合的道路建設業」は社会・経済・生活の主要な接点である「道」を極めることです。そのために従業員と会社が一体となって健康経営に取り組むことがその1歩になると考えています。従業員1人1人が高いパフォーマンスを発揮するためにも健康で元気に長く働いてもらうこと。そして会社はそれに報いる体制を整えています。今後とも健康経営を通じて従業員、会社が一体となって地域に貢献していきたいと思っています。



代表取締役社長  
田端千裕氏

「顧客第一、社員あつての会社」を実現するために

- 代表取締役社長 田端千裕氏
- 本店所在地 北海道滝川市東町1-38-16
- 主な事業内容 建築・土木業
- 従業員数 80名(男性:69名・女性:11名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

当社は1914(大正3)年に滝川において創業し「田端組」としての基盤を築き、1969(昭和44)年に「田端建設株式会社」に称号変更。2004(平成16)年11月に合併し、「株式会社田端本堂カンパニー」として2014(平成26)年10月には創業100周年を迎えました。スピードの時代、役職員一同社業の発展に努力すると共に、地域社会の貢献に精進を重ねつつ創業第2世紀を歩んでまいります。

### 健康経営に取り組むきっかけ

今までも健康に気を付けてはいましたが、本格的に取り組み始めたのは昨年の9月からでした。ラジオ体操の継続50年の認定を昨年7月に受け、メンタル不調の多い時代、心身ともに健全な企業にしたいと考えたことがきっかけでした。

### 注力した取り組み、その効果

地方出張者の健康診断の2次検診受診率が低かったのが気になり、対象者が全員受診できるようにしないと考えていました。

また、体調不良による休暇取得者が少しずつ増えてきた時期があり、病気を未然に防ぐことが大切だと認識していた時でもありました。

全員が受診するよう声かけやスケジュール調整など工夫をし受診率は98%に増えました。繁忙期の現場は落ち着き次第受診するようすすめて、100%。2次検診対象者は全員が受診予定です。



### これからの課題・展望

今回、優良法人認定を受けたばかりなので、社外、社内に一層周知していくことを考えています。特に、従業員全員に取り組みを意識してもらい健康に対する意識を高めていけるよう継続していくことだと思います。長く元気に働いてくれる仲間を増やしたい。会社が押し付けるのではなく従業員がすすんで取り組みたくなるサポートをしていけたらと思っています。

### ストレスチェック・メンタルヘルス対策 ヘルスリテラシーの向上への取り組みなど

ストレスチェックを受け、フィードバックし高ストレス者に対しては面談を実施しています。体調不良者には第3者が面談し、必要に応じて休暇をとるように指示をすることもあります。

また、健康に関する情報やデータをメールで送り、受講するよう指示し、受講状況なども確認しています。

### 大切な社員とその家族の健康とともに 会社も成長していきたい

人生100年時代、長く現役で元気に、充実してイキイキとした人生を送れるように、多くの時間を過ごす会社で社員全員が「健康経営」に積極的に取り組むことで社員とその家族の幸せを形成していけたらと思っています。

そして100年後の未来の安心のために会社と自己を成長させ、仲間と幸せを分かち合い、明るい地域社会の創造に貢献していきたいと思っています。

北海道  
釧路営業所太平洋設備(株)  
本社外観

百年企業を目指し、一緒に挑戦してくれる仲間を求めて

- 代表取締役社長 小茄子川 充氏
- 本社所在地 北海道釧路市春採
- 主な事業内容 一般管工事業
- 従業員数 109名(男性:101名・女性:8名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2019~2022 4年連続認定Voice Report  
100th

—弊社の存在意義(働く意味)とは?—

- 1.社員それぞれが満足感の持てる仕事をしたい(自己実現)
- 2.顧客や社会から信頼されたい(人の役にたつ)
- 3.家族を大切に、豊かな生活をしたい(経済的報酬)

上記を踏まえ、「働く意味とは、人生の充実感を味わうため」と考えました。その社員と家族が幸せになる企業であるために、絶えず考え、挑戦し続け、社会に貢献することで地域と共に発展し続ける企業でありたいという想いを込めて、社是・経営理念・行動指針を策定しております。

### 既に取り組んでいたことが「健康経営」でした

健康経営を知るきっかけになったのは、弊社の坂本常務が健康経営の新聞記事を見たことがきっかけでした。既に取り組んでいた福利厚生や健康支援ならば認定が取れるのではないかと、それが2019年の一番最初の認定でした。仕事と健康の両立を掲げ、喫煙率減少に向けて禁煙手当をつくり、少しずつではありますが、喫煙率も下がってきております。

食に関しても取り組みを始めていて、場内自動販売機の商品を健康志向のものに入れ替えたり徐々に進めております。また、法定ストレスチェックはもちろん、社内・外部にメンタルヘルスの窓口もあり、ハラスメントセミナー等も実施しております。

健康経営の取り組みを続けて、今回で4回目の認定となりました。

### 病気治療と仕事の両立支援

健康診断で2次検診や再検査等の結果が出た社員に関しては、個別に受診を促しており、その時間は勤務時間にしております。また、有給休暇制度も時間単位で取得ができるように予防に関しても力を入れております。

代表取締役社長  
小茄子川 充氏

釧路市清掃ボランティアの様子

### サークル活動で交流を深める

当社では100名以上の社員が働いています。その中でゴルフ・パークゴルフ・フットサル・アイスホッケー・釣り等々同じ趣味を持つ仲間が集まり、一緒に楽しい余暇を過ごしています。



### 福利厚生と社会貢献活動

福利厚生の一環として、スポーツジムの法人会員になっており、社員は無料で使用できるようにしています。日常的に運動して体も心もリフレッシュできる環境を整えております。

—社会貢献活動—

- ・ボランティア活動(清掃活動・植林祭参加)
- ・子育て応援北海道すきやき隊
- ・北海道働き方改革推進企業認定制度
- ・北海道あったかファミリー応援企業
- ・献血への協力
- ・チーム・マイナス6%プロジェクト参加
- ・北海道グリーンビズ認定事業所
- ・寄贈活動
- ・NPO法人への資金援助

宮城県  
仙台営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
佐藤 渉氏

「社員とその家族を幸せにする」を実現するために

- 代表取締役社長 佐藤 渉氏
- 本社所在地 宮城県仙台市
- 主な事業内容 建設業
- 従業員数 42名(男性:36名・女性:6名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

当社は、建設業ですので、社員の体調が良好であることが大切なのですが、その健康状態への不安がきっかけで、健康経営に取り組むことを決意しました。自分の健康を二の次にしている社員の意識を変えていくために、健康経営アドバイザーと一緒に頑張って、様々な取り組みを実践してきました。おかげで、2年連続で健康経営優良法人の認定を取得することができました。

### 社員の健康状態について不安があり、 将来の事業継続にリスクを感じておりました。

健康経営に取り組む以前から、社員の健康状態について不安を感じておりました。限られた人員で仕事を行うため、一人でも体調不良者が発生すると業務に支障が出てきます。健康診断の結果から、2次検診の受診が必要な社員も、業務多忙であったり、自分だけは大丈夫、といった理由で受診しないケースも発生しておりました。このままでは、将来、事業を継続していくことが厳しくなる可能性があり、経営者として、何か対策を講ずる必要があると考えておりました。

### 健康経営の理念は、当社にとって必要だと 判断し、健康経営の取り組みを開始しました。

このように、社員の健康状態について悩んでいたときに、アクサ生命の健康経営アドバイザーから「健康経営」という言葉を伺いました。さっそく、話を伺うと、会社が従業員の健康増進を積極的に行い、生産性を高めるといった考え方にとても納得するとともに、我が社でも、取り組みを開始させるべきだと判断しました。当社の健康経営を推進する担当者を決めて、健康経営アドバイザーから健康経営の進め方についてアドバイスを受けながら、全社員を巻き込んだ取り組みを行い、健康経営優良法人の認定取得を目指すこととなりました。

健康経営優良法人認定証  
受賞時の社長と担当者就業前に社員全員で  
準備運動に取り組みます

### 自分の健康を疎かにしている社員が多く 意識を変える必要がありました。

健康経営に取り組むにあたり、健康習慣アンケートを実施しました。その結果、社員の多くが健康に無関心であることが判明しました。目の前の仕事を第一優先にして、自分の健康を疎かにしていました。このままでは、将来の本人の健康状態が悪化する恐れがあると思い、まずは、意識を変化させるために、毎月の会議で、食生活やアルコールといった、その時の旬なテーマで勉強会を行いました。運動に関しては社員全員で取り組む就業前のラジオ体操にもうひとつ運動・ストレッチを加えました。継続して行ったことで、翌年度の健康習慣アンケートでは、健康無関心の割合が減少しました。ヘルスリテラシー向上の勉強会、全員で取り組む準備運動は今後も継続していきます。

### 女性も活躍できるような、多様性のある 職場環境を目指します。

当社には、6名の女性社員が在籍しております。建設業というと、男性中心の職場といったイメージがありますが、当社では女性が活き活きと働ける職場環境にすることが大切だと考え、様々な取り組みをしております。女性向けのがんセミナー開催の際には、これまで、がんについて深く学んだことがない社員もいましたが、理解が深まったという感想など大変好評でした。今後は女性特有の健康課題をテーマとした勉強会も取り入れ、女性が働きやすい環境作りを目指していきます。

### これからも、社員の健康増進だけでなく、 会社の成長に繋がるように取り組みます。

健康経営優良法人を2年連続で認定取得できたのは、アクサ生命の健康経営アドバイザーが熱心にアドバイスをしてくださったおかげです。感謝申し上げます。健康経営の取り組みはまだ始まったばかりです。これからも、様々な取り組みを検討、実践していくことで、大切な社員の健康を高めていき、社員自ら健康行動していけるように会社としてサポートしていきます。健康経営にしっかりと取り組み、社員とその家族をしっかりサポートして、そして、会社の成長に繋げていけるように、今後も実践してまいります。

宮城県  
仙台営業所代表取締役  
佐々木 忍氏

## より良い検査を提供するためには社員の健康が第一

- 代表取締役 佐々木 忍氏
- 本社所在地 宮城県仙台市宮城野区
- 主な事業内容 非破壊検査
- 従業員数 11名(男性:9名・女性:2名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定Voice Report  
100th

当社の健康経営宣言は次のとおりです。

「社員こそが我が社の最大の財産であると考えております。社員一人一人が心身共に健康で、生き活きと働くことができる職場環境の整備に努めることを宣言します。」

この宣言のもと、従業員の健康増進に繋がる取り組みを行ってまいりました。これからも全員参加で、全従業員の健康増進を行ってまいります。

## 健康経営アドバイザーから、健康経営の話を伺ったのがきっかけでした。

健康経営アドバイザーから、健康経営についての話を伺い、興味を持ちました。食生活の乱れや運動不足などから、従業員の体調不良が発生してくるのではという不安もありましたので、取り組んでみることに決めました。まずは協会けんぽ宮城支部の「職場健康づくり宣言」にエントリーしました。また、HPにも、健康診断受診率100%やウォーキングの推奨、建物内禁煙などの健康増進施策をアップして、健康経営に取り組むことをしっかりと宣言しました。就活生に関心を持ってもらえるとうれしいです。

## 健康に関心を持ってもらうためにさまざまな取り組みを開始しました。

健康習慣アンケートを実施したところ、想定していたとおり、健康に無関心な従業員が多いことがわかりました。無関心な従業員に関心を持ってもらうため、意識を変えるさまざまな取り組みをみんなで考えました。健康は足下からということで、「0円階段フィットネス」と銘打って、2階事務所までの階段を利用することで運動不足の解消につなげております。また、減塩ポスターを掲示したり、健康情報を定期的に従業員へ配布したり、体重計なども用意し、行動を変容できるようにしております。



&lt;左&gt; ボルダリング部の様子

&lt;中上&gt; 新入社員歓迎会 &lt;右上&gt; 振動マシンで運動中

&lt;中下&gt; 0円階段フィットネス &lt;右下&gt; 振動マシンと体組成計

## ボルダリング部を発足し、運動不足の解消に取り組んでおります。

運動不足や不眠症に悩んでいるといった従業員からの話を聞き、ボルダリング部を発足しました。部員は40代を中心に4名です。全員がボルダリングは初めてでしたが、運動不足を解消して快眠を得るために必死に取り組んでおります。最初はコースを登りきるのも厳しく、コース制覇まであと一歩という部員もおりますが、お互いにコミュニケーションを取りながらのボルダリングの時間は格別です。部員を増やしていき、全社員が部員になることを目指して、部活動に励んでおります。

## 大切な社員とその家族の健康とともに会社も成長していきたい。

当社の仕事は、現場中心ですので、従業員のほとんどは現場に出ており、お互いの顔を見ることがなかなかできません。だからこそコミュニケーションが大切なのですが、コロナ禍になる前は社員旅行や懇親会を開催して、仲間同士の交流を図ってきました。コロナ禍以後は、そのようなコミュニケーションを取る機会を作れなかったのですが、先日、本当に久しぶりに食事会を開催しました。従業員同士が、仲良く、和気あいあいとしている様子を見ることは、社長としてうれしい限りです。

## 健康経営宣言に基づいて、これからもさまざまな取り組みを行います。

今後は、管理栄養士からのアドバイスがもらえる食事営業管理アプリを全社員に案内したり、病気になった際の相談窓口を設置したり、チームを作って歩数を競うウォーキングチャレンジなど、さまざまな取り組みを行う予定です。これからも、社員こそが我が社の最大の財産であると考え、社員一人一人が心身共に健康で、生き活きと働くことができる職場環境を整備して、健康経営にしっかりと取り組んでまいります。

代表取締役社長  
升 遷氏

「明るく・楽しく・前向きに」をモットーに

- 代表取締役社長 升 遷氏
- 本 社 所 在 地 宮城県仙台市太白区
- 主 な 事 業 内 容 建設業
- 従 業 員 数 14名(男性:12名・女性:2名)
- 加 入 健 保 名 協会けんぽ 宮城支部

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

ところが健康であることが大切です。そのためには、社員の仕事に対する、熱意・やる気を高める、つまり、ワークエンゲイジメントがとても重要になってきます。社長に就任してから、ワークエンゲイジメントを高めるために、さまざまな取り組みを行ってきました。「明るく・楽しく・前向きに」をモットーに、年齢を重ねても、社員がいつまでも健康で働き続けることができるような会社にすることが目標です。

### 3代目社長として就任、まず行ったのは、ワークエンゲイジメントを高めることでした。

祖父が、1962年に創業した会社です。3代目社長として就任し、今年で4年目となります。社長に着任して、まず取り組んだことは、社員の仕事に対する熱意・やる気といった、ワークエンゲイジメントを高めることでした。ワークエンゲイジメントを高めていくことで、仕事に対する取り組みが成果に繋がります。そしてところがと身体が健康でないと、いい仕事ができない、と気づくことができるはずですが、まだ取り組みを始めたばかりですが、効果が表れてきていると感じております。

### 生産性は改善している一方、社員の健康には、常に配慮しております。

ワークエンゲイジメントを高める取り組みを開始してから、徐々に会社の生産性も改善しております。社員の平均年齢も年々、高くなってきており、体調不良が気になるようになってきましたが、仕事に対するモチベーションが高いので、結果として、社員全員が自然と健康に配慮してきていますと感じており、健康診断の結果からも、そのことがわかります。しかし、油断は禁物です。年齢を重ねると、長年の無理が体調に悪影響を及ぼすことも考えられますので、社員の健康には無関心ではられません。



馴染みのお寿司屋さんをお願いして、ランチ会で寿司を用意しました。この企画は社員に大好評でした。

### 健康経営アドバイザーのおかげで、認定取得を目指すことを決意しました。

そんなとき、健康経営という取り組みを健康経営アドバイザーから教えてもらいました。社員の健康状態に問題はなかったのですが、話を伺うと、健康診断受診率や要再検査等の受診勧奨、特定保健指導といった取り組みだけでなく、職場の活性化やワークライフバランス、病気の治療と仕事の両立支援といったワークエンゲイジメントを高める取り組みも評価される、そして、健康経営優良法人認定を取得すると、社会的評価も高まるということでしたので、認定取得を目指すこととしました。

### 社員同士のコミュニケーションは、毎月のランチ会です。

社員はほとんど現場に出ており、社員同士のコミュニケーション不足も課題でした。そこで、毎月1回、土曜日に、全員が集まってランチを食べております。お互いのことを知る良い機会となっており、仕事のことからプライベートのことまで話すことで、ワークエンゲイジメントも高まってきております。コロナ禍以前は、社員旅行も実施していましたが、現在は厳しい環境ですので、この毎月のランチ会は、当社にとって大切なコミュニケーションの場です。

### ところが健康であれば、身体も健康、「明るく・楽しく・前向きに」がモットーです。

「病は気から」という言葉がありますが、まったくその通りだと思えます。ところが健康であれば、身体にも良い影響を与えるはずですが、ところが健康であれば、仕事に対する熱意・やる気が高まります。私は「明るく・楽しく・前向きに」をモットーとして、社長に就任してから、これまで事業を実践してきました。このモットーが社員の仕事に対する熱意・やる気を高めていると感じております。これからも、このモットーを心掛けて、大切な社員と一緒に、社会に貢献できるように取り組んでまいります。

宮城県  
仙台FA支社Voice Report  
100th代表取締役  
鈴木宣一氏

常に「社員あつての会社であること」を意識して

- 代表取締役 鈴木宣一氏
- 本社所在地 宮城県角田市
- 主な事業内容 運送業
- 従業員数 33名(男性:32名・女性:1名)
- 加入健保名 協会けんぽ 宮城支部

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020~2022 3年連続認定

当社が常に意識してきた事は、「お客様からの信用がなによりも大事であること」「社員あつての会社であること」です。そのためには、社員の体調がとて重要です。健康であるために必要と思うことは、社長就任から、積極的に導入してきました。安心・安全が求められる運送業においては、必要不可欠な条件です。これからも、社員の健康増進に取り組む、100年続く企業を目指します。

### 「社員あつての会社であること」を意識して さまざまな取り組みをしております。

祖父が、1962年に創業し、2014年に3代目社長として就任しました。今年創業60周年を迎えます。就任した当時、経営者として、さまざまな取り組みを開始しましたが、その一つが、快適な労働環境を用意することでした。社員が気持ちよく働けるような環境でないと生産性が向上しないと感じました。社員からは、「気持ちよく働ける」と高評価です。また、「社員あつての会社であること」を常に意識してきました。そのため、トレーニング室や食事会、各種スポーツの福利厚生の拡充といった、社員に喜んでもらえる環境を用意しております。

### 健康診断はとて大切です。 2次検診は、必ず受診するよう促しています。

運送業ですので、荷物を安全に運ぶことが求められています。そのためには、ドライバーが健康であることがとて重要となってきます。健康診断は、全社員が必ず受診するように徹底しています。そして、2次検診の対象者に対しては、就業時間内での受診を認めるようにしております。こうすることで、対象者全員が2次検診を受診し、体調管理を万全にするよう常に心掛けております。また、血圧計も用意し、血圧が高い社員が、いつでも血圧を確認することができるような環境も用意しております。



- <左上>事務所に設置したトレーニングマシンで運動不足解消
- <右上>秋は、社員の家族と一緒に芋煮会を開催
- <左下>福利厚生として、東北楽天の年間シートを用意
- <右下>快適な労働環境を整備

### 健康経営に取り組む決め手は 社会的評価が高くなることでした。

健康経営に出会ったのは、4年ほど前に健康経営アドバイザーから、話を伺ったことでした。社長就任時から、社員が良い環境で仕事ができるようにしてきました。健康診断、受診勧奨、運動不足解消、コミュニケーション促進、職場環境改善、とさまざまな取り組みをしてきましたが、これまでに実施してきたことが、健康経営なんだということが分かったので、すぐに健康経営に取り組むことに決めました。認定を取得することで、社会的評価も高くなるということが、一番大きな決め手でした。

### コミュニケーションを大切に ワークライフバランスを推進しております。

お客様から信頼されるために、社内のコミュニケーションが大切になります。当社では、社員にスマートフォンを配布し、業務コミュニケーションアプリを活用して、常に仕事の状況が確認できるようにしております。これにより、ワークシェアが進み、仕事のローテーションができる体制を整えます。こうすることで、体調不良等、万一のことがあっても、お客様にご迷惑をお掛けしないようにしております。このアプリを導入したことで、ワークライフバランスを推進することができ、仕事とプライベートが両立できる環境を整えております。

### 社員とその家族を大切に 100年続く企業を目指します。

長く社員に働いてもらうために、社員の家族の方たちにも会社に親しみを持っていただきたいと思います。コロナ禍になる前は、懇親会はもちろん毎年秋に社員とその家族を招いて楽しい芋煮会を開催しています。お父さんお母さんがどんな職場で働いているかお子さんに知っていただく場にもなりますし、社員同士の交流を図る場にもなっております。アフターコロナになったら、また再開してコミュニケーションを図りたいと考えています。夢は、社員と一丸で、100年続く企業を目指すことです。

宮城県  
仙台FA支社Voice Report  
100th代表取締役  
齋藤史恵氏

安全に 誠実に 当社にかかわる全ての人を笑顔に

- 代表取締役 齋藤史恵氏
- 本社所在地 宮城県栗原市
- 主な事業内容 建設業
- 従業員数 14名(男性:12名・女性:2名)
- 加入健保名 協会けんぽ 宮城支部

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

「心も体も健康でないと良い仕事ができない」社員一人ひとり仕事への意識を高め技術向上を目指すには、健康でこそ安心して取り組めるもの。社員教育と健康管理を経営的視点でとらえ、個人まかせではなく企業の責任として戦略的に取り組んでいます。地域の生活インフラを支える企業として、継続を担うのは社員達。楽しみながら自身を高め、仕事も人生も豊かにいきいきと活躍し成長してほしいです。

### 社員が健康であってこそ 継続した地域貢献ができます

祖父が創業し、父から引き継ぎ3代目社長として就任しました。子供のころから、この栗原という地域で頑張る父の姿を見てきたので、私も同じように地域に貢献できる企業でありたいと考え、会社風土を築いてきました。お客様の信頼に責任をもってお応えするには、常に社員が心身ともに健康であることが重要だと考えております。健康経営アドバイザーから現在の取り組み状況で十分申請可能との薦めもあり、社員の健康と社会的評価向上にも役立つことから申請しました。初めての申請でしたが、健康経営アドバイザーからのサポートもあり、今回、認定を取得することができました。

### 心も身体も健康でないと いい仕事できません

山間部での少人数作業が多いため、一人ひとりの安全意識と体調管理は特に大切にしています。健康診断は当然として、2次検診の受診を促したり、家庭内の個人的な相談に乗るなど、会社として積極的に個人に関与しています。社員達には元々「現場で体を動かすから運動しなくても大丈夫」という意識がありました。そのため全員にスマートウォッチを支給し、行動量を見える化しました。また、社員とその家族が健康を維持できるよう、電話で健康相談ができる窓口を設置したり、食生活改善や運動増進につながるアプリを無料で使えるようにしています。リフレッシュのための有給休暇も積極的に取り入れるよう促しています。心も身体も健康であるからこそ、仕事への取り組みも判断も、ポジティブでいられると考えています。



<左上>安全大会      <右上>還暦祝い  
<左下>バーベキュー大会      <右下>認定取得祝い

### コミュニケーションを大切にして ワークエンゲイジメントを高めています

弊社の場合、工事工種の進捗と一人ひとりの得意分野に合わせ、毎日のように各現場員が入れ替わります。そのため、普段から全員のコミュニケーションと情報共有は非常に大切と考えています。

毎日の社内朝礼、月1回の安全大会、その他レクリエーションや部活と呼んでいる趣味活動等のほとんどを、社員主導で行って来ています。また、どこにいても情報格差が生じないように、全員で情報共有アプリを使用しタイムリーな情報共有に努めています。各現場間の調整の他、ヘルスリテラシー教育やアカウンタビリティ・ギャップの短縮、社員間の意思表示の場としても役立っています。

### 女性も活躍できる そんな職場環境にしたい

現在弊社取締役は全員女性で、その半数は土木技術者としての現場監督経験者です。建設業は未だ3Kの代名詞のように言われてしまっていますが、そんなイメージを弊社に合った形で払拭したいと皆で取り組んできました。この業界は基本的に男性が多いですが、女性も活躍できる業種だと感じています。特に現場監督は女性技術者に向いている職業かと思えます。「女性が働きやすい会社を作れば、男性にはもっと働きやすい会社になるはず」という思いを「どうせやるなら格好良く」という意識で行動に反映させたいうちの一つが、今回の健康経営優良法人申請につながりました。

### 「この会社に勤めてよかった」 「この会社にずっといたい」と思ってもらいたい

社員全員がわが社の看板です。安全最優先や礼儀もそうですが、一人ひとりみんなが「看板である」ということを意識して行動してくれています。だからこそ、社員の健康増進やコミュニケーション向上といった取り組みをこれからも継続し、もっと社員達が胸を張ってアピールできる会社を築いていきたい。そして、「この会社に勤めてよかった、この会社にずっといたい」と思ってもらえたら、社長としてこれ以上の喜びはありません。大切な社員とともに地域社会に貢献できる企業として、これからも成長し続けます。

宮城県  
仙台FA支社Voice Report  
100th代表取締役社長  
地紙正和 氏

使命と技術を心の糧に！安全第一・健康第一

- 代表取締役社長 地紙正和 氏
- 本 社 所 在 地 宮城県大崎市
- 主 な 事 業 内 容 一般土木工事業
- 従 業 員 数 30名(男性:28名・女性:2名)
- 加 入 健 保 名 協会けんぽ 宮城支部

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

全ての社員が健康でいきいきと活躍し続けられることが、企業の発展につながることを考えます。社員一人ひとりの健康づくりを積極的に支援していくことで、仕事にやりがいを感じ能力を最大限に発揮できる環境整備に取り組んでいます。現場に出て働くことが大半を占める社員です。社員とその家族が心身共に健康で安心して働ける弊社の活動を通じ、さらには地域の皆様に社会貢献してまいります。

### 社員の体調不良が、 会社業績に与える影響が大きいと感じました。

2020年に社長に就任しました。代表者となり、改めて、会社や取引先、社員について、種々様々の視点で状況を把握し始めました。その中で社員の体調が業績へ与える影響が大きいと感じておりました。社員の平均年齢も高くなってきている状況で、現場での仕事を中心であり、社員の体調不良が社員の心身に与える影響やパフォーマンスに与える影響を心配しておりました。2次検診の受診勧奨をしても、業務多忙で受けない社員も多くいます。社員の健康は会社の持続的成長のために必要不可欠です。

### 健康経営は、 いまの会社に必要な取り組みです。

直近で、体調不良による長期療養者も出てきたので、会社として何らかの取り組みをしなければならぬと考えていたところ、アクサ生命の担当者より、健康経営という考え方を教えていただきました。この健康経営の「会社が従業員の健康増進に積極的に取り組むことで、事業の継続や進展が図れる」という理念は、まさに当社にとって必要なものだと感じ、その場でアクサ生命のサポートのもと健康経営に取り組むことを決意し、健康経営優良法人認定の取得を目指すこととなりました。



<左上>社長と健康経営アドバイザー  
<右上>健康経営アドバイザーからの直筆のお祝い状  
<左下>新たな憩いの場、詰所  
<右下>詰所の入口。健康情報を掲示

### 健康に無関心な社員が多いので、 意識を変えることから取り組みました。

健康経営に取り組むにあたり、最初に健康習慣アンケートを実施し、社員の健康課題を把握しました。結果は、予想していたとおり、食生活や運動といった生活習慣への無関心層が多いことがわかりました。社員の意識を変えることがスタートであると思い、アクサ生命が毎月提供してくれる健康情報の社員への周知を徹底し、健康の大切さを理解してもらうとともに、2次検診の受診勧奨を徹底し、対象者は受診することが当たり前であるという意識改革を行いました。

### コミュニケーションが取れる場を提供することで、 ワークエンゲージメントが高くなりました。

社員とのコミュニケーションも大切なので、詰所という新たな憩いの場を用意しました。ここでは、現場から戻ってきたあと休憩したり、残った事務作業を行ったり、飲食をしたりすることができます。普段は現場に出かけて社員同士が気軽に交流することができないので、この場所でお互いのことを理解することができたり、仕事の苦楽を共有したりすることで、ワークエンゲージメントが高まってきております。社員みんなが和気あいあいと過ごしている様子を見ることは、社長としてこれ以上の幸せはありません。

### 社員が健康であることは、 本人、家族、会社にとって大切なことです。

社員が健康であるということは、本人とその家族、そして会社にとって、幸せになるための大切な要素だと思います。これからも社員の行動変容を促すための様々な取り組みを継続していき、健康増進を図っていきます。今回アクサ生命のサポートを受けて、認定を取得できましたこと、感謝申し上げます。アクサ生命の担当者からの「御社の直一層のご繁栄をこころよりお祈り申し上げます。万歳！」と書かれた直筆のお祝い状を頂いたときは、言葉にならない喜びでした。引き続き、ご支援をよろしくお願いいたします。

代表取締役社長  
高橋一夫氏

## 健康はいつでも取り戻せる

- 代表取締役社長 高橋一夫氏
- 本社所在地 宮城県仙台市宮城野区岩切
- 主な事業内容 建設業(住宅がメイン)
- 従業員数 28名
- 加入健保名 協会けんぽ 宮城支部

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

## 会社のモットーは【家造りと共に信頼づくり】

弊社の主な業務内容は戸建て住宅をメインとした、営業・設計・施工・アフターサービス(相談、修理、補修等々)となります。会社のモットーである【家造りと共に信頼づくり】を従業員一人一人が強く意識し、弊社施工の住宅に住む全ての人々の健康を守りつつ、50年先→100年先までも安心して暮らせる家づくりをおこなっております。マイホームとは人生の中で一番高い買い物であり、代々受け継いでいくものです。弊社に信頼を預けていただいたお客様の為にも日々全力で家造りを続けてまいります。

## 健康な家造りを提供している自分たちがまずは健康でいなければいけない。

私たちが家造りで一番大切にしているのは住む人が健康になる家造りなのですが、その家造りをしている自分たちがまずは健康にならなければいけないと気づきました。私自身も昔は体が悪く、よく病院のお世話になったりしておりました。健康に対して全く気を遣わず業務に没頭しておりましたが、そんな状態ではどうしてもパフォーマンスに限界があります。健康に気を遣いだしてからは自分自身の生産性も上がり、今では病気知らずの体になりました。一緒に働く従業員にも同じことを考えてもらうべく健康経営に取り組む決意をいたしました。



## 健康経営の取り組み

具体的な取り組み内容としましては、健康増進を目的としたチラシを活用しての研修会や、体の健康・心の健康に関するセミナーを開催し、従業員のヘルスリテラシー向上を目指しております。またこういった活動をSNSを通して発信をおこなったりと、社内の見える化も併せておこなっております。私自身体を動かすことが大好きな人間ですので、社内で誰よりも体を動かしお手本となれるよう頑張っております！

## 会社の変化・従業員の変化

健康経営の推進をスタートしてから約1年程度ですが、早速良い効果が出てきたと感じております。従業員一人一人がお客様に健康、幸せになってほしいという気持ちが強くなっており、自分の体にも積極的に気を遣うようになってきました。また、お客様も健康などの意識が高い方が多い中で、従業員の意識がお客様に追いついてきていると感じます。結果商談が上手くいくようになり、お客様の満足度が上がって、良い評価をいただくことが増えました。

## 今後の展望、これからの課題

健康経営の推進は継続して続けていきますし、人の健康のみならず地球の健康にも気を配り、地域環境に配慮した仕事をおこなってまいりたいと思います。また私たちと同じ志を持った仲間を一人でも多く増やしていき、今まで以上にお客様目線に立った家造りに取り組んでまいります。

山形県  
山形営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
齋藤栄作 氏

「会社の繁栄と、働く人、その家族の幸せ」を実現するために

- 代表取締役社長 齋藤栄作 氏
- 本 社 所 在 地 山形県山形市十文字葎窪北3455-118
- 主 な 事 業 内 容 ステンレス板金・製缶業
- 従 業 員 数 21名(男性:16名・女性:5名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020~2022 3年連続認定

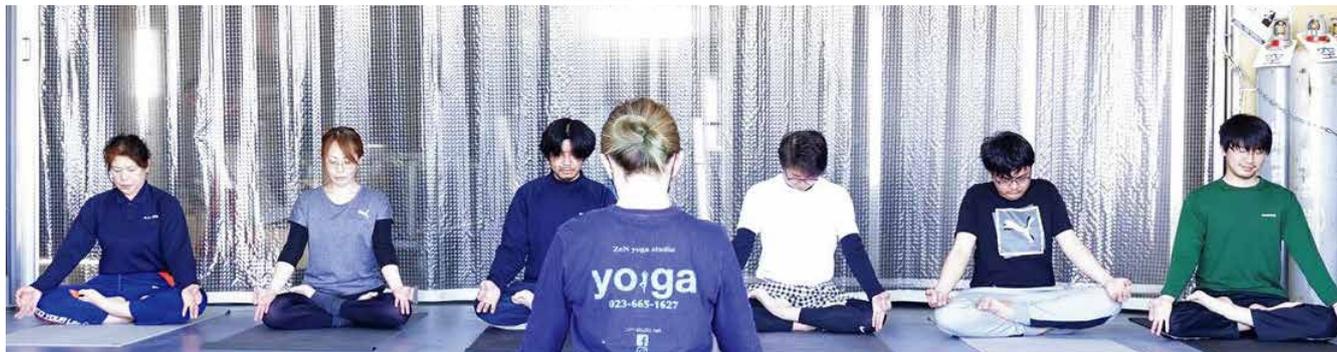
当社の経営理念:私たちは、社会から必要とされる職人の技を通して、お客様や社会へ貢献し、会社の繁栄と、働く人、その家族の幸せを実現させることを基本とします。これを実現させていくためには、まず自分が健康であることが大前提だと考えます。

以前は漠然とした意識でしたが、健康経営優良法人認定を受け、取り組みを継続していくことにより、働く人全員が健康を意識するようになりました。

### 食生活の取り組み「納豆週間！」 運動の取り組み「ヨガレッスン！」

月に一度「納豆週間」を設けました。「納豆を食べて健康になろう！」ということで、一週間、昼食時に会社から納豆が支給されます。もちろん、この一週間で健康になるわけではないのですが、この習慣が食生活の見直し週間になればと思います。また、この納豆週間を通じて、「納豆は小粒が好き！中粒が好き！」など、コミュニケーションの1つにもなっています。

また月に一度「ヨガレッスン」の日を設けました。ヨガの先生に来ていただき、社内でヨガレッスンを行っています。古くなった倉庫を改装し、ヨガスタジオを設けました。ヨガマットも会社から支給し、希望者は就業時間内にレッスンを受けることができます(健康診断結果次第で半強制参加の人も！😊)。レッスンも運動強度でクラス分けし、各人に合ったクラスに参加して行っています。



月に一度のヨガレッスン

### 会社の健康に対する現状を把握し、何を改善していくかを検討。独自の取り組みを考える。

まずは健康診断結果を分析しました。当社で目立ったのは、脂質や血圧の数値です。何を改善していけばこの数値が改善できるのかを考えたところ、やはり「食生活」や「運動習慣」。会社にいる就業時間内でも何か行動を起こしたいと考えました。その結果が、食生活改善のため月に一度の「納豆週間」、運動習慣改善のための「就業時間内のヨガレッスン」です。皆さん、楽しく取り組んでいます。



月に一度の「納豆週間」

### 途中経過と今後の取り組みについて

健康経営優良法人認定を受けてから2度目の健康診断では、少しずつですが健診結果の数値に変化が表れてきた人もいます。「去年より良くなった!!」と喜んでいる姿が見受けられるようになりました。それだけ健康に対する意識が上がってきたのだと感じ、嬉しく思っています。今後は、今、行っている取り組みの長期継続と、新たに「禁煙」に対する取り組みを行っていきたいと考えています。「会社の繁栄と、働く人、その家族の幸せを実現させるために」引き続き健康経営に取り組んでいきます。

福島県  
白河営業所Voice Report  
100th代表取締役  
館 秀幸氏

## 社員の心身の健康づくりが安全のカギ

- 代表取締役 館 秀幸氏
- 本社所在地 福島県西白河郡矢吹町中町246
- 主な事業内容 一般貸切旅客自動車運送事業
- 従業員数 52名(男性:40名・女性:12名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

常に安心安全を基本に、お客さまの多様なご要望とご期待に沿うよう取り組んでいます。旅客運送業では、運転手をはじめとした社員の健康が無ければ、これは実現できません。これまでも、社員の健康の重要性は理解して取り組んでいました。健康経営について案内をされ、優良認定を目指して取り組みを始めたなかで、“社員の健康こそが、会社全体の健康につながる”ことを再認識できる機会となりました。

## 何から始めればいいのか？健康習慣アンケート

これまでも健康診断は全員受診しており、健康状態は把握していると思っていたのですが、いざ、健康経営に取り組むとなるとどこから始めていいかわからない。そこで、健康習慣アンケートを実施しました。スマホができる人には簡単ですが、使い慣れない年齢が高い社員もいて、一人一人教えながら進めました。遠方の営業所の職員には読み上げながら回答を入力してもらうなど、丁寧に対応する中で、何とかアンケートを進め、課題の確認が数字でできました。

## 健康についてのコミュニケーションが増えてきた

出勤・帰庫時点呼の際に体温・血圧測定をしています。点呼時、測定に立ち会う際に、日々の血圧数値と比べて高い数値の場合は「体調どうですか？」などの声掛け等を行っております。年2回の健康診断の結果も確認しておりますので、個人の疾病を考慮して声掛けをしています。また、健康診断実施後の、結果確認の際に、再検査や精密検査の人には個別に声掛けをし、治療に向けて再受診を促しております。

ふくしま健康優良事業所2021  
健康経営優良法人認定2022  
担当の添田さん

## 大切なお客様の安全のために、プロドライバーの誇りと責任

バス運転手の、技術向上とコミュニケーションの機会として、毎年雪上訓練を行っています。当日は矢吹町でも朝から大雪であり、雪上訓練を行うには、ベストコンディション！チェーンの正しい脱着に『素早く且つ正確に』を意識し、取り組みました。車両に備わっている横滑り防止装置をONにしている時とOFFにしている時との、車両の滑り具合の違いも体験し、車両の装置の正しい使い方を全員で確認しました。訓練はプロドライバーとしての責任と誇りの再認識となりました。



## 運転手はそれぞれの業務で動くので、社員同士のコミュニケーション促進としてクラブ活動を実施したい

来年度の課題は  
『社内での運動機会をつくろう』です。

職務特性上、同僚どうしで一緒に働く機会は限られています。また、勤務時間の大半は座りっぱなしで、動く機会が少ないという性質があります。よって、運動機会の増進につながるクラブ活動を実施したいと考えております。近くの体育館を借りて、卓球やバドミントンなど年齢や性別にかかわらずできるようなことがいいかもしれません。イベントを通じて、社員同士の交流が進み、コミュニケーション促進にも期待ができます。

これを機に、更なる社内の健康への関心、意識向上を目指します！

福島県  
白河営業所Voice Report  
100th代表取締役  
佐久間哲男氏

## チャレンジ社員のやりたいことをやるのが一番

- 代表取締役 佐久間哲男氏
- 本社所在地 福島県白河市中田22
- 主な事業内容 一般土木建築工事業
- 従業員数 22名(男性:18名・女性:4名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

当社は、「顧客の満足と信頼を得る品質」を提供することを基本方針に掲げています。社員一人一人が、仕事の品質と技術に自信と誇りを持ち、常に最新の技術進歩を心がけています。そのためには、社員一人一人が健康であるとともに、相互のコミュニケーションを図り、新たな仕事にチャレンジする前向きな気持ちが欠かせません。健康はチャレンジの源泉！

社員の健康は大事！では何から始めるか？  
健康習慣アンケート。

健康経営については、福島県で健康経営が始まった際に興味を持っていました。取り組もうとして、協会けんぽに相談もしましたが、取っ掛かりがつかめずにいました。アクサ生命の担当者からサポートの案内をいただき、健康経営優良法人認定に向けて取り組みを始めました。健康宣言を行うとともに、健康課題を把握するための、健康習慣アンケートの実施をしました。社員の健康への関心度、ワークエンゲージメント、課題など数値で確認できました。

## 健康は運動と食事から。

健康についての課題は、高血圧や、BMIが高めのメタボリックシンドロームや生活習慣病予備軍が多いことでした。運動不足解消と食事に関して取り組むこととしました。社員の運動機会を増やそうと、社内の休憩室に運動器具を揃えジムの整備しました。今年は運動を奨励して、もう少し活用する人が増えればと思っています。元々、体は動かしていると思っている社員が多く、わざわざ運動は必要ない、と思っているのでしょうか。今後は、何か社員の中から盛り上がる企画が出てくればいいと思っています。食事に関しては、塩分・糖分・脂質に関するセミナーをオンラインで実施しました。



昨年のキャンプの様子  
社内のジムで運動に取り組む社員

社員のアイデアはやらせてみる。  
イキイキわくわく働いている。

普段から、若い社員たちが楽しそうにやっている様子を見えています。自分たちで言い出して始めたことは見守って、やらせることにしています。社員が企画をして、アウトドアキャンプなどを行っています。会社の敷地のヒバを伐採した時には、「スウェーデントーチ」にすればいいと、嬉々として取り組んでいました。処理業者に依頼すると掛かる費用も節約できて、遊び道具になって、一石二鳥です。

## やりたいことをさせるのが一番。

建設業ですので、仕事に取り組んでいくのに色々資格が要ります。トラックを運転する大型免許や、大型特殊免許など、自分たちで取り組みたい仕事に応じて、取得する資格を選んでいます。自分で決めて取り組むので勉強もします。資格取得にかかる費用は資格手当として給与に上乗せして払っています。当社には、ドローンを使った空中撮影などを手掛けるUAV事業部があります。新たにに取り組む事業分野はたくさんあります。若い社員のアイデアが活かせます。

## 社員も家族も健康。いい仕事をして、家に帰る。

健康で闊達な企業文化が重要です。社にも健康について記載をしています。社員も、その家族も健康でなければいい仕事はできません。今後は、若い社員も含めて健康の意識を高めてもらい、「どうすれば楽しく健康になれるのか？」を自由で自発的なアイデアで健康づくりにも取り組んでもらいたいと思っています。それが、いい循環になればと思っています。

福島県  
白河営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
増子国安氏

## 社員の参画意識が会社を元気にする

- 代表取締役社長 増子国安氏
- 本社所在地 福島県白河市田島館ヶ崎4-1
- 主な事業内容 建設現場のお役立ち業
- 従業員数 47名

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

工事の総合お役立ち業と「SHIAWASE」提案業。工事現場で、お客様が楽に安心して、ストレスレスで仕事が進められるようワンストップサービスを指針に事業展開しております。墓石販売店、服飾雑貨店、健康調圧ルーム事業で、「人生、ライフスタイル、健康」の幸せを提供します。その実現には、社員の心も体も健康第一です。

## 健康経営は人生経営、健康習慣アンケートのワークエンゲージメント

主体的にアイデアが出るようになってきたと感じています。世の中の変化は非常に速い時代です。新しいことを始めよう。挑戦を楽しみ成長を実現実感しようといっています。社員が新しくやったことを意識して見て声をかけるようにしています。社員たちからは、地域ボランティア「子ども食堂」という取り組みに寄付をする募金箱を店舗に置くというアイデア、墓石部門から「お寺に勉強に行きたい」など積極的な取り組みが出てきました。

## 治療と仕事の両立支援コーディネーターを社長自ら受講修了！

アクサ生命の産業医プログラムを導入しました。ストレスチェックや産業医など、専門家目で見てもらえ、相談できる先があればいいと思っていました。アクサ生命の担当者から情報提供いただいた、「治療と仕事の両立支援コーディネーター」の研修を社長自ら受講し修了しました。これは自分自身で勉強してみようと思い取り組みました。健康経営の推進体制であり、これからの会社に欠かせない重要な気付きを得ました。心と身体の健康第一です。

2021年7月27日健康セミナー実施  
テーマはアンガーマネジメント  
右は店舗に設置した子ども食堂の募金箱

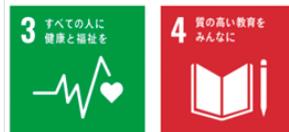
## 社員が社員を呼んで仲間づくりをする会社

毎日楽しく仕事をしてもらいたいと思っています。当社には現在81歳になる社員が働いています。一生懸命で、自分で仕事を見つけて、「ゴミ一つない会社にする」と取り組んでいます。定年を過ぎた社員が4人いますが、本人たちができる勤務体制をそれぞれ言ってもらって決めています。出勤時間や勤務内容、待遇も話し合っ決めて決めています。そんなこともあり、当社では社員の紹介で入社することが多いです。知識や経験より、人間力、人間味を重視しています。

## 地域で求められることに全力で応えていく

地域で仕事をしていると色々、声をかけていただきます。そうした機会にはできるだけ参加して、私と、会社を知ってもらいたいと思っています。そうした中で、仕事としても何かできることはないか？役に立てることはないかと考えることで、前向きな仕事の取り組み、社員の目標にもなっています。

## 共和建商はSDGsに取り組んでいます

社内イベントとして、  
フラワーアレンジメント教室  
を開催

茨城県  
日立営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
宇野貴法 氏

「顧客第一、社員あつての会社」を実現するために

- 代表取締役社長 宇野貴法 氏
- 本 社 所 在 地 茨城県日立市滑川町
- 主 な 事 業 内 容 自動車整備・钣金塗装業
- 従 業 員 数 19名(男性:15名・女性:4名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

### 社員の健康増進・顧客第一・地域貢献こそが 会社の発展にも繋がる！

弊社は自動車整備・钣金塗装業を営んでおり、お客様のカーライフを通じて大切な命をお預かりする仕事です。『健康なくして良い仕事なし』、健康はすべての源です。健康でいると冷静さや判断力もアップし、良い仕事が出来ます。自動車整備に携わる社員の健康増進を図ることが、行き届いたサービスに繋がり、お客様の安心・安全をお守りすることに繋がります。そしてその確実な仕事がお客様との信頼関係を生み、地域社会への貢献にも繋がります。地域の発展が進むことは巡り巡ってお客様や社員へ還元され、更には企業の発展にも繋がると考えています。健康経営を実践することはこの考え方に合致するために取り組むことに致しました。

### 社員へ思いを伝え、共感を得ながら推進する 健康経営を目指しました！

健康経営を進めるにあたり重要なのは社員に理解と共感を得ることと考え、労使一体となって取り組むことを基本としました。そのためにも、社長として社員を大切に思っていることを言動で伝えました。

- ① 社長と専務が毎日の声かけを実施することで、コミュニケーションを取りながら社員の体調を把握しつつ、風通しの良い職場環境を実現することで、社員のメンタル維持に努めて参りました。
- ② 夏の厳しい暑さ対策として、工場にミストシャワーや個別の扇風機を設置しました。また、水分補給をしやすいようにフリードリンクコーナーを設置し、熱中症対策にも気を配りました。
- ③ 社内設置自動販売機の飲料に特保系飲料を取り入れるとともに、飲料メーカー様の協力のもと、飲料購入時に「仕事前にはストレッチをしよう！」等の健康に気を付ける促し音声付き自販機を設置いたしました。また、自販機の設置がない部署には、ストレス緩和に繋がる特保飲料を配布して参りました。

左から宇野智亮専務、宇野夕佳里、  
宇野静香、宇野貴法社長

### 嬉しかった！ 社員が主体性のある取り組みを実践！

健康経営を推進するには労使一体となった取り組みが重要だと認識していましたが、社員のアイデアを積極的に採用し、企画・運営も社員の主体性をもとに実践しています。具体的には「長時間労働対策」がそのひとつです。キーワードは「メリハリ！」です。各社員が担当する仕事のスケジュール管理を、取ってアナログ式にしてホワイトボードに記載し、全員に「見える化」を図りました。時間管理や業務の割り振りを意識し、業務効率を高めることで、特定の社員の長時間労働を無くすことを目的にしたアイデアでした。結果として残業自体もほとんど無くなり、長時間労働対策は成功しました。

成功した要因は、社員同士の話し合いで決めたことが第一であり、社員の主体性を持った行動の成果だと考えております。



### 広がり続ける健康経営の輪 会社業績拡大にも繋がった！

社員の健康習慣についての自主的な取り組みは広がり続けています。健康経営アクションを本格的に開始して以来、ジョギング等プライベートで運動習慣を取り入れた従業員は皆無に等しい状況から30%へ増加しました。また喫煙率の高い職場であったのが、50%の社員が禁煙しております。あくまでも自主的に主体性をもって始めていることが嬉しく、健康経営の輪が広がっていることを実感しております。

コロナ禍の中、業績拡大には厳しい状況ではありますが、健康経営の取り組みが奏功して、業務効率化が進み、利益率が向上し会社業績UPに寄与する結果となりました。社員とも共有して、全員の理解と実践で成し得た成果として、喜びを分かち合っています。これからも更なる改善を志して、対話とコミュニケーションから、次なる一手を創造して参ります。併せて、地域あつての私たちですので、健康経営の実践の輪が地域として広がることを、微力ながらもサポートさせていただきたいと思っております。

茨城県  
石岡営業所Voice Report  
100th

左:代表取締役社長  
青木正紀氏  
右:顧問  
田崎 徹氏

### 「地域ダントツの企業」であり続けるために

- 代表取締役社長 青木正紀氏
- 本 社 所 在 地 茨城県石岡市杉並1-7-16
- 主 な 事 業 内 容 アルミサッシ・ガラス・建材 販売・工事
- 従 業 員 数 118名(男性:88名・女性:30名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

明治28年に創業し、当初は石油ランプ・ガラス食器・板ガラスの販売から始まり、明治、大正、昭和、平成、令和と激動の歴史の中を環境に合わせて常に変化していきながら取り扱い商材を増やし、建築資材の総合商社として今日までこつこつと歩んで参りました。私どもは、創業から現在まで、そしてこれから先の未来も「皆様の豊かで快適な住生活をつくりあげる」ことを使命とし、「世のため人のためになる仕事、地域社会から必要とされる仕事をする」という創業の精神を受け継ぎ、時代の変化を見据えながら社員一同一丸となり、日々精進しております。

#### 「心身共に健康であれ」

これが良い仕事を行うためには必要です！

私どもは常日頃から全従業員に「心身共に健康であれ」と言い続けています。

これは、危険が伴う現場業務でも集中を絶やさない為の心の健康を保つこと、また急病により家族・お客様に迷惑をかける事のないよう身体の健康を保つこと、この2点がひいては「良い仕事」に繋がる…という考えに基づきます。さらに、これらの健康を保つためには「所得の豊かさ」も必要と考え、この豊かさ向上のためには、従業員自身が当事者意識を持ち自己研鑽を絶やさない事も求めています。

#### 「健康経営」にて心身の健康をさらに増進させたい！

健康経営という取組にもまさしく「従業員の心身が共に健康であれ」という理念が根底にあるものと感じており、当認定取得に向けた取組を実施・加速化させることで従業員のさらなる心身の健康向上が図れると考えております。特にアクサ生命の「健康習慣アンケート」を活用することにより、従業員のプライベートでの生活習慣に起因する健康課題までも把握できるようになりました。これにより、取組自体をさらに実践的なレベルにまで引き上げることが成功しました。



#### 運動機会を増やし、飲料カロリーを意識しよう！

様々な取組をしておりますが、特に「運動機会を増やす」「飲料カロリーのコントロール」の2点が重点的だと考えております。

運動機会の増加に際しては、歩数アプリの活用・社内階段の積極活用・自転車通勤の推奨(社長自身が自転車通勤を始めた!)の3つの取組を実施しました。

また、飲料については社内自販機の設置飲料として水とお茶を増やし、合わせてカロリー啓蒙チラシを隣接掲示する事での従業員主体によるカロリーコントロールを実現しました。以上の取組と合わせて、年1回の健診や人間ドッグの受診勧奨を徹底することで、従業員の心身の健康は高い次元で良好さを保つことができ、社内全体の生産性も向上したかと感じております。



#### これからも「地域ダントツの企業」であり続ける為に

わが社の社風としては、元来より「信用」「誠実」「堅実」という価値観がありましたが、現在はこれに加えて「挑戦」「協働」というエッセンスを加えております。

つまり、いい加減を許さず真面目にキッチリ業務を行う姿勢にこの「情熱をもって皆でチャレンジする」アグレッシブさを兼ね合わせることで、従業員と社長とが当事者意識を共通化しやすい風通しの良い職場に変革でき、ひいては従業員の心身の健康向上・生産性の向上による所得の豊かさを維持する事・最終的には「地域ダントツの企業」であり続けられる…と信じております。

これからも、健康をテーマにした職場環境の良質化を図ると共に、人びとの豊かで快適な住生活を築き、地域と社会の明るい未来に貢献していきます。

埼玉県  
川口営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
時園茂樹氏

お客様と従業員、そしてその家族の幸せのために

- 代表取締役社長 時園茂樹氏
- 本社所在地 埼玉県川口市柳崎
- 主な事業内容 金属・樹脂切削加工
- 従業員数 23名(男性:15名・女性:8名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2022認定

当社は、大正3年(1914年)に金属挽物業として東京にて創業しました。当時はアクセサリをメインに一個一個手作りの仕事でしたが、真鍮材の旋盤加工へと技術力を高め、現在では業務用飲料サーバの部品製造へ主力を移しています。「常に新しい技術を模索し、最高の品質をすることで、社員の人間的な成長を促し会社に一体感を醸成する」という企業理念のもと、従業員一人一人の創意工夫で新たな付加価値創造に、日々取り組んでいます。

### 技術革新が進んでも、いちばん大切なのはからだの健康

取り組みのきっかけは、「AI技術の発達により、現在の仕事の約50%が10年後には人工知能やロボットに置き換わる」というニュースを見たときでした。一見健康経営と関係ないように思われますが、本当にそうでしょうか。私たち製造業(いわゆる、町工場)は、冒頭で記述したように、確かに、ロボットで代替できる仕事は多いと思います。しかしながら、ロボットを制御するのは人間であり、根本的にはロボットを開発するのも人間です。また、ロボットが行った仕事の責任を取るのは人間です。そのように考えると、「目まぐるしく進化する技術革新の中心にいるのはAIやロボットではなく人間である。そして、私たち人間は、休みなく働けるロボットたちを使用する必要がある。」と考え、結局人間が常に健康でいることがいちばんだ、という考えに至りました。ちょうどこのように考えていた時、アクサ生命様から健康経営のご案内を頂き、従業員が一体となった健康経営をスタートすることができました。現在では、「健康経営ワンポイントアドバイス」や「健康経営サポートパッケージ」を活用して健康に対する意識を醸成しつつ、年に2回のアンケートで効果測定や課題の抽出と解決案の考案を行うというサイクルを取っています。



(左)健康経営優良法人(中小規模法人部門)認定証(2022)  
(右)健康のため!新型コロナウイルス感染症対策として社員たちが考え自作した足踏み式消毒液ディスペンサー

### 社員とその家族の健康維持は働きがいの向上にもつながる

フルタイムで働く社員には、毎年健康診断を100%受診してもらっています。付加健診を含め全額会社負担とし、再検査になった時は積極的に休暇を取得してもらおう等、からだの健康は最優先に考えています。また、インフルエンザ予防接種の費用も会社負担にしています。本人の体調不良は家族の体調不良にも繋がるため、健康に際して必要なことは会社が全面的にバックアップしています。

また、ワークライフバランスの向上にも取り組んでいます。からだの健康とメンタルの健康は、表裏一体と考えています。両方の健康を維持するためには、休息をしっかりと取り、仕事以外の自分の時間を持つことが重要です。ワークライフバランスを向上させることで、より効率的な仕事の仕方を考えついたり、新たな視点が生まれたりするかもしれません。そういったことが、より「働きがい」に繋がると信じています。当社では、毎週水曜日はノー残業デー、勤務間インターバルが10時間以上、GW・お盆・年末年始に休暇を付加し長期休暇にする、といった取り組みを実施しています。万が一病気になるってしまった時のために、疾病見舞を出す制度もあります。病気がケガをしないことが一番ですが、万が一の場合も、社員の家族の負担が軽減できるよう、今後も福利厚生の制度設計を進めていきます。

### 健康経営のその先に

従業員やその家族が健康で幸せであれば、働きがいが向上し、結果的に品質が向上し、会社の成長に繋がるという好循環を生むと考えています。これからも従業員には長く働いてもらい(新入社員含めた平均勤続年数19.7年)、一緒に成長していきたいと思っています。

代表取締役  
小出明治氏

## 社員の健康が魅力ある職場づくりを実現する

- 代表取締役 小出明治氏
- 本社所在地 千葉県習志野市東習志野6-21-8
- 主な事業内容 金属加工機部品製造業
- 従業員数 103名(男性:94名・女性:9名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

大正3年(1914年)東京都墨田区の地で創業し100年以上にわたり、鉄鋼、非鉄金属、製紙、電機、産業機器などいずれも日本を代表するメーカーに対し、ものづくりをお手伝いしてまいりました。

国内において数多くの経験、実績は現在の小出ロール鐵工所の基盤となっており、日本唯一のロール・シャフト專業加工メーカーとして堅実な成長を遂げてきました。

## 生産性アップのために従業員の健康意識の改革の必要を感じました。

## ・健康診断への意識アップ

従業員の健康に配慮した経営を行おうと、取組始めたのが約6年前です。40歳以上は人間ドックの受診を必須とし、受診結果から個々に合わせた面談や健康セミナーの参加などの取組を行ったところ、徐々に従業員自身も健康への意識が高くなり、これらの面談率やセミナー参加率も飛躍的に向上していきました。

管理栄養士の方にも手伝ってもらい、従業員の健康管理に関するサポートをして頂いています。

現在では、二次検診も就業時間中に実施することで受診率も非常に高い状況を維持できています。

そして、健診結果の数値が良化した従業員を表彰するなどの工夫もいれることで主体的に健康を考える従業員が格段に増えました。

これらの取組は、従業員が健康改善を実感できているからこそその拡大であり、結果として生産性アップ、ひいては、企業業績にも繋がっています。



## 『健康経営優良法人認定』への取組

1年ほど前、取引先からアクサ生命の健康経営アドバイザーを紹介されたことで、健康経営優良法人認定制度を知りました。聞くと、今まで会社でやっていたこと、さらに今後取組たいと考えていたことと、『健康経営』の考え方が一致し、すぐに取組をスタートしました。そこから『健康経営優良法人認定制度』の取得が一つの目標となりました。

## ○喫煙対策

喫煙所も分煙とし、さらには、喫煙時間帯も設定することで、少しずつ禁煙していく従業員が増えていきました。

## ○ウォーキング活動

従業員のみならず声を掛け合い、千葉県機械金属健康保険組合の実施するウォーキングの活動も行っております。今後、さらに参加者を増やしていきたく思います。

これらの取組は、社長自らが人間ドックや禁煙さらにはウォーキングへの姿勢を従業員に見せることで従業員へ大きな影響を与えることとなりました。

## 大切な社員とその家族の健康とともに会社も成長していきたい

今後は、さらに従業員の健康を拡大し、従業員の家族のヘルスリテラシーのアップを図っていきたくと思っています。家族の協力なしに健康維持はできないと考えています。また、弊社の勤務体制からお昼ご飯を食べる社員が少ないことや夜勤のある仕事もあるため、食生活の改善は大きな課題と考えています。将来、食堂を持ち従業員の食生活の改善を図りたいという目標もあります。1つ1つの健康課題を洗い出し、着実に実行することで豊かさ、魅力ある職場を実現し、それが企業の繁栄に繋がり、従業員とその家族の幸せに直結していくと考えています。

千葉県  
船橋営業所代表取締役会長  
高山詠司氏

従業員とその家族の幸せを追求すると共に、地域社会の健康長寿に貢献できる会社を目指して「千葉県を健康寿命日本一へ!!」

- 代表取締役会長 高山詠司氏
- 本 社 所 在 地 千葉県八千代市八千代台北
- 主 な 事 業 内 容 トータルヘルスケア事業
- 従 業 員 数 40名(男性:14名・女性:26名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2018~2022 5年連続認定Voice Report  
100th

「食生活の改善」をメインテーマにしたトータルヘルスケア事業として、「健康長寿セミナー」「女性のための30分健康体操教室」「リハビリデイサービス」「長寿食堂かぐれ」「企業向け健康サポート」「循環農法玄米の販売」などを行っています。また、病院での検診結果や、血液検査の数値に基づき、管理栄養士、漢方養生指導士、健康運動指導士、看護師などが個別にアドバイスさせて頂いております。

### 健康経営を始めたきっかけは、従業員の「心身の健康」を保つため

今から5年前、会社設立から25年が経過し、改めて社内体制を見直したところ、10年程前から、メンタル面で休職・退職者が毎年1~2名できるようになっていました。ハードワークや環境の変化、人間関係に心を乱す従業員が増え、そこから小さな亀裂が生まれていました。健康を提供する仕事をしていながら、「心の健康」をケアする施策はあまりとられていなかったことに気づきました。『理念や考え方(フィロソフィー)は整っているのに、血肉化していないということは、仕組みを考え直さなくてはいけない、従業員の「健体康心」を実現するためにきちんと対策を講じていこう』と決意し、健康経営の取り組みをスタートさせました。

### 従業員のメンタルケアで心身共に健康へ

まず、産業医と顧問契約を結び、全従業員にストレスチェックと面談を実施し、社内の担当及び、直接産業医に相談できるホットラインを開設するなど、メンタルケアに力を入れてきました。並行して、部門リーダーとスタッフの面談、コミュニケーションアップのために「みんなでワイワイランチ」なども実施してきました(コロナ禍で縮小又は中止)。



本社社屋



従業員休憩室



階段利用呼びかけポスター

### 年間休日の改革に踏み込み、根本から見直しへ

残業時間の短縮、半休制度の導入等、働きやすい環境を目指して積極的に取り組みを進めていきました。そして従業員が仕事以外でも充実した生活が送れるように、思い切って年間休日の拡充も行いました。

休日の日数を大幅に増やしたため、最初は業務の調整に苦労しましたが、従業員が協力し合いながら改革に取り組んだことで、問題なく実施することができました。そして、健康づくりを始めて、時間的余裕とコミュニケーションが増えたことによって、みんなが笑顔になっていきました。従業員の笑顔を見ると、経営者も笑顔になれます。

### 1日1食玄米ご飯で“バテない”からだへ

当社では各事業部の場所が離れていて、一律に食事を提供できないことから、食生活の見直しは各個人にまかせていました。

しかし、毎年の健康診断結果から、「朝食を食べない」、「野菜が不足していると感じる」と答えた従業員が多くいることがわかりました。そこで、簡単に栄養が摂れるものを提供できないかと考え、思いついたのが「玄米」でした。美味しい玄米ご飯でないと続かないだろうと、圧力釜で玄米を炊き、冷凍して各事業所に配ったところ、従業員からとても良い反響がありました。中には「子供を叱ることが減った」等の声があり、こちらが驚いたくらいでした。それがきっかけとなり、商品化に繋がったのですが、今でも従業員からその家族まで、玄米の輪が広がっています。

### 健康経営を通して私たちが目指すものは？

当社は、ヘルスケア事業を通じて「食事、運動、生きがい」による理想のコミュニティを創造し、地域密着型の健康総合サービス企業として『千葉県を健康寿命日本一へ!!』『全国寝たきりゼロへ!!』に貢献することを目標に歩んできました。健康経営の取り組みを通して、まずは足元にある、「全従業員が心身共に健康である」ことが一番大事であることに改めて気づかせていただき、仕事を通じて生きていることに喜びを感じられるような会社を目指してまいります。

千葉県  
銚子営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
岩井 専氏

「みんなで健康になろうよ！」を全社員に発信

- 代表取締役社長 岩井 専氏
- 本社所在地 千葉県銚子市川口町
- 主な事業内容 包装資材、物流資材販売業
- 従業員数 26名(男性:19名・女性:7名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

当社の設立は昭和63年ですが、元は昭和44年に銚子市の漁港で水揚げされた魚を入れる木箱の製造から創業した岩井商店となります。水産物向けの包装資材の他、包装機器の販売、メンテナンスを行うとともに、グループ会社の(有)岩井製函ではラベルシールのデザイン、印刷・販売をしており、今回、(株)イワイ茨城と合わせて3社とも優良法人認定をいただくことができました。

### 健康経営に取り組んだきっかけ

社長自身が、元々スポーツマンで以前より、運動には関心があり、そういったことを会社として、従業員のためにも活かさないかなとは考えていました。また、2~3年前から情報として、健康経営や優良法人認定の存在は知っていましたが、具体的にどのようなアクションをおこせばいいのかと知っているうち、時間が経過してしまっていたところ、以前より担当いただいていたアクサ生命の方から、アクサ生命のサポートについてお聞きし、灯台下暗しではありませんが、身近な存在であるアクサさんにサポートをお願いすることとしました。

### 社長自身による率先垂範の健康維持への取り組み

社長自身が、健康経営の取り組みを進めていくにつれて、今まで以上に健康管理に興味を持ち、アクサのサポートパッケージである食事栄養管理アプリや運動アプリを大活用するなど率先垂範で取り組んでいて、「社員みんなで健康になろうよ」と発信しています。

また、社員に対しての健康関連の情報提供手段として「ワンポイントアドバイス」を活用しています。具体的には、

- ①入口に拡大印刷したものをスタンドで掲示し、社員はもとよりお客様の目にもとまるようにしています。
- ②毎週1回開催しているリーダー会議において、健康づくり担当者である社長の奥様がアクサ生命や協会けんぽ等からの情報をもとに健康に関する情報を提供する時間を作っています。



銚子市にある本社社屋

社屋入り口に  
ワンポイントアドバイスを  
スタンドにて掲示

### 健康も会社も成長していきたい

このコロナ禍で、社員を集めての研修がなかなか難しい状況ですが、健康に関する情報提供のひとつとしては、前述のワンポイントアドバイスの他に、睡眠・免疫力アップ等の「ウェビナー」ツールもアクサ担当者から提供していただき、社員に提供をしています。

他に毎年、健康診断の結果がでた段階で、社員との個人面談を実施しており、その際に、食事や睡眠も含めた生活スタイルについてもアドバイスをしています。

### グループ会社も社員の家族も、みんなで健康経営

今後に向けてですが、上記の健康診断の結果において、まったく何も指摘事項がない社員の割合は10%に留まっています。健康経営の取り組みを進めていくことによって、その割合を増やしていきたいと思えます。

優良法人認定を初めていただいて、むしろこれからが非常に大切だと思っています。今までの取り組みに加えて、新たな取り組みも含め社員により理解をしてもらえるように、行動に移してもらえるように、進めていきたいです。また、そのためには、社員本人だけでなく、ご家族も一緒に理解いただいて取り組んでいただくことが必要だと感じています。これは、グループ会社共通の想いです。

**Iwai**  
イワイグループ 経営理念

**顧客第一**  
お客様の流通を支える資材メーカーとして、お客様の要望にスピード感をもってお応えします

**進取創造**  
常に自ら進んで新しいことに取り組み、世の中の変化に臨機応変に対応します

**やりがいのある職場**  
仕事がある喜びと感謝の気持ちを忘れず、組織や個人が豊かに成長することを目指します

東京都  
首都圏  
第四FA支社

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
谷田 泰氏

### 雨のみちをデザインする「社員の成長が会社の成長」

- 代表取締役社長 谷田 泰氏
- 本 社 所 在 地 東京都板橋区東坂下
- 主 な 事 業 内 容 建築用金属製品製造業
- 従 業 員 数 131名(男性:92名・女性:39名)
- 加 入 健 保 名 東京金属事業健康保険組合

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

今年で当社は75周年を迎えます。創業当時から「健康経営」の理念は根付いていました。創業時は、銅板の圧延製造の会社という事もあり、体力を求められる仕事であったため、社員の健康は自ずと経営課題の中に優先順位の高い重要な項目として織り込まれ、脈々と引き継がれております。

#### 「健康経営」の取り組みのきっかけ

けんぽ組合からの勧めで、銀の認定を取得し、せっかく独自に取り組んでいるのであればと、国によって枠組みをされた今日の「健康経営優良法人認定」の取得を目指しました。社員に会社の取り組みを理解して貰う為、国を始め外部からも評価頂いていることを社内にアピールできる事も健康経営認定に取り組んだ一因です。

創業者が㈱タニタを創業していることもあり、3代目の現代表取締役社長も、自ら健康を意識し、自動車から自転車通勤へ切り替え、社員とマラソンをするなど率先して行動しています。

#### 課題への取り組み例

- ・新型コロナ対策の為検温チェック、アルコール消毒の徹底。
- ・メンタルヘルスチェック結果を安全衛生委員会で検討。
- ・健康プログラムの推進。歩数や体重、血圧測定を個人サイトで管理、ポイント報奨制度の策定。
- ・産業医は秋田工場にて毎月健康相談を実施。
- ・育児や介護、不妊治療のための失効有休積立制度活用。
- ・業務改善提案制度の活用。提案を行えば、昇給に加味。
- ・コミュニケーション改善に、エンゲージメントの定期測定とサーベイフィードバックによる改善促進。

#### 目指すべき姿

「働きやすい企業から働き甲斐のある企業への変化」を目指し3年前より取り組みを行っています。即ちワークエンゲージメントの向上とも言えます。

タニタ健康プログラムの導入で、個別の健康管理が可能なシステムもあるのですが利用率は今一つといった状況であり、内的な動機付けが今後必要と考えています。

風通しの良い企業であるだけでなく、社員の「やりがい」につながるような取り組みを企画・実施していきたいです。

#### 当社のこだわり

「社員の成長＝会社の成長」と捉え、社員への教育に熱心に取り組んでいます。

キャリアプランについても、セカンドキャリア支援、マネジメント職のための1on1面談の強化等、積極的に働きかけを実施しています。また、風通しを良くするため、社員の声を「聴く」ことを意識しています。四半期毎の社長報告へ、直接社員の意見や提言を取りまとめ、社長より対応等も公表、社員へフィードバックを実施しています。

#### 今後の展望

「働きやすい企業から働き甲斐のある企業への変化」に会社一丸となって取り組んでいきます。社員の「働き甲斐」や「自発性」「主体性」の向上に繋がる機会やしくみを提供していきます。

- 1・エンゲージメント施策により自発性を促す
- 2・スキル見える化で社員の成長をフォローする
- 3・健康経営により企業価値をあげる



歩き、計り、確認するプログラム

有志とマラソン大会に参加  
コロナ禍ではオンライン参加


 代表取締役社長  
 白田真一朗氏

### 「外食」を通じて、会社もお客様もいきいきと

- 代表取締役社長 白田真一朗氏
- 本社所在地 埼玉県桶川市大字川田谷2459-1
- 主な事業内容 卸売業
- 従業員数 251名(男性:166名・女性:85名)
- 加入健保名 協会けんぽ 埼玉支部


 健康経営優良法人 2022認定  
 中小規模

 健康経営優良法人  
 2021・2022 2年連続認定

経営理念は「人源」。販路拡大と同時に、必要な施設を整備し、社員が仕事に取り組める体制を構築しました。さらに、企業にとっても最も大切な「人」作りも進めました。社員一人ひとりが成長することで、地域社会に貢献する企業であり続けたい。それこそが、創業者が経営理念の「人源」に込めた思いなのです。また、私たちは経営理念「人源」のもと、ビジョンである「食空間創造企業」を掲げ、「より幸せでより豊かな食空間を創造することで世の中にいきいき、わくわく、ドキドキ、きびきびを増やしていくこと」を実現するためにも従業員一人一人に健康で元気に働いていただくことが不可欠だと考えています。

#### 健康経営を始めたきっかけ

2019年に建物のリニューアルをし、働く環境の改善とともに、マテハン機器を取り入れ、ハード部分を整えました。その次のステップとして、社員みんなが満足して、やる気を持って働く環境を経営として投資していきたいと思ったからです。1on1面談など人事的な強化もしていますが、健康へのサポートも行っています。また、人事理念でもある「いきいき、わくわく、ドキドキ、きびきび」を通じてもっと皆輝かせていきたいと考えています。

#### 社員一人一人の健康に留意しています

具体的な取り組みは、主に3つ行っています。1つ目は、健康習慣アンケートです。課題を抽出し、ここを改善しよう、と具体的な課題へフォーカスができています。2つ目は、1週間チャレンジです。1つ目のアンケート結果を基に、各部署で1週間集中して課題への取り組みを実施しています。例えば、「運動が課題の部署は1日10分ウォーキングをしよう」「睡眠が課題の部署は1日7時間以上睡眠を取ろう」などです。3つ目は、週1回の管理職が集まる会議の場で、健康についての発信をします。全体・管理職に対して呼びかけることで社内全体の意識向上へ繋がります。その他に実施している、階段の消費カロリー表示は、取引先の方からも評判が良いですね。「健康経営に取り組んでいるんです」という会話になり、健康経営の認知度が上がっていると実感しています。


 2019年にリニューアルした  
 建物外観

 健康習慣アンケートの  
 フィードバックセミナー

#### 健康経営での変化

健康経営の取り組みを始めた2020年は、コロナの影響で通常のことができませんでした。けれども、不安の中でも健康経営を通じて、感染症対策や体調管理チェックシートなどを実施し、今まで以上に皆の健康を気を付けました。健康経営の取り組みに参加してもらうことで、健康への意識をしてもらうきっかけとなりました。

#### 従業員への力強いメッセージ

アクサ生命の方とは、認定を取得することから始めました。きめ細かに取り組みのサポートをしていただき、とても頼りになります。保険を通じて、電話相談サービスやメンタルヘルスなどのサポートパッケージを導入したことは大きな成果です。社員に対して、会社としてここまでサポートする、という力強いメッセージができ、良かったと思います。

#### 今後の展望

外食は人々の暮らしや健康を支えている営みの一つです。地域の外食を支えられる会社を目指しています。外食には食べるシチュエーションや、人、目的によって想いがあるからです。具体的には、ビジョンである食空間創造企業として、「食べて健康になる」ということに力を入れていきます。また、ビジョンの内容で、いきいき、わくわく、ドキドキ、きびきびを掲げています。まさに、「いきいき」は食べて健康、元気になる食空間の創造という意味を込めています。

代表取締役  
三角栄二郎 氏

## 安全を守るプロ集団

- 代表取締役 三角栄二郎 氏
- 本社所在地 東京都墨田区錦糸
- 主な事業内容 サービス業（警備全般）
- 従業員数 293名(男性:268名・女性:25名)
- 加入健保名 協会けんぽ 埼玉支部

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

KSPは昭和60年に設立した警備会社です。警備の根幹は人であり、人が資本であり又財産でもあります。如何に機械化されようとも操作管理する人こそ隊員です。お客様との信頼関係を損なうことのないよう「思いやりの気持ち」「感謝の気持ち」を教育の最重点課題に位置付け、共に学び共に育つ(共育)精神をもってお客様のニーズに貢献できるよう、人材の保全育成に努め、業務を遂行しています。

## 健康経営を通し、警備業全体の社会的地位の向上を目指す

両親が始めた会社で、学生のころからアルバイトをはじめ、母の後を引き継いで衛生管理者になりました。3年ほど前に健康宣言をし、認定取得に向けた取り組みを始めました。健康経営優良法人認定を知ってから取得したいとは考えていましたが、決定的なきっかけになったのは、認定を取得した警備会社の社長の話を聞いた事でした。以前から、警備業の社会的地位の向上をはかり、子供に誇れる仕事にしたいと思っていました。

安全は当たり前ではありません。安全が確保されてこそ、安心して経済活動が行えます。ATMの運営にも、道路工事にも、あらゆる仕事を安全に行うためには警備が必要です。警備はすでに社会のインフラになっています。しかし、その警備会社の経営者はまだ口入れ稼業の意識の人が多く感じていました。そして、大切なインフラの一つとなっているにもかかわらず、警備員の社会的地位が低いとも感じていました。形有る物を作っている会社なら製品をよくすればいい。しかし警備会社のサービスは人が全てです。社員を大事にする気持ちを広げていかなければならないと思っていました。警備業全体が健康経営を行って当たり前になっていないと、警備業の地位の向上につながりません。

前述の、先に認定を取得していた企業は鹿児島県の警備会社で、まだ若い経営者でしたが、そこに着目して認定を取得している企業があることを嬉しく思い、KSPでも是非、認定を取得したいと思うようになりました。

2020年に今の担当者に引き継ぎ、体制を強化して取り組みを進め、今回初の認定取得となりました。

アルバイト含め、全従業員に配布の手帳。  
健康促進に関わる情報も掲載している

社内に設置された健康器具

## 従業員に、健康に長く働いてもらうために

取り組みを進めるにあたって、一番の課題となっていたのは健康診断の受診率でした。取り組みを始める前の受診率は59%。入社以来、検診を受けていない従業員もいたことがわかりました。

警備員は高齢者も多く、在職中に病気になり職場復帰できずに退職をしたり、亡くなる方もいました。健康診断を毎年受け、早く異変に気付いていれば、未然に防げたかもしれません。以前は、内勤社員の健康診断の費用の半額を会社が負担していましたが、自己負担分を理由に受診しない社員もおり、全額会社負担としましたが、それでも受診しない社員は受診しない。アプローチを変える必要性を感じました。そこで、繰り返しの案内や、特に受診状況の芳しくない社員には個別に声をかけるようになりました。

その結果、内勤社員の受診率は100%へと改善。社保の対象となる警備員で89%、アルバイトの警備員まで含めた、会社全体で76.5%と、大幅に受診率が向上しました。

警備の仕事は従業員が会社に来る機会が少なく、また、高齢の警備員への連絡は封書に頼っていることもあり、まだまだ課題は残りますが、アルバイト社員も含め全員に配布している社員手帳なども活用しながら、少しずつ意識付け、行動変容につなげています。

また、新型コロナ対策を中心とした従業員研修も功を奏し、昨年度はインフルエンザの報告も、勤務中の熱中症も0件でした。

## 物心両面の幸福

～自分が幸せでなければ人を幸せにできない～

物心ともに健康でなければ、家庭がバラバラではいい仕事ができせん。物心両面で幸せを感じてもらえる会社になりたいと考えています。

先行き不透明な時代の中で、豊かな人生とは何だろうと考えさせられます。戦争が起こることを見るとやはり過剰な欲は、人間をおかしくさせると感じます。会社を成長させたいとは思いますが、社員一人一人がその人なりの豊かな人生を送れる会社作りを目指していきます。

代表取締役社長  
岩崎次郎氏

## 神奈川県で一番大きな信頼を築く プロフェッショナルに向けて取り組む健康経営

- 代表取締役社長 岩崎次郎氏
- 本社所在地 神奈川県横須賀市大矢部
- 主な事業内容 建設業
- 従業員数 148名(男性:92名・女性:56名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

弊社は、年間1600件の給排水設備工事をはじめ、建物建築、各種設備工事、ビル・マンション管理業務などを行っています。建物建築から保守点検、リノベーションまで、建物に関する様々なニーズに「造る」「守る」「直す」「甦る」の一気通貫サイクルでお応えしております。また、健康経営×スポーツ×地域貢献として地元で野球・ソフトボールなどのスポーツに積極的に取り組む子供たちの応援活動にも力を注いでおります。これからも「日々感謝」「安全・品質・マナーの更なる向上」をモットーに総合プランナーとして邁進してまいります。

### 技術と信頼を併せ持つ人材育成の一環として

1969年の創業以来、横須賀市大矢部の本社を含む10事業所を構え、148名の従業員とともに、社名の由来である「神奈川県で一番大きな信頼を築く」ことを変わらぬ目標に掲げてまいりました。弊社基本方針の一つに「社員一人一人が努力し、会社に社会になくはならない人物となって、その総合力が建設業界での大神の存在価値である」という一文があります。健康経営は「技術と信頼を併せもつプロフェッショナルの社員育成」にも繋がると思い取り組みを開始しました。

### 『大神らしさ』の健康経営

弊社ではかねてより、定期健康診断は勿論のこと、各種検診の勧奨や定時退社日の設定、時間外労働の削減のほか、従業員のコミュニケーションを目的とした社内ゴルフコンペをはじめ、レクリエーション大会の開催や野球・ソフトボールチームを設置するなど、従業員の健康を重要な経営資源であると考え、取り組みを進めてまいりました。今後も弊社の基本方針にも通ずるこの健康経営の取り組みを1歩ずつ前進させてまいります。



2018年11月に開催されたソフトボール大会で優勝

### 全社員が参画する健康経営

2020年9月に健康企業宣言を社内掲示板で発信の上、健康課題の把握を目的として全役員・従業員を対象に健康習慣アンケートを実施しました。加えて、「アンケート結果のフィードバック」と「健康経営と健康習慣の研修」を目的とした社内セミナーを全役員・従業員向けにオンラインで行いました。全社員が健康経営の取り組みに参画し、自身の健康増進を主体的に考える体制を意識し、取り組んでおります。

### 健康課題は『運動参加率の向上』

健康習慣アンケート結果を受け弊社の健康課題は「運動に参加し、健康づくりに取り組む従業員を増やすこと」であると考えております。そこで、運動参加率を高めるため、各拠点にて朝や昼にラジオ体操を実施したり、グループ会社が運営するゴルフ練習場のグループ割を導入するなど社員が運動に参加しやすい環境づくりに取り組んでいます。このように健康経営の取り組みを進め、役員・従業員が運動をきっかけに自身の日頃の健康習慣に目を向けるようになってくれたらと考えております。

### 今後の展望

例年行っていた賀詞交歓会、社員及び家族を集めたレクリエーション大会、社内ゴルフコンペなどの各種イベントは、新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、開催を見合わせております。今後、世の中が各種イベント等に取り組める環境となった際には、社内イベントを再開し、また、地元横須賀をはじめ、地域の各スポーツイベントにも参加し、従業員間や地域間のコミュニケーションをより深めるとともに、弊社の健康課題の改善により一層取り組んでまいります。

神奈川県  
相模原営業所

Voice Report  
100th



代表取締役  
石見邦夫 氏

一日中PCに向きあって仕事をするなんて、  
身体に良い訳ないじゃないか！

- 代表取締役 石見邦夫 氏
- 本社所在地 神奈川県横浜市瀬谷区
- 主な事業内容 ソフトウェア開発

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2022 認定

弊社の創業時は旋盤加工の機械加工会社でしたが、オイルショックなどの製造業不況時に先代社長が引退し、私の代になった時に「ソフトウェア開発」へ舵を切りました。ソフトウェア開発はお客様との打合せ等を除きほとんどがデスクワークになります。システムの構築作業はお客様の要望をまとめ、設計工程、製造工程、テスト工程を行って完成させる、一戸建て住宅を作る作業に似ています。現在はクラウドシステムの製品開発などが主流になっています。

### デスクワークが多いので健康経営に取り組みました。

社内開発が多いため社員も一日中パソコンを相手に事務所作業になる傾向があります。パソコンに顔を近づけて作業する者、のけ反って作業をする者、作業姿勢もまちまちです。私も同様で鉄工所時代は立ち仕事でしたが、業種を変えたため足腰が弱くなり、眼精疲労も進みます。こんな状況を打破したいと思い、健康経営に取り組みました。

### 最初に始めたのがラジオ体操でした。

以前は「健康管理は他人はやってくれないので自己管理だ」と常々言っていました。一向に作業姿勢等が改善されない事や、健康の話と言ってもその場限りになってしまう事が多く、会社として強制的にでも改善しなければと思うようになりました。

そこで手始めに行ったのが「ラジオ体操」です。但し問題は事業所が複数のため同期化して行えるかという点でした。切っ掛けとなったのが「コロナ禍」でのリモートワークでした。もともと仕事柄ネットワークの構築は技術的にはあったのですが、各自が自宅で行えるようにするため、ネットワークもセキュリティを考慮して構築しました。これを機にオンラインでの「ラジオ体操」を始めました。朝の9時と午後1時に「ラジオ体操」がYouTubeから放送されるように仕組みました。勿論、会社指令を流して強制的に体操を行います。



ネットワークを利用した  
「ラジオ体操」

受付活用  
独自の健康宣言・優良法人認定証  
横浜市健康経営認証

### ラジオ体操は成功したが…これだけで良いのかな？

ネットワークを通して、朝礼、ラジオ体操は毎日行うようになりました。「ラジオ体操」の身体に対する効果は毎日です。なので、確実にあると思います。

弊社では、毎年11月に全員が健康診断を受診する事を義務付けています。この時期になると健診の結果の話題が多くなります。私や社員が健康で仕事ができる事が会社の基礎を作りますが、「ラジオ体操」だけで健康が維持できるのか、また不幸にも健康を害した場合はどうなるのかを考えるようになりました。毎日の食事管理などは会社が直接関与するのは難しい問題ですが、その気にさせる手段はないのかを考え、食事や健康に関する3分程度のビデオを毎月1回、必ずネットワークで視聴する事と系統的に完了報告させる事を考えています。また、健康を害してしまった場合や最悪、死に至った場合の会社としての福利厚生も考えるようになり、退職金積立型の「生命保険」や「がん保険」を社員一人一人に契約する事も行いました。

### 健康経営と福利厚生、そして魅力ある会社への追及

会社として利益を上げる事は勿論大切です。福利厚生を充実させるためには費用面でのバックアップの観点も必要です。会社は株主の為という論理は現在においては遅れた考えになりつつあります。

一日の大部分の時間を会社と共に過ごす訳ですから、その源になる社員の健康の維持と増進は大切になりますし、ストレスという最大の病の原因を除去する方策を最重点課題としなければならぬと考えています。

その対策の一助としては、会社の文化や会社の体質の見直しも必要かと考えています。

「会社に行くのが楽しみだ…」「この会社は自分の生活レベルを上げてもらえる会社なんだ…」そのような会社文化を目指したいと思っています。

神奈川県  
湘南営業所



代表取締役  
相原厚志氏

安全でゆとりあるゆたかな暮らしのお手伝い

- 代表取締役 相原厚志氏
- 本社所在地 神奈川県藤沢市
- 主な事業内容 建給排水空調衛生工事、設計施工(管工事業)
- 従業員数 25名(男性:20名・女性:5名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2022 認定

Voice Report  
100th

生活に欠かせない水の道を構築し、維持管理する仕事を生業として半世紀以上経ちました。また、生活空間、作業空間の環境維持に係る空気調整設備の設置なども手掛け、快適な空間の構築も手掛けています。地域で生活する方々に安心安全な水の道を常に提供、維持することが私たちの務めです。社員の健康が、会社の発展に欠かせない事を改めて実感し、健康経営に取り組みました。

### 健康について体系だった取り組みを

安全衛生を重視する業界であり、以前から健康診断等に入れて取り組んできました。会社にとって「人」は大切な財産です。健康について体系だった取り組みができないものかと考えていた時に会ったのが健康経営でした。優良法人認定取得を目指す中で、すでに実施している項目もたくさんありましたが、同時に自社で足りない点も確認することができました。認定を目指したことで従業員の健康に関する会社としての方針を社内外に発信することができました。

### 2次検診受診を繰り返し声掛け

協会社様も含めた安全衛生大会では、インストラクターによるラジオ体操や健康に関する研修を実施しています。社内だけでなく協会社様の従業員の皆様の健康意識向上にも努めています。協会社社員のご家族まで含めた地引網等の行事もコロナ禍以前は開催しコミュニケーション向上を図ってきました。基本となる健康診断は、6月に全社員が実施(40歳以上は人間ドック受診)しています。更に、2次検診の必要性がある社員には繰り返し声掛けを行い対象者全員が受診する様にしています。



地引網開催時のラジオ体操風景 安全衛生大会の健康経営研修

### コロナ禍により進んだ業務改革

近年は、感染症対策に注力してきました。マスクの支給やアクリルパネルの設置・アルコール消毒の徹底などの対策や毎日の朝礼での感染症対策指導も実施してきました。コロナ禍を契機として2年前から全社員にスマートフォンを支給し業務に活用してきました。以前は、会社に出社しタイムカードを押した後に各現場に向かうのが常識でしたが、タイムカードを廃止しスマホアプリで出退勤の管理を実施する方法に変更しました。スマホの活用により事務系の社員は在宅勤務も可能となりました。また、現場を持つ社員は、会社に寄らずに現場に直行・直帰することが可能となり勤務(通勤・移動)時間の短縮に繋がりました。通勤についても電車利用を避けるため社有車の利用を認めています。会社に来まらないことでコミュニケーションの面での心配がありましたが、グループチャットの利用でカバーしています。現場の写真や動画を共有することで社員間の具体的な相談やアドバイスもやり易くなりました。また、今後予定されているアルコール検知器の使用義務にもスマホのアルコールチェッカーアプリを使用することで対応が可能です。コロナ禍で開始した取り組みでしたが業務改革・働き方改革にも繋がりました。今後は、社員の健康面でもスマホを活用していきたいと考えています。

### 健康経営を利用し全社員が良い年を重ねてほしい

健康経営は、継続して取り組むことが重要です。健康経営の取り組み(例:メンタル相談窓口や24時間健康相談サービス等)を全従業員が積極的に活用し全社員が健康で毎年良い年を重ねてほしいと思います。

神奈川県  
湘南営業所

Voice Report  
100<sup>th</sup>  
Anniversary



代表取締役  
佐々木允也 氏

### 経営理念に繋がる健康経営

- 代表取締役 佐々木允也 氏
- 本社所在地 神奈川県平塚市
- 主な事業内容 サービス業(エレベーター保守点検)
- 従業員数 6名(男性:5名・女性:1名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2022 認定

人々の生活に必要な不可欠なエレベーター、皆様が普段から使用するエレベーターはもちろん、皆様のもとに届く荷物、それらを扱う工場にも必ずと言ってよいほどエレベーターが使用されています。そんな生活をお守りするために私たちは3つの理念を社名に込めています。①セーフティー:安全確実な作業を第一と考え、お客様と社員に安全を届ける。②プロ:プロとしての自覚を持った人材を育成し確かな技術でお客様と信頼を築く。③メンテナンス:時代の変化に沿った技術力を磨き向上心をもって挑戦し続ける。

#### 自身の健康について考えるきっかけに

健康経営は、基本理念の中で最も重要視している「お客様と社員に安心を届ける」に直結する取り組みであると感じ導入を決めました。

社員に自分自身のメンテナンスをしっかりと行ってもらうことで更に生産性も上がり、お客様の満足度向上につながると考えています。

また、弊社は、若い社員が多いため健康に関心のない面があり健康経営導入が自身の健康について考えるきっかけになれば良いと考えています。

#### 健康課題の見える化で方向性を決定

アクサ生命から提供いただいた健康習慣アンケートが大変役に立ちました。今まで会社では把握していなかった従業員の生活習慣の見える化ができ、健康課題を把握し、健康経営の具体的な取り組みの方向性が見えてきました。また、従業員セミナーの開催により健康に対し関心が高まり、会社として健康経営に取り組むことも社内で周知することができました。



社内メンバーでバイクのツーリング

#### 食生活と禁煙に対する取り組み

具体的な取り組みとしては、アンケートで課題が上がった、食生活改善に力を入れています。会社として食生活に関する情報提供を積極的に実施してきました。

その結果、今までは話題になることが少なかった、食事のカロリーや体重の話が会話に登場するようになりました。ダイエットにチャレンジした社員から効果が出てきたとの報告もあり更に食生活に対する関心が高まりました。昼食をとる際にも、健康に配慮したお弁当を持参したり、外食をする際にもカロリー等を気にする社員が増えてきました。また、もう一つの課題であった禁煙にも積極的に取り組みました。タバコは嗜好品でもあり全面禁煙とはいきませんが、まずは節煙から取り組んでいます。新年度は禁煙成功者に対して会社としてインセンティブを出すことも検討しています。

#### 楽しみながら取り組むことが継続のポイント

弊社では、社長と社員の距離が近く、バイクが好きな社員も多いため年に何回かツーリングも実施しており、コミュニケーション向上にもつながっています。また、業務面はもちろんですが健康に関しても積極的にコミュニケーションを取るようになっています。

今年度は、作業前に実施していたストレッチ体操に加えて全社員で実施するスポーツにも取り組みたいと考えています。健康経営は毎年継続して取り組むことが大切です。継続していくためには、健康経営の様々な取り組みを会社からの強制でなく全社員が楽しみながら実践して行くことが大切であると感じています。その積み重ねが、社員一人一人の健康に対する意識の向上につながると考えています。

神奈川県  
湘南営業所



代表取締役  
小林 誠氏

運ぶのは信頼。人材から人財へ成長できる会社へ

- 代表取締役 小林 誠氏
- 本社所在地 神奈川県平塚市
- 主な事業内容 運送業・倉庫業
- 従業員数 90名(男性:82名・女性:8名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2022 認定

Voice Report  
100th

経営理念「私たちは 思いやりと 生きがいで 夢ある未来を創造します」

社員・お客様・地域がお互いに良い関係であり続けることを軸に事業をしている、神奈川県・茨城県・東京都に営業所を持つ物流会社です。車両は大型車から2t車まで、エリアは関西までの長距離運行から近隣の配送まで幅広い配送を行っています。それらの運行は働き方もさまざまです。

### 社員は仲間であり家族の一員

運送業は、体を使うことが多い仕事です。ドライバーは持病として腰痛が多く、コロナ禍でもリモートワークはできません。

社員は仲間であり家族の一員です。人生も仕事も健康であれば楽しみは増えます。会社として社員の健康に気遣った活動をしていきたいと考え、数年前から経営指針に「健康経営」を取り入れ、社員の健康が大切であるとの思いを発信してきました。

今回、優良法人認定にチャレンジし、その思いを具体的な取り組みにつなげる流れがより見えてきました。

### 毎月の健康情報の提供

毎年、会社の方針をまとめた「経営指針」(冊子)を全従業員に配布しています。この中に毎月の健康テーマを年間分掲載しています。例えば、7月は熱中症予防・8月は生活習慣病の予防といったテーマに基づき全社員に健康情報を提供しています。

また、安全衛生委員会で腰痛が課題となり腰痛予防のストレッチ動画を産業医より提供いただき業務用に全社員に配布しているスマホでその動画を配信しました。各社員が自分の業務に合わせて都合の良いときに視聴ができて好評でした。

### 健康診断の目的は義務から予防に

安全な業務運営のために行政より社員の健康診断の受診が強く求められています。今までは健康診断は義務だから受けなさいが業界内での一般常識でした。

しかし弊社社員の平均年齢も40代となり体の変化や健康に配慮することが必要であると感じ、病気やけがの予防のために健康診断を更に活かさないかと考えてきました。

昨年より、各社員の健康診断受診結果を独自にグラフ化した大きな変化があった社員には産業医と連携しアドバイスを実施しています。健康診断の本来の目的である早期発見・早期治療から更に予防につなげたいと考えています。

### 4つの委員会の活用

4つの委員会(健康・地域・交流・3S)を設置し社員も一緒になった取り組みを実施しています。健康委員会では、コミュニケーションと健康を目的に大山登山等の企画にも取り組んでいます。

コロナ禍で昨年はできませんでしたが花見やバーベキュー等のイベントも企画してきました。また、地域貢献のため地域清掃の取り組みなども委員会が中心となり取り組んでいます。

### 楽しみながらできる健康意識の向上

健康経営は毎年の積み重ねになります。会社が健康経営を掲げるだけでなく全社員が参加し健康意識を高めていくことが大切であると考えています。

今年度は業務の中でできる健康づくりの目標を掲げて営業所やチーム単位で取り組み、目標を達成した場合には会社からインセンティブを提供する仕組みづくりを検討しています。

皆が楽しみながら健康づくりに取り組むことで意識の向上が図れると考えています。

在職中も定年後も健康であれば人生を楽しむことができます。健康経営を通じて社員の健康を個人任せでなく会社もサポートしていきたいと考えています。



健康委員会企画 大山登山



地域委員会企画 地域清掃

山梨県  
甲府営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
小川雅也氏

お客様に“らしさ”のある暮らしを提案するために

- 代表取締役社長 小川雅也氏
- 本 社 所 在 地 山梨県甲府市下飯田1-3-17
- 主 な 事 業 内 容 不動産仲介業、住宅建築業
- 従 業 員 数 21名(男性:14名・女性:7名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

私たちは甲府市を中心とした山梨県全域で不動産業全般と住宅の施工をしています。創業20年来、山梨県での不動産の売買・仲介・管理及び住宅建築の実績を着実に伸ばしております。家族によって異なる価値観があり、人生において大切なものも違ってきます。車や旅行ファッションに食事、それぞれの趣味も違うでしょう。どのような状況においても「家」は家族の暮らしを支える大きな役割を果たしてくれます。仕事をした日も趣味に明け暮れて帰ってきたときも待っているのは大切な家族と「家」です。持家・賃貸住宅を問わず、自分や家族の大切な生活を続けながら自分らしさ家族らしさのある暮らしができるお家をご提案させていただいております。

### 健康経営取り組みのきっかけ

健康経営はアクサ生命の担当者から聞いたことがきっかけでした。従業員の生活習慣の課題を把握するためのアンケートを実施し、全員を対象にしたフィードバックセミナー、24時間電話健康相談などのサポート内容の説明会を実施しました。令和3年には「やまなし健康経営優良企業認定制度」に申請し、認定させていただいております。

### 受診勧奨、特定保健指導など

会社としては当然のことですが、定期健康診断は全員が受診し、精密検査や再検査の対象となった従業員には、速やかに受診するよう受診勧奨をおこなっています。また特定保健指導については対象の従業員全員が保健師の指導を受けられるよう、その場を設定しています。なかには保健師の指導をいやがる人もいましたが、これは個々の健康増進のためには必要なことであり、極力参加させるようにしています。継続が大切だと考えております。



カウンターには検温と消毒



県の認定もいただきました



会社外観

### 社長夫妻から細やかな声掛け

従業員たちには心身ともに健康な状態で働いてほしいと考えています。朝、顔色が悪いなど体調の優れない従業員がいたら、無理せぬよう諭し、帰って休ませるようにしています。また役員となっている妻は、例えばバランスの取れていない昼食を摂っている従業員には、もっと野菜を多く摂るよう勧めるなど、細やかに声掛けするようにしています。時には煙たがられることがあるかもしれませんが、健康の大切さは常に意識してほしいのです。

### 従業員の健康意識の変化

アクサ生命からの毎月のワンポイントアドバイスや健康経営関連の情報は従業員たちにも共有しています。このような取り組みによって、彼らの健康意識は次第に変化してきているように感じています。定期健康診断の結果を見てこちらから受診勧奨する前に自分から再検査に行く人が出てきました。また以前は外食中心で栄養の偏った食生活をしていた人が弁当を持参する光景も見られるようになってきました。

### これからのこと

会社としてはまだまだ多くの健康増進策を実施していく必要があると感じています。例えば有給休暇については、年度末まで消化できない従業員もおりましたので、今後はGW、夏休み、年末年始に合わせて取得するよう奨励する等の工夫をしていきます。コロナ禍でより一層メンタル面を配慮していく必要性も感じています。ここは24時間の電話健康相談などを有効に活用するよう、従業員たちに声掛けしていきます。これからも健康で長く働いてもらえるよう、健康経営に取り組んでまいります。

山梨県  
甲府営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
山内幸雄 氏

## 次世代のIT人材育成のために健康経営に取り組む

- 代表取締役社長 山内幸雄 氏
- 本 社 所 在 地 山梨県笛吹市八代町北1709-1
- 主 な 事 業 内 容 印刷事業、Web事業
- 従 業 員 数 20名(男性:16名・女性:4名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

私たちは、お客様との対話を大切に、相互理解を深めながら迅速そして丁寧な仕事を心がけております。また、プライバシーマーク(Pマーク)取得により、個人情報の保護及び適切な取り扱いを行っております。環境に対しても、「SDGs」の視点で再生紙やベジタブルオイルインキ(植物油インキ)を使用するなど、環境にやさしい印刷を行っております。現在では印刷業務の他にWebデザインも承っております。

## きっかけは商工会議所からの声掛け

健康経営に取り組むことになったきっかけは、甲府商工会議所の職員からの声掛けでした。健康経営という考え方について、また周辺の事業所でも徐々に導入し始めていることを教えてもらい、興味を持ちました。ちょうど従業員たちの平均年齢が上がってきて、それに伴い健康の大切さを実感しつつあるところでしたので、今後の会社の発展のためには従業員たちの健康増進は大事な経営戦略だと思い、健康経営に取り組んでみることにしました。

## 健康習慣課題の把握で取組み開始

まず実施したのは健康習慣アンケートでした。飲み物、食べ物、運動、禁煙、心の健康、睡眠、適正飲酒の7つの生活習慣について、従業員たちがどれくらい意識しているのかがよくわかり、これからの健康増進の打ち手を考えるベースとなりました。運動、禁煙、睡眠などは健康づくりを意識している人が多かったのに対し、飲み物や食べ物について意識が少ないこともわかりました。この結果をもとにアクサ生命による全従業員対象の健康セミナーをおこないました。新型コロナウイルス対策のためリモートでしたが皆、熱心に受講しておりました。



会社外観



プライバシーマークを取得



新たに開始した個別指導塾

## さまざまな健康増進策

タバコについては私自身が禁煙外来を受診して禁煙に成功しています。以前は半数近くが喫煙していた時期もありましたが、現在の喫煙率は20%まで改善してきています。定期健診後の再検査・精密検査への受診勧奨は個別の通知だけでなく、その後の後追いや費用補助も実施しています。また特定保健指導については、スムーズに保健師による個別指導が受けられるよう個別の案内や業務の調整等の配慮をおこなっています。メンタル面のケアも重要ですので、24時間電話健康相談などが利用できることを周知しています。

## 従業員たちの健康意識は？

残業時間については月間平均で10時間以下と、順調に減らすことができている。時間単位で有給休暇を取得できるようにしており、仕事と家庭生活が両立しやすい体制にしています。これらの取組みにより、少しずつですが従業員たちの健康に関する意識が変化してきているように感じます。最近ではアプリを使って自分の睡眠の傾向を知り、質を上げるよう心掛け始めた人もいます。よい傾向であり、継続して健康増進に取り組むことの大切さを改めて認識しているところです。

## 未来のIT人材の育成を目指して

私たちは今、「STEAM教育」に取り組んでいます。Science(科学)、Technology(技術)、Engineering(工学)、Art(芸術)、Mathematics(数学)の5分野の学習を通して子供を今後のIT社会に順応した競争力のある人材に育てていく教育方針です。これからの子供の可能性を伸ばすべく、新たに学習塾の経営を始めています。こちらを成功させるためにも従業員たちには健康で長く、やりがいを感じながら働いてもらいたいと考えています。

山梨県  
山梨北営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
有田 譲氏

## 従業員たちに健康で長く働いてもらうために

- 代表取締役社長 有田 譲氏
- 本社所在地 山梨県中央市東花輪502-3
- 主な事業内容 地盤調査・地盤改良工事、防蟻防腐処理工事、  
外溝(GARDENS GARDEN)工事
- 従業員数 19名(男性:14名・女性:5名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

当社は地球に優しく、人に優しい事業を展開しております。地盤改良のHySPEED工法は、自然の砕石を使用しているため、他工法と比較すると土壌汚染がなく、CO<sub>2</sub>の削減量も大きく液状化の防止効果があります。同じくハイアス・アンド・カンパニー株式会社が展開するGARDENS GARDENの外溝はアルミ製品の使用が少なく、自然素材を用いて仕上げるのが特徴で、緑に囲まれたライフスタイルを求める施主様に喜ばれています。また防蟻防腐処理のポロンdeガード工法は、自然のホウ酸を使用しますので一般的な殺虫剤などに比べ人体に優しく安全です。これらの環境に配慮された工法は当社の理念でもあり、年間250棟を超える施工実績で、山梨、静岡、長野のビルダー様また施主様の信頼にお応えしています。

## 社名の由来、社訓のこと

当社の社名「アースフレンドカンパニー」に込められている思いをご紹介します。「Earth-地球にやさしい Friend-友達 人と人のつながりを大切にし Company-環境に配慮した明るい未来へ向けて社会に貢献できる会社を創ります」という意味です。また、10年ほど前に新たな社訓を掲げました。それは「お客さまが、家族が、健康が第一」というものです。毎月の定例の会議の場でもお客さまはもちろんなのですが、従業員たちには家族と自身の健康の大切さをよく話しています。

## まず自分が率先して健康行動を！

自身の健康のためには歩くことが大事だと考え、どうせやるなら楽しみながら続けてみよう、3年前から旧東海道を夫婦で歩くチャレンジを始めました。日本橋からスタート。月に1回、1泊2日に出掛けています。だいたい1時間6000歩が標準といわれていますが、私たちは8000歩の早めのペースです。これも健康のため。夜はキャンピング仕様の車で寝ます。いちばん大変だと感じたのは箱根の山越えで、荒天の中を3日間かかりました。コツコツ続けて今は愛知県まで行っております。しばらくコロナ禍で中断しましたが再開し、目指すは京都五十七次です。

## 健康経営取り組みのきっかけ

ある時、アクサ生命の担当者から健康経営のことを聞きました。会社として従業員の健康増進に取り組むことで彼らの健康意識が高まり、みんなが健康で長く働いてくれるようになれば、これからの「人財」確保にもつながると考えました。担当者からどのような内容かを詳しく聞いたうえで、会社を挙げて取り組んでいくことにしました。



社訓



心得3カ条



感染対策にAir Dog



会社外観

## 健康習慣アンケートで課題を把握しセミナーを実施

健康習慣アンケートで従業員の健康課題を把握しました。身体を動かす仕事ではありますが運動習慣が少ないこと、ふだん口にする飲み物等について健康に配慮する意識が少ないことなど、いくつかの課題が見えてきました。この結果を踏まえてアクサ生命さんによる健康セミナーを実施しました。生活習慣のワンポイントアドバイスを毎月給与袋に入れて意識づけを図っています。それと新型コロナウイルス感染防止のため検温・消毒は当然のこととし、事務所にはウイルスを99.9%除去する「Air dog」を備えています。

## これからのこと

昼食時に「ラーメンのスープは塩分の摂り過ぎになるから全部飲まないほうがいいよ」と注意し合うなど、従業員たちの健康意識が徐々に変化してきました。これからも定例会議で健康の大切さを繰り返し伝えていくつもりです。今後従業員たちには健康意識を高め、生活習慣を見直していくことで、より健康で長く働いてもらいたいです。そして「お客さまが、家族が、健康が第一」の社訓を全員の力で実現できる会社にしていきたいと考えています。

富山県  
高岡営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
橋本卓尚氏

出会いを大切に、皆様に喜んでいただける会社を目指して

- 代表取締役社長 橋本卓尚氏
- 本社所在地 富山県高岡市あわら町
- 主な事業内容 神仏具製造卸業
- 従業員数 12名(男性:4名・女性:8名)
- 加入健保名 協会けんぽ 富山支部

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

## 新しいことに挑戦するのがハシモトスピリッツ！

伝統産業である高岡仏具を取り扱う、創業77年の神仏具製造卸業の弊社。業界自体の体質も決して新しさを求めるものではなく、古き良きを大事にする傾向があります。年々市場規模が縮小傾向にある業界でもあります。

そういった業界だからこそ、伝統や慣習を大切にしながらも、現状維持に甘んじることなく新しいことに果敢に挑戦していきたい。

そのような想いを胸に抱えていたところ、アクサ生命の担当者から「健康経営」を紹介していただきました。

従業員に健康経営への取り組みについて話をすると、「面白そう、ぜひやりましょう」となり、一丸となって取り組むことにしました。

## 楽しみながら取り組む健康経営 社内のコミュニケーションも一段と良いものに

せっかく取り組む健康経営。楽しみながら行いたい。そこで、上がった意見の中から手始めに、全員に万歩計を配布し、従業員に私と会長を混ぜて、年齢ごとにヤングチーム、ミドルチーム、アダルトチームの3チームに分け、1ヵ月毎日万歩計の歩数を記録し、チーム対抗で一人当たりの平均歩数を競い合う取り組みを行いました(優勝チームにはご褒美あり)。

途中経過を報告しながら取り組んだところ、全員が楽しみながらいつも以上に歩くことになり、また、社内全員の共通の話題となり、コミュニケーションのきっかけにもなりました。

今後も年に数回取り組もうと考えております。

今後は、リレーマラソン大会やスポーツリクリエーションなどへの参加もしていきます。

2021年12月01日 集合写真  
オリジナルウェアでリレーマラソン大会に参加しました

## 従業員に想うこと

社員12名と小さな会社ながら、20代から60代まで幅広い世代の従業員が在籍している弊社。当然、健康に対する向き合い方も課題もまったく違います。

しかし、従業員全員に想うことは一つ「健康で長く一緒に働いてほしい」健康経営に取り組み始め、小さいながらも少しずつ従業員の健康意識も高まりつつあります。

その一例が血圧測定。毎日血圧をチェックすることにより、血圧が高めだと自覚できた従業員が、塩分を意識的に控えるようになりました。

## これからも必要とされる会社であるために

先輩からの言葉、「人は変われど、組織は変わらず、されど組織は人なり」。弊社は昭和20年、私の祖父である先々代が立ち上げて2022年で77年になります。これからも必要とされ続ける為には、まず、働く私たちが元気で笑顔でいきいきしていることが何より大切ではないでしょうか。

いきいきしている人が働いている会社は必ず必要とされます。社長が偉いわけでもなく、社員全員で皆様に喜んでいただける会社を目指し続けます。

## 仕入先や取引先の声

「橋本さんの会社は元気があるよ」、「Instagramをみるとみんな楽しそうだね」と仕入先や取引先から、言葉を頂く機会がとて増えました。

Instagramでは商品紹介もしていますが、社員の私生活が垣間みえるような投稿が多いのが弊社の特徴です。お菓子のことやネイルのこと、子供のことなどいろんな一面をみれるので、とても取引先等から喜ばれています。感謝。

長野県  
松本営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
大池太士 氏

地域社会に貢献し全ての人たちの幸せに寄与する

- 代表取締役社長 大池太士 氏
- 本 社 所 在 地 長野県松本市島立635-1
- 主 な 事 業 内 容 総合建設業
- 従 業 員 数 130名(男性:113名・女性:17名)
- 加 入 健 保 名 協会けんぽ 長野支部

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2019~2022 4年連続認定

弊社は明治30年創業、2022年で125年目を迎えます。創業以来、地域社会に貢献することを経営理念としており、その1つとして災害ボランティア活動や河川の清掃等、社会貢献活動に積極的に参加をしております。「健康経営」はアクサ生命の担当者の案内で知りました。健康経営に取り組むことで会社(建設業)のイメージアップが図れ、生産性の向上に繋がる事をお聞きし、早速健康経営に取り組むことにしました。

### 弊社の具体的な取り組み

社員の健康管理を行う上で一番有効なのは、「健康診断」だと思います。過去に、定期健康診断によって早期に病気を発見し治療することができた社員がおり、その重要性を痛感させられました。

そこで、まずは全社員が必ず年1回の定期健康診断を受診するよう指示・徹底を行いました。

その他、従来からの健康課題である喫煙について、受動喫煙防止のため喫煙場所を喫煙室に限定し分煙を徹底するとともに、禁煙啓発ポスターを掲示するなど、喫煙率の低下に向けた取り組みを継続しています。

### 心身共に健康があつてこそ、会社の発展がある！ 健康意識の向上を目指します！

現在は健康診断の全員受診から一歩進め、特定保健指導の受診率100%を目指しています。健診結果や日常生活で不安に感じていることをそのままにせず、保健師の方に相談することで、自分の身体や生活習慣を見直すきっかけになればと考えています。

また、今年度より社内の福利厚生制度として、人間ドックの費用補助を始めました。本制度はアンケートでの社員の要望を実現したものでありますが、これを機に更に健康意識が高まることを期待しています。

### 健康経営とスポーツ振興支援



弊社には2人(川端・南澤)の陸上選手がおります。業務の傍ら日々のトレーニングに精進し全日本実業団選手権出場を果たしました。

また、Jリーグ・松本山雅FCのオフィシャルスポンサーとして地域スポーツ振興の支援をして参ります。

### 今後の展望～理想と再生をデザインする～

これからは、既成の枠を超えたCreativeな仕事求められる時代だと思います。従来のように単に発注者から業務を請負うだけでなく、自ら「街や都市をデザインし施工する」ことで地域社会への貢献をしていく会社でありたいと考えています。

その為に今後も「ひとり一人がやりがいや豊かさ」を享受できる環境を創り、社員の新たなチャレンジを支援して参りたいと思います。



松本土建(株)本社社屋



優良法人認定証

長野県  
松本営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
重野啓司氏

社員は最大の経営資源であり、人間尊重が企業風土

- 代表取締役社長 重野啓司氏
- 本 社 所 在 地 長野県松本市笹賀3046
- 主 な 事 業 内 容 水道給水装置用止水栓・分水栓の製造・販売
- 従 業 員 数 330名(男性:270名・女性:60名)
- 加 入 健 保 名 長野県機械金属健康保険組合

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

弊社は明治16年に、初代中村弥門次が銅屋(あかがねや)を創業し、製糸用カランを製造販売したことに始まります。大正中期になって近代水道が敷設されるに従い、水道用分水栓・止水栓・寒冷地用水抜き不凍栓の生産に携わるようになりました。

「健康経営優良法人」については、松本商工会議所様を通じアクサ生命保険様をご紹介いただき説明を受け、「従業員の健康=会社の永続的な発展」に繋がると理解したことがきっかけでした。

### 健康経営優良法人認定を受けて…

健康経営優良法人認定の取得にむけて、まずは社員の健康についての意識を把握する為に、アクサ生命保険様による健康習慣アンケートを実施しました。初めての取り組みで回答率は半分程度でしたが、弊社社員の健康への意識の傾向や問題点を炙り出すことが出来ました。

その結果を踏まえ、昨年は「メンタルヘルスのセミナー」を実施し、社員が学ぶ機会を作ることができました。

その効果としては、

- ①医療機関への受診が減り社員の個人支出も抑えられる。
- ②心身のリフレッシュの為に有給休暇の取得が増える。
- ③会社としても突発的な欠勤者を防ぐことが出来る。
- ④生産計画への影響が最小限に抑えられ、生産性向上等、少しずつですが従業員の健康習慣・健康意識の変化を感じています。

### 具体的な取り組み内容

健康診断やストレスチェックの必須の取り組みの他、

- ・定期健康診断後の要再検査者へのフォローとサポート
- ・毎朝の就業開始と同行ラジオ体操
- ・感染症対策として、松本工場では190人の従業員が昼食時に3班に分かれ、黙食の徹底
- ・夏場は熱中症対策としてペットボトルドリンクを無料配布
- ・業務時間内に産業医によるインフルエンザ予防ワクチンの集団接種
- ・健康についての情報としてアクサ生命保険様からの健康フポイントアドバイスの月1回配布とセミナー実施



### 社員の安全と健康が企業の持続的発展へ…

社員の労働安全と健康なくして企業の持続的発展は成し得ず、より良い生産活動は、安全・安心で快適な職場から生まれることを認識し、「社員は最大の経営資源であり、人間尊重が企業風土の中心軸にある」という理念のもと、安全で快適な職場環境を維持、向上し、従業員との協議を尊重しつつ、管理監督者と従業員が一体となり、厚生労働省が推奨する労働安全衛生マネジメントシステムを確立しました。

PDCAサイクルを確実に回し、継続的な取り組みを行うことにより、職場における安全衛生の面でも取り組みをしています。

### 重野社長の社員への想い

従業員の健康管理については以前から意識していたことではありますが、健康宣言をしたことで、健康に対する取り組みを行っていることをこれまで以上に社内に広げていきたいと思っています。

身体の健康はもちろんですが、心の健康にも今まで以上に気を配り、社員が安全に安心して働ける職場を目指してまいります。

健康経営優良法人認定の取り組みを通して、社員が健康な未来の自分に出会えると信じています。



長野県  
松本営業所代表取締役社長  
田村裕章 氏

みんなの便利を支える会社、原動力は従業員の健康

- 代表取締役社長 田村裕章 氏
- 本 社 所 在 地 長野県松本市和田南西原4010-28
- 主 な 事 業 内 容 一般貨物自動車運送業
- 従 業 員 数 385名(男性:348名・女性:37名)
- 加 入 健 保 名 長野県卸商業団地健康保険組合

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定Voice Report  
100th**Alps-Way、通称「Al-way」。**

アルプスに囲まれる道を走り(alps-way)、いつも(always)、隅なく(all way)、全ての面で(all ways)、最高のサービスを提供し、前進する——。

当社は「安全は信頼を創る」の企業理念の下、大手コンビニ店舗様への商品輸送を通じて、日本経済と人々の便利な暮らしを縁の下の力持ちとして日夜支え続けています。当社の事業が持続可能なものであるためには、それを担う当社従業員が安全であることが必要。そう考え当社は従業員の安全と健康に資する取り組みを進めています。

**健康経営優良法人認定申請へのきっかけは…**

当社の企業理念にある「安全」とは、もちろんお客様の安全、そしてお預かりした商品の安全を意味しますが、当社においては交通安全・従業員の安全という文脈で語られることもあります。創業以来、従業員の健康を重視する取り組みを進めて参りましたが、長野県卸商業団地保険組合様とアクサ生命保険様から健康経営優良法人認定を受けてみてはどうかと勧められたことがきっかけで、社内横断的且つ体系的な取り組みをさらに進めた結果、健康経営優良法人2022の認定を受けることができました。

**【働き手不足と高齢化】**

日本における生産年齢人口の減少は不可避の課題となっています。そして、当社が生業とする道路貨物運送業は、長らく「若い男性がやる」ことを前提とした仕事スタイルとなっているため、その担い手の不足は当社の事業継続にとっても死活的な影響を与えています。

**【職場環境改善の必要性】**

担い手不足の課題解決に向けて、若い世代が夢を持って働ける企業風土を醸成するとともに、高齢者や女性といったこれまでのペルソナとは異なる人材が活躍できる職場環境の整備を進め、会社制度の見直しも進めてきました。特に現在は、非力な方でも貨物の搬送を容易にできる車両やマテハン設備の研究・導入に積極的に取り組んでいます。

**【運送サービスはヒトが創る】**

しかし、職場の機械化が進めば課題が解決するわけではありません。何故なら、運送サービスは「トラックドライバー」、即ち「ヒト」が創るものだからです。従業員が安全でなければ、お客様にご満足いただける運送サービスを実現することはできません。持続可能で上質なサービスを提供するためには、従業員が健康で毎日楽しく働けるようにしなければなりません。それが健康経営優良法人に取り組む理由です。

**自分の仕事に自信と誇りを…**

人身にかかわる重大事故の原因となる居眠り・意識障害・過労運転の防止に特に重点を置き、日々ドライバー全員の睡眠時間の確認、健康診断100%受診や、要所見者のフォローアップなど基本的な活動を徹底するとともに、脳ドックや禁煙外来受診料の個人負担を無くす制度を構築し、従業員の健康志向を高める取り組みをしています。

さらにアクサ生命保険様からは、当社独自の取り組みではカバーしきれっていなかった生活習慣病予防に関するサポートパッケージを提供いただき、より広範な施策を打てるようになったと感じております。

これからも当社の理念である「安全は信頼を創る」を実現し、社業を持続可能なものにしていくために、健康経営優良法人認定取得に積極的に取り組んでいこうと考えております。そして、社長の「自分の仕事に自信と誇りを持って」の想いは、従業員が健康な身体と心を持つことにより実現できるものと信じています。



当社最大の長野センター



愛知県  
豊橋営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
加藤宜久氏

## 「アットホームな会社」を実現して健康経営を实践

- 代表取締役社長 加藤宜久氏
- 本社所在地 愛知県豊川市新青馬町
- 主な事業内容 建築塗装業、防水工事業
- 従業員数 14名(男性:10名・女性:4名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020~2022 3年連続認定

弊社は創業76年、私で四代目の社長です。妥協なき品質向上をモットーとして東三河地域で建築塗装・防水工事業を経営しております。高品質な施工を実施し事業を継続していくためには、高度なスキルをもった社員が長く勤続することが必須条件で、社員が楽しく集うアットホームな社風を心掛け実践してまいりました。自然な帰結として健康経営優良法人の認定に繋がっていると感じています。

コミュニケーション重視でアットホームな  
雰囲気づくり

業界自体は職人の出入りが激しい業種で、社長就任以来14年、職人・営業・事務と職種の違う社員のコミュニケーションを重視しアットホームな雰囲気づくりを心掛けてきました。今は新型コロナで難しいですが、皆で市民マラソン大会に参加したり、バーベキューを会社主導で開催したりすると、若手社員が本当に張り切って参加し、職種の壁がなくなる状況を作ることができました。おかげ様で離職者が殆どいない状況で、定着率が年々非常に高くなっています。長く勤めてもらうことで、スキルの蓄積や伝承ができ、会社のこだわりでもある品質向上にも大きく寄与しています。

## アットホームは仲間と会社を救う

コミュニケーションの実践はチームワークの向上にも繋がっています。数年前ある社員が連絡なく欠勤したことがあり、同僚社員が自発的に心配して自宅を訪ね、ストレスによる突発性記憶障害になった社員をフォローしてもらい、本人はもちろん、会社としても大変助かったことがありました。こうしたチームワークによる自発的な事象の積み重ねこそが、今のアットホームな会社づくり、雰囲気づくりに直結して、徐々に定着してきているんだと大変嬉しく思っています。



2019年6月2日 豊川リレーマラソン参加風景

## 具体的な健康経営は喫煙率低下からスタート

こうした取り組みは運動機会の提供であったりコミュニケーションづくりといった健康経営の一環ではありましたが、喫煙率が高いことがずっと気がかりとなっていました。そんな中、アクサ生命より健康経営支援プログラムの情報提供を受け、生活習慣アンケートや健康セミナーを実施することができました。禁煙セミナーはすでに2回実施いただいております。禁煙セミナーという事で社員のリテラシーの向上に繋がっています。一人でも多く喫煙をやめる社員が増えることで健康被害を防止できますので、今後も粘り強く実施していきたいと考えています。

## 安心して働く環境を整える

顧客と接する機会の多い業種でもありますので感染症対策にも力をいれてきました。アルコール消毒やマスク配布のみならず、予防の意味で次亜塩素酸ナトリウムによるオフィス全体の消毒を実施しました。もちろん営業車の社内などもしっかり対策をして社員には安心して働いてもらう環境を提供しています。

また協会けんぽと連携して特定保健指導も行ってもらっています。会社の健康づくりへの関心度を社員にも感じてもらいたいと思っています。

大切な社員とその家族の健康とともに  
会社も成長していきたい

今後の取り組みとしては、社員のバックグラウンドにいるご家族も含めた健康経営の取り組みができればと考えています。その第一歩として昨年、従業員受け取りの福利厚生プランとしてがん治療保険制度をスタートさせました。社員が万一がんに罹患したとしても治療費用は社員に直接受け取ってもらえるので、ご家族にも大変喜んでいただいていると聞いています。こうした取り組みを少しずつブラッシュアップし、さらによりアットホームな会社を目指してまいります。

愛知県  
豊橋営業所Voice Report  
100th代表取締役  
甲村尚久氏

「お客様が成功を収めるお手伝いをする」ことが私たちの願い

- 代表取締役 甲村尚久氏
- 本社所在地 愛知県豊川市宿町
- 主な事業内容 製造業
- 従業員数 188名(男性:101名・女性:87名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

PLASESS(プラセス)という社名は、“planning(計画)”と“success(成功)”を組み合わせた造語です。弊社は、その名が示す通り「計画即実行」を社訓とし、昭和53年の森金型製作所創業以来、綿密な計画に基づく迅速な行動で、お客様との信頼を築いてまいりました。「お客様が成功を収めるお手伝いをする」これこそが、私たちの願いであり、弊社の成功だと考えております。

### 平均年齢の上昇で健康づくりの必要性を痛感

かつて20代だった社員の平均年齢は40代になり、それに伴い病気に罹患するリスクも増えました。社員やそのご家族が病気で亡くなったり、様々なストレスを上手に解消できず、軽うつ状態となり、気持ちが萎えて退職を選ぶ従業員を目の当たりにし、「何とかしたい！何かやらなければならない」と思っていたところ、アクサ生命から健康経営の提案を受けました。「やったら何か変わるのではないか？」できることがあるならばやるべき」と、健康経営に取り組む決意をしました。

### 全飲料自動販売機にカロリーを表示

市内でも1,2を争う売り上げと聞いている、弊社内設置の飲料自動販売機。普段気にしていないカロリーを全商品表示しました。自然とカロリーの低いものを選ぶように変化してきています。安全衛生委員会の担当者が、新商品が出るたびにテプラで作成して貼り付けてくれています。各工場に給茶機も設置しました。プライスレスで水分補給が可能です。健康向上のための情報提供は今後もいろいろな形で進めていく予定です。アクサ生命から届く健康に関する情報チラシも社員の意識向上に役立っていると思います。



### ヘルシー弁当で体重管理に成功

毎日届けられる弁当は、以前は幕の内弁当1種類でした。ランチタイムはホッとできる貴重な憩いの時間。当初、丼、麺を加え、メニューを選べるようにし好評を得ていましたが、今回、健康経営の取り組みとして、業者さんにヘルシー弁当の開発を依頼し、幕の内1000キロカロリーのところ、500-600キロカロリーに抑えたヘルシー弁当が完成。量もちょうどいいと大好評となっております。病院から減量命令が出ていた社員が、ヘルシー弁当と自身の食事制限で10キロの減量に成功したと、嬉しい報告もありました。



ヘルシー弁当

### 夢は全従業員・家族も招待しての大運動会

現在の一番の課題は、運動機会の提供です。社内でラジオ体操は実施していますが、適度に汗を流せる運動の機会を増やすことは、ストレス解消にも効果的なので、今、社員に運動する時間を作ってもらえる取り組みを検討中です。ストレスチェックは、対象外の時短のパート社員まで広げる予定です。これはパート社員の希望の声を聞いた労働衛生委員会の担当者から提案があり決めました。社員一人ひとりが健康に対して、自ら運動し、自ら意見を発信できることで、お客様に喜ばれる会社へとなっていく、よい循環ができるのではないかと考えています。病気や軽いうつをゼロにしたい！そのための環境整備を進めていきます。夢は、全従業員・ご家族も招待しての大運動会の開催です。実現できるよう、日々、健康経営を深化させてまいります。

愛知県  
安城営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
杉山恵一氏

健康第一、社員あっての会社を実現し、「人の和を広げよう」

- 代表取締役社長 杉山恵一氏
- 本社所在地 愛知県安城市野寺町
- 主な事業内容 製造業
- 従業員数 15名(男性10名・女性5名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2019~2022 4年連続認定

弊社は金属加工業で、開発・試作が主であり、品質はもちろんスピードも大切です。2017年までは残業時間が多く納期によっては徹夜も当たり前でした。それにより体調を崩す社員もあり、次の日に休むということが多々ありました。予定外の休みにより工程が進まなかったり、体調不良を押して作業をして不良品を作ってしまったったりして、生産性は下がる一方でした。「徹夜してでも完成させる → 不良品発生 → 手直し・作り直し」このムダを続けて、事業を継続していけるのかと危機感を抱いたことが健康経営に取り組むきっかけとなりました。

### 固定概念の払拭からスタート

「時間がないから徹夜してでもやる」という固定概念を無くすため、仕事の方法を変えることから始めました。

- ・ 個々の裁量で進めていた仕事を見える化し、遅れがある作業は他者がフォローして作業時間を短縮する。
- ・ 受注段階から連携して無理のない受注をする。

初めの頃は残業が無くなり収入が減る為、相当の反発がありましたが、「残業が多いから集中力が落ち、品質が下がる」という悪循環が改善されることを実感してもらい、徐々に意識改革をしていきました。

### 大切な社員の健康を守る取り組み

そのほかに以下の取り組みを行いました。

- ・ 健康診断の二次検診受診勧告  
二次検診受診の時は出勤扱いにして受診率を上げました。
- ・ 楽しみながら健康づくり  
運動スペースとしてゴルフの打ちっぱなしとバンカーコースを用意。  
休憩時間に自由に使えるようにし、取り組む社員が増えました。
- ・ 食生活の改善  
お昼に注文する仕出し弁当に健康食コースを導入し、社員が選択できるようにして食生活改善の意識が高まりました。
- ・ 就業規則を一部改定  
休憩時間以外の喫煙を就業規則で禁止したことにより喫煙率が16%に下がりました。

### 健康経営が良い循環をもたらす

こうした取り組みを継続した結果、社員の健康に対する意識が向上し、終業後の自分の時間を大切にするようになりました。

社員が長時間労働削減へ向けて意識が変わったことで実際に生産性が上がったと実感しています。限られた人員にもかかわらず無理なく作業を行い、その結果納期も守ることができて顧客からの信頼が高まり、新たな仕事の受注に繋がる良い循環が生まれました。

### 今後の展望

収益を社員へ還元する目的で福利厚生を充実させて満足度を高め、相乗効果によって更によりいいアイデアが出ることを期待しています。新しいことにもどんどんチャレンジしていきたいです。

さらにリクルート効果を狙い、より一層健康経営に力を入れ、若い人の採用を増やしたいと考えています。



工場内のゴルフ練習場



会社外観

三重県  
 桑名営業所

 Voice Report  
 100th

 代表取締役専務  
 加藤ゆかり 氏

**社会・お客様から選ばれる企業に！  
 社員の健康と幸福度の実現・持続に取り組む！**

- 代表取締役専務 加藤ゆかり 氏
- 本 社 所 在 地 三重県桑名市長島町松蔭110
- 主 な 事 業 内 容 建設業
- 従 業 員 数 28名(男性:23名・女性:5名)

 健康経営優良法人 2022認定  
 中小規模

 健康経営優良法人  
 2022 認定

当社は昭和53年に設立し、①官公庁発注の土木・管工・舗装工事などの公共事業、及び②造成・外構工事、排水工事、宅内下水工事等の民間事業を行っています。現在では売上の98%前後を公共事業が占めており、40年以上にわたり公共事業を主体に経営しています。三重県建設業協会の役員も担い地域貢献にも積極的に参加しています。三重県の格付では「Aランク」の称号も頂くことが出来、今後も県内はもとより地域の環境整備・発展に貢献していきます。健康経営の理念である社員の健康は貴重な財産と捉えて、そのご家族を含めた幸福度の追求をしていきたいと考えています。

### 社員の健康こそ最重要課題で 健康経営に取り組む必要を感じました。

社員の皆さんが安心安全に働ける環境の整備を構築する必要を感じていたところ、アクサ生命保険の営業担当者から「健康経営」のお話を聞く機会があり、その内容から興味を持ち、取り組みにチャレンジしようと思いました。まず、朝食抜きで出勤してそのまま現場にて作業する社員が多い事に気がつき、毎朝、無調整豆乳等の配布を始めました。また、社内の自動販売機の中身を健康飲料へと入れ替えを行い、食事面から改善に取り組みました。その効果として、社員の健康に対する意識が高まり、社員の間で会話が増えコミュニケーションが深まりました。

健康診断では、年齢問わず社員全員が会社負担で人間ドックを受診しています。また、50歳と60歳の節目には脳ドックの追加受診も取り入れました。


 毎朝の無調整豆乳等の配布風景 事務所入口に感染対策として  
 消毒液・検温器を設置

### 社員とその家族の健康に積極的な関わりを持ち 幸福度の向上を目指す。

毎月、アクサ生命保険から健康経営のワンポイントアドバイスの提供を受け、給与明細に同封するようになったところ、従業員の家族の方から『毎月拝見しています。お陰様で家族ぐるみで健康を意識するようになり、会社もそれだけ健康に気配りしてくれていることに感謝しています』など嬉しい声を頂きました。会社経営を安定させるには、社員とご家族の安心安全が必要不可欠です。そのためには社員が心身共に健康であることは欠かすことが出来ません。会社の健康経営と社員の方の健康と幸福感はお互いに切っても切れないものだ確信しています。社員はもとより、それを支えているご家族の心身にも健康増進と維持の働きかけが出来ればと考えています。

### 社会・顧客から選ばれる企業を実現し 未来志向から持続的な発展。

地域・会社・社員が共に健やかで協業できる環境整備に注力する一方、社員が健康で、モチベーションを維持できる環境を構築し、安心して長く楽しく勤められる企業であり続けられるように企業価値の創造にも取り組みたいと思います。地域社会・お客様から選ばれる企業として、常に未来志向型の改善や改革にもチャレンジし持続的な発展を目指していきます。

三重県  
伊勢営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
阿形幸信氏

従業員と共に健康で幸せである為に！

- 代表取締役社長 阿形幸信氏
- 本社所在地 三重県伊勢市二見町茶屋335-1
- 主な事業内容 電気工事業
- 従業員数 33名

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

当社の業務では、危険な作業環境や作業であることが多いため、安全が何より優先されます。そのためにまずは従業員の肉体的負担の軽減や、精神的な安定が必要であると考え、残業時間の削減や特定個人への業務の偏りを減らすなどの取り組みを行っています。そしてその取り組みの中でも基本となるのが各個人の健康であることから、2年ほど前から健康経営に取り組み始めました。

健康は地道な習慣の継続にありますので、従業員の意識向上を図り、一人ひとりがより良い人生を送れるようこれからも支援していきたいと考えています。

### 健康経営に取り組もうと思ったきっかけ

きっかけは建設業界の長時間労働の是正をしたかったからです。2020年1月頃から取り組み始め、2021年、2022年と優良法人認定は2度目の取得となります。高齢化社会の中、大切な従業員が健康で働きやすく、会社も健康であるために健康経営は必要だと感じました。

### 具体的な取り組み

まず健康診断の再検査の受診率を上げることを目標にしました。数値の高い人が多いので、今まではしていなかった声掛けを行うようにしました。特定保健指導の時間調整等も行うことで自主的に再検査に行ったり、行った後は報告をくれたり、質問をしてくれるようになりました。少しずつですが変化はあったと思います。



### 会社全体に対する効果

アクサ生命の担当者の方のサポートにより毎月のワンポイントアドバイスは従業員に回覧し、健康習慣アンケートにより会社の健康に関する課題を把握することができました。小さなことから取り組むことで、従業員の健康に対する意識が低かったのが、少しずつ改善してきたと思います。まだ始めて間もないので、この先は喫煙率の引き下げも行っていきたいです。又、メンタルサポート等も今検討中です。新型コロナの様子を見ながら、年2回の会社の全体会議の時に従業員向けのセミナーを開催出来たらと思っています。

### 今後の展望

高齢化社会、又コロナ禍の中、心も体も弱ったりすることもあると思いますので健康経営は正に時代の流れにあった必要な取り組みであると思います。共に働いてくれている従業員は財産です。健康経営を通じ日々情報発信、声掛け等を行い、皆が良い人生だったと思ってもらえるように従業員と会社共に何十年も元気で笑顔で過ごせることが目標です。これから先も連続認定取得できるよう取り組んでいきたいと思っています。

### 従業員のためになるような取り組みを！

今回2度目の優良法人認定を頂けたことに感謝申し上げます。健康習慣アンケートにより問題点も把握でき、少しずつではありますが個々の意識も変わってきています。これから先もアクサの担当の方と一緒にセミナー、サポートパッケージ等を使いながらより良い取り組みをしていき、従業員の意識改革を行い、皆が健康で元気に働き、会社も従業員も成長していきたいと思っています。

代表取締役社長  
荒木 平氏

## 社員の健康は会社の健康！

- 代表取締役社長 荒木 平氏
- 本 社 所 在 地 三重県伊勢市東豊浜町2973-412
- 主 な 事 業 内 容 生鮮魚介卸業
- 従 業 員 数 19名

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

海産物を扱っているので品質管理を徹底した商品作りをし、関西中心に卸業を行っています。個人事業から始まり最初は貝類・佃煮・海苔等を扱っていましたが昭和45年から貝類のみにシフト、昭和57年から法人化、今は4代目で今年97年目になります。

## きっかけ

世の中の流れもあり、従業員の高齢化が進んでいる事も為、アクサ生命の担当の方の勧めで、健康面でも何かサポートできることがあればと取り組むことにしました。年配の従業員が多い中、健康で長く働いてもらえるように健康経営という取り組みは大変良いと思いました。

## 会社全体

皆のイライラがなくなり、会社の雰囲気良くなってきました。60歳以上の方が多く、出来ることを出来る範囲で無理なく元気に働いてもらっています。又、障害者雇用にも取り組むことで全員が助け合い、協力し合えるようになってきました。

## 具体的な取り組み

会社自体が365日休みがない為、勤務時間・休み等は、従業員同士が話し合っシフトを決めています。又、社長をはじめ全員がそれぞれの様子を見ながら、働きすぎず、休みをしっかり取るようにしているので、コミュニケーションも図れ、自己管理が出来るようになってきました。体を動かすことが多い仕事なので、元気な方が多いですが、冬は外の温度と同じ様な環境下の為、風邪等はひかないように気を遣っています。アクサ生命のサポートパッケージは、従業員にとってもよるこんでもらっています。

## 今後の展望

幼少期の時代と変わり、目の前の海で採れていたアサリ等海物の物がどんどん採れなくなってきています。今まで三重県産にこだわり続けてきた商売なので、今後5年の間に資源回復に取り組み、三重県産ブランドを確立できるようにしていきたいと思っています。大切な従業員の健康を第一に、施設の見直し等も考え、この先もずっと皆に健康で長く勤めていただき、胸を張って幸せに働けるような会社にしていきたいと思っています。

## 従業員の健康と幸せが会社の成長

現在はコロナ禍で、今までで一番大変な状況ではありますが、この健康経営に取り組むことにより、従業員全員が健康で幸せになってくれることを望みます。楽しく仕事をして、団結することにより、ピンチをチャンスに変えて会社も成長できていると思っています。従業員は“宝”なので従業員の方に役立つ健康づくりをしていきたいと思っています。



三重県  
伊勢営業所Voice Report  
100<sup>th</sup>代表取締役社長  
石川雄一郎氏

## 地域No.1 健康促進企業へ！(楽しい会社、楽しい健康経営)

- 代表取締役社長 石川雄一郎氏
- 本社所在地 三重県伊勢市小木町57-1
- 主な事業内容 建設資材卸業
- 従業員数 70名

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

明治34年に創業、地域の特色である船舶・水産などの海洋事業から始まり、高度成長期時代にはセメント関連資材を主とした建材事業が事業の柱となりました。

また地震などの自然災害や火災などの人災に対して備える、防災・消防を主とした生活環境事業、少子高齢化や生活意識の変化に伴う生活サービス・事業などをはじめ、現在は地域総合商社として活動しています。

## 健康経営に取り組むきっかけ

以前、健康経営フォーラムに参加させていただき、弊社は人手不足で年配の従業員が多い為、長く働いていただける環境づくりが大切だと感じました。また、会社の魅力づくり・企業イメージアップと、今働いてくれている方の健康寿命の延伸を図りたいと思いましたが、何からすればいいかわからない中、アクサ生命の担当の方に手伝っていただいて、安心して取り組むことができました。

## 具体的な取り組み

スポーツクラブも運営しているので、社員に無料で開放し、水素水のサーバーをいつでも飲めるようにしました。コロナ禍なので、感染症対策、検温消毒は必ず行っています。社内で役員を中心に健康に関するセミナーを行ったり、動画・本の紹介等も行っています。健康診断は100%受診、再検査の方には積極的に声掛けをし受診を促しました。又、コロナ禍で集まることができないので、部署ごとに少人数で集まり、お弁当を取って懇親を図りました。



## 効果、今後の課題点

取り組むことにより社内で健康の話題が多くなりました。男性社員は皆で筋肉自慢などで盛り上がり、楽しい雰囲気生まれています。それにより休む人も減り、生きいきと仕事をしてもらえることで生産性も上がりました。今後はメンタル面が課題の1つになってくると思います。個人面談を年2回行っていますが、外部も含め、対策をとれるよう考える必要があると思います。アクサ生命のセミナー等も活用していきたいです。

## 今後の会社の展望

会社の未来は楽しめる会社！！  
会社の元気には働く社員の健康が不可欠です。そこで求められるのが健康経営だと考えます。  
楽しく、かつやる気あふれるチームを作りたい。会社の健康＝社員の健康です。社員の健康リスクを排除し、予防的な投資をすることにより、生産性や創造性の向上をもたらし、業績の向上にも繋げていきたいです。「石川商工(株)＝健康No.1」のイメージが付くように、楽しみながら社員と共に取り組み、社員の幸せと会社の成長につなげて、楽しい会社！楽しい健康経営！を目指していきたいと思っています。



京都府  
京都営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
和田聖司氏

人と人の繋がりを大切にし、ともに幸せになる未来を作る

- 代表取締役社長 和田聖司氏
- 本 社 所 在 地 京都府京都市南区吉祥院三ノ宮町1
- 主 な 事 業 内 容 特殊高所技術を用いた調査及び補修工事等
- 従 業 員 数 74名(男性:60名・女性:14名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

2007年6月15日、「人と人の繋がりを大切に」という信念のもと、社名でもある「特殊高所技術」という技術によって、不可能を可能にすべく起業をいたしました。今まで不可能とされていたことを我々の技術で可能にすることで、皆さまのお役に立ちたいと考えています。仕事を通じて、社員みんなが生きる喜びや誇りを実感し、技術・知恵・感性・情熱を駆使し「人間らしさ」を発揮できる会社を目指しています。

### 職場の環境改善のひとつに健康経営が

どこの企業も基本的に働いている人たちの働きやすい環境づくりに力を入れておられると思いますが、土木業界というものはどちらかというと後れていたようです。現在は「働き方改革」という言葉のもとで昔の3Kと呼ばれていた職場環境からの脱却を目指し、一定の水準に引き上げていくようあの手この手と取り組んでおります。健康経営に取り組んだというよりは、職場の環境改善に向けて「ひとつひとつ基準を満たしていくこと」と「改善を図っていくこと」に取り組んできた中に健康経営があったと感じます。

### 具体的な取り組み

<健康診断100%の実施>  
再検査の所見を受けた社員への再受診推奨呼びかけ  
<コミュニケーションの活性化>  
月に1度の安全衛生委員会等の開催を、全ての営業所(京都、福岡、東京、札幌、名古屋)でオンライン開催  
ハラスメント研修や社内の活性化に結びつくような研修、ならびに講師を招いたセミナーなどを開催  
<社員みんなでの健康運動>  
デスクワークの多い事務員は、社長も含めた「筋トレ部」を通じて体を動かすようにしたり、パソコン作業で姿勢が悪くならないために姿勢をよく保つためのセミナー等を開催

TKG「筋トレ部」のプランク風景  
午前と午後、それぞれ1分3セットを実施

広報の担当者が運営しているTwitterはフォロワーが5000人以上いる大人気コンテンツ。社外にもファンが多数



### 優良法人認定の取得は、独自の取り組みで

健康経営優良法人の認定取得は、健康経営アドバイザーからのお誘いもありましたが、独自で取り組みを行いました。1年目は認定されませんでした。2年目、3年目と挑戦していく中で少しずつ理解を深め取り組みを深化させていき、普段から行っていることを記載して申請すると認定の取得ができました。健康経営優良法人の認定取得のために何かをしようとしたのではなく、社員の健康に関する足りない部分を補っていくことで自然とそれに到達したのだと思っています。

### 行動指針「安全」・「信用」・「品質」・「効率」の「安全」に含まれる「健康」

企業理念で掲げている「人と人の繋がりを大切にし、ともに幸せになる未来を作る」の中で、業務を行う上での考え方や行動において、社員みんなが大切にしなければならないものを優先順位の高い順に「安全」・「信用」・「品質」・「効率」を行動指針とし掲げています。何よりも「安全」が大切で、創業以来ずっと続けてきた「安全」の考え方の中に「健康」が含まれています。健康とは身体のみならず、コミュニケーションにも結びついていて、楽しさのような「心理的安全」といった心の健康も大事と考えてきました。

### 健康に対する意識の向上を目指して

今後は健康診断の再検査の受診率を上げていきたいと考えております。単に検査費用を負担をするということではなく、「なぜ再検査をしないのか」「費用が問題なのか」「健康に対する意識が重要ではないのか」といった議論を社員同士で話し合う中で問題を掘り下げていき、社員の働きやすさであったり健康に対する意識の向上を目指していきたいと思っています。

そして、社員みんなが生きる喜びや誇りを実感し、技術・知恵・感性・情熱を駆使し「人間らしさ」を発揮できる会社を目指します。

静岡県  
大阪東営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
高田修平氏

社員と共に新しい事にチャレンジするために

- 代表取締役社長 高田修平氏
- 本社所在地 静岡県浜松市西区西山町2468
- 主な事業内容 プレス、溶接部品製造
- 従業員数 52名(男性:43名・女性:9名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2022 認定

弊社は、鉄からステンレスに至るまで、さまざまな材質のプレス加工から溶接加工の一貫生産を得意としています。「健康経営」を通じて、弊社の経営理念である「心ある企業」実現、そして全ての従業員がものづくりを楽しめるような会社を目指していきたくと思います。

### 従業員は財産 健康経営に取り組む必要性を感じました。

健康経営を知ったきっかけは、取引先企業が健康経営優良法人認定を取得したことでした。また、従業員の高齢化が進み健康の重要性を実感した事が健康経営の取り組みの始まりです。

### 健康経営優良法人認定取得に向けて、 まずは取り組みそうな活動から！

まず初めに、毎年行っている健康診断の見直しをしました。今までは健康診断を受けても受けっぱなしの状態、良くない思いながらも健康の事まで会社が口出ししていいものかと悩んでいました。そうした中、アクサ生命の健康習慣Webアンケートを実施したことで、従業員の健康課題が見える化でき、やはりこのままではいけないと思いました。月1回配信している健康に関するワンポイントアドバイスで、従業員の健康に関する意識の变革・行動変容を図るよう取り組みました。そして、健康診断結果で要再検査の従業員には、文書で再検査に行くよう通知をしました。また保健指導を受けてもらい、従業員が自身の健康に対する意識を向上するように努めました。さらに、運動機会の取り組みの一環として、健康アプリを使い万歩計を集計し従業員の平均歩数を測ったりしています。個人の歩数によってポイント制度を導入し、景品と交換できるようにしました。コロナ禍ということもあり、従業員同士のコミュニケーションを取ることが難しい中、こういった取り組みもコミュニケーション促進に大きく役立っています。



2020年 集合写真

### 社長の思い

現在実施していることを継続的に実施することにより、さらに従業員に対する健康の維持・増進を図りたいと思います。そして今後は、新しい事にも従業員と共にチャレンジしていきたいと思います。その為には、やはり、従業員にはこの会社で健康で気持ち良く長く勤めてほしいと思っています。定年退職後も本人の希望で75歳・76歳と気分転換も兼ねて会社を支えてくれればと思っています。また、従業員全員、がん保険に加入しているので、もしがんに罹患してしまったとしても、しっかり治療に専念し、完治後、会社に戻ってこれるような体制を整えています。新しい人材の確保もとても大切な事ですが、縁がありこの会社で今、働いてくれている従業員とこれからも会社を成長させていきたいです。

### 大切な従業員とその家族とともに 会社も成長していきたい

従業員もそうですが、その家族にも、「この会社で家族が働いてくれていて良かった」と思ってもらえれば嬉しいと思っています。コロナ禍で家族みんなで参加出来るイベントを開催するのは今は難しいですが、今後、もっと会社の事を知って貰えるようなイベントを考えたいです。



2020年に開催した餅つき大会

大阪府  
大阪東営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
平家貞彦氏

## 大切なことは「社員の健康と家族の健康」

- 代表取締役社長 平家貞彦氏
- 本 社 所 在 地 大阪府東大阪市川俣1-33
- 主 な 事 業 内 容 エレベーターメンテナンス・工事  
空調設備販売施工
- 従 業 員 数 49名(男性:44名・女性:5名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

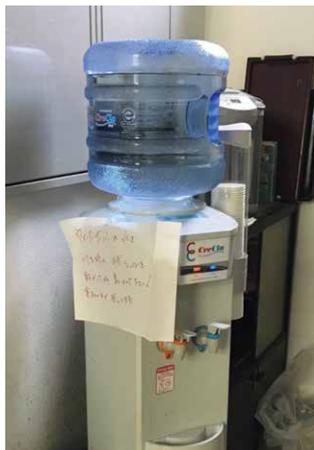
一社員として永く勤め、今いる社員と近い存在から代表となった私だからこそ「社員目線でこの会社を良くしたい、私だからこそできることは何だろうか」と考えていた折に、アクサ生命の担当者さんから「健康経営」の存在を教えてくださいました。これからの時代、社員の存在はますます企業の財産として考えられ、企業が社員の健康に配慮する責任は大きくなるのでしょうか。前社長のご子息へとバトンを繋ぐまで、社員と同じ目線に立った職場環境作りについて共に考え、延いては企業経営としての健康へ結び付けたいと考えています。

一人の社員がケガをしたとき、  
あらためて社員一人の存在の大きさに気が付いた

以前ある社員が怪我をし、休養が長引いたことで他の社員の仕事量に大きな影響が出てしまったことがあり、あらためて社員一人一人の存在の大きさに気が付かされました。作業中に集中力が欠けてしまうと大事故にも繋がりがかねない業種であることから、常日頃からの健康について考え、仕事に集中できる環境整備を目指すことは「代表である私の役目でもある」と感じ、今回の取り組みを決意しました。

## 体の健康だけではなく、心の健康も大切

コロナ禍以前から、社員の身体的な健康だけではなく、心の健康についても考えなければならぬ時期であると感じておりました。業種柄休日出勤や宿直もあり、体力的なことはもちろんですが気持ちの面でも大変に気を遣う業種です。社員一人一人と面談し、定期的に意見や考えを交換しておりましたがそれにも限界を感じていました。福利厚生を通じて、社員の心の健康について相談できる窓口を準備できたことは私の心の健康にも繋がっています。

大切な社員とそこご家族、両方の健康とともに  
成長していきたい

企業は人・金・もの・情報、その中でも一番人が大切だとも言われますが、社員のご家族もまた同様に大切なのだと考えております。社員の健康に配慮している会社であることがご家族に伝われば、ご家族も安心して社員を送り出すことができますし、理想論かもしれませんが、社員が健康について家族と話す機会が少しでも増えるのであれば素晴らしい相乗効果となるのではないのでしょうか。その延長線上にわが社の成長が結び付けば最高ですね。

健康課題はたくさんありますが、  
できることから始める

健康課題は従業員一人一人によって違います。ですが、今回の取り組みでよくわかったことは共通課題も多くあるという事実でした。前述の通り、勤務体系が不規則なこともあり食事がしっかりとれない(とらない)社員もいます。せめて空腹で集中力を欠いた状態で作業をさせないように、いつでも軽食がとれるように備えることを始めました。

## 今後も健康について考える環境を少しずつ整える

今回アクサ生命さんの健康経営サポートを受けて、いろんなヒントをいただくことができました。生産年齢人口の減少や高齢化、人生100年時代に伴う健康課題、そのすべてに対応するには枚挙にいとまがないほどではありますが、一つ一つ背伸びをせず、自社でできることから取り組むこと、そしてこの取り組みを継続させることが大事だと考えています。地域社会には欠かせないエレベーターを利用されるのはお客様である「人」であり、それを提供する我々も「人」。人と健康は切っても切れない関係にあるからだと考えています。

代表取締役社長  
北澗喜樹氏

人々の健康と心を豊かにする食生活への貢献をめざして

- 代表取締役社長 北澗喜樹氏
- 本社所在地 大阪府守口市南寺方東通4-4-15
- 主な事業内容 食品の企画開発と原材料・資材販売
- 従業員数 16名(男性:9名・女性:7名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022認定

コンサルティング・企画立案・研究開発のチャンネルを持ち、食世界のシステム・コミュニケーターとして迅速かつ正確なトータルソリューションを提供しております。めまぐるしく変化する『食』の市場ニーズに対応しつつ、『食』のあらゆるSceneにおいて人々の健康と心を豊かにする食生活への貢献をMissionとしております。

### 健康経営と弊社の理念に近似性を感じました

お取引先様も認定を取得されておりましたので、健康経営については存じていましたが、アクサ生命の担当者さんからのご紹介により深く理解し、取り組むきっかけとなりました。弊社は設立当時より、食が健康と密接な関係にあることはもちろん、心の健康と豊かさにも通じるものとの理念を持って経営にあたって参りました。人財である社員が身体も心も健康であること、結果企業が社会的に健全であること、それをまた好循環させることが社会とお客様に貢献し続ける基礎力なのだと考えています。

### 健康について考えるために、まずは知ること

アクサ生命さんのWebアンケートで健康課題を把握することから始めました。弊社社員は専門である「食」についてのリテラシーは豊富に持っておりますが、「運動」についての意識が低いことがよくわかりました。朝礼時のラジオ体操は30年前から実施しておりますが、健康経営の取り組みを開始してからは社内エレベーターを利用せずに階段を使うなど、社員自ら日々の行動に少しの運動意識を持ってきています。普段流していた社内BGMも「集中力を高め、ストレスを緩和させる効果がある」とされるモーツァルトの曲に変更し、ささやかながら社員の身体と心の健康管理を意識しています。



### 無理なく少しずつ、健康リテラシーの向上を

全体としての喫煙率は決して高くはありませんが、喫煙社員の健康を考えると、少しずつでも喫煙量を減らしてほしいとの思いがあり、昨年は禁煙セミナーを開催し、セミナー後には早速禁煙にチャレンジしてくれた若い社員もいました。喫煙習慣含め、生活習慣までは会社から強制できません。だからこそ1日の内で長い時間を過ごす職場から、少しずつ小さな段差を上げるように健康について考え、気付く環境を整えることを目指していきたいと考えています。

### 社内の一体感が力になる

年に一度開催していた社員旅行や、集まったの忘年会など、従来のコミュニケーションの取り方は確かに難しくなりましたが、以前より使用していたグループウェアを充実させ、社員全員でインフォメーションを発信したり、「誰が、どの仕事を、どの場所で」取り組んでいるかなどをリアルタイムで共有し合うことは、社内での一体感を感じられることに大きく貢献していると感じています。身体の健康のみならず、心の健全のためにも社内コミュニケーションを大切に、今後も引き続き風通しの良い職場環境を目指します。

### 食と音楽、両世界の次世代に繋げたい

食が身体の健康に大きく関係することと同様に、音楽もまた心の健康に決して欠かせない存在だと考えております。私の趣味の1つである音楽の世界では、残念ながら今般のコロナ禍で従来通りの活動ができておりません。つまり次世代の芽が苦しんでいるということ。どんな世界においても次世代を見据えることは今の世代の責務だと思っています。微力ながらコンツェルトハウスのブランド事業を通じて、今後も音楽の未来をもサポートし続けて参りたいと考えています。

大阪府  
大阪東営業所Voice Report  
100th代表取締役  
駒谷尚男氏

「健康経営」をきっかけに更に元気活発な会社を目指す！

- 代表取締役 駒谷尚男氏
- 本社所在地 大阪府東大阪市西堤本通西2-6-34
- 主な事業内容 製造業
- 従業員数 40名(男性:32名・女性:8名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

研削盤や治具ボーラーなど様々な機械設備を導入し、充実した製作環境を完備しています。そしてカールツァイス社の三次元測定機をはじめ世界最高精度といわれる測定機を多数揃え、さらに、恒温検査室を社内に設置し、ハイグレードな品質管理体制を整えています。健康経営を通じて、ものづくりにこだわる、お客様第一主義を社員一丸となって実践していきます。

### 健康経営に取り組むきっかけ

会社にとって従業員が健康であることが一番です。また、従業員の健康を促進し、健康な状態で働いてもらい、生産性を上げることの重要性も感じていました。しかし、ノウハウがないため何をどのようにしたらよいのかと考えている状況でした。そうした中、健康経営のセミナーに参加し、そこからアクサ生命の担当者から再度「健康経営」の話聞き、そして社長と相談して取り組むことを決めました。健康経営優良法人の認定を受け、従業員の健康への意識改善や社外へのPRに効果があると期待しています。

### 感染症予防対策・運動機会からのコミュニケーションの促進に向けた取り組み

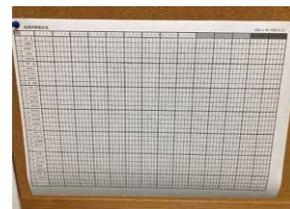
自社の課題を明確にするために、アクサ生命から提供を受けた健康習慣アンケートを実施し、会社全体の課題として「運動不足」が明確になりました。従業員の健康増進のため、まずは毎朝ラジオ体操を実施することから始めました。結果として、健康増進以外にも、従業員同士のコミュニケーションの機会も増えました。また、毎朝ラジオ体操に取り組むことで従業員から「やって良かった！」という声も多く出てきました。しっかりとラジオ体操を実施することでからだをバランスよく動かすことができるので、からだの調子も良くなっていると感じています。そしてもう一つ、感染症予防対策にも会社として力を入れて取り組んでいます。非接触サーモメーターの設置、アルコール消毒、マスク着用の徹底をしています。引き続き、社内ですることを最大限対策することに取り組んでいきます。コロナ禍の中でも健康に課題を持つ従業員も多くいると思います。今後を見据えて、従業員に健康に関する知識を深めてもらいたいと思います。

「アルコール消毒液」と  
「非接触サーモメーター」

ラジオ体操の様子

### 仕事とプライベートの両立が大切

ワークライフバランス(仕事と生活の調和)で、従業員が能力や個性を十分に発揮し、「仕事」も「生活」もともに充実していると実感できる環境をつくることは非常に重要です。そこで、「残業時間集計表」を掲示板に貼り、ご自身でも残業時間を把握してもらい見える化を行っています。残業する場合は必ず申請が必要な状態にもしています。



残業時間集計表

### 喫煙率低下に向けての取り組み

生活習慣病の観点から、従業員の喫煙率の高さも懸念材料です。従来より、受動喫煙への取り組みなどを行ってきましたが、「禁煙してほしい！」という社長の想いから、掲示板に禁煙外来受診時の費用補助などの案内を貼るようになりました。まだまだ結果は出ておりませんが、従業員に啓蒙し喫煙率の改善に会社全体で取り組んでいき、従業員の健康増進に努めていきたいと思っています。

### 今後の展望

私たちの業種では、その日の体調によって仕事の効率は2倍、3倍変わってくると思います。限られた時間の中で、ベストを尽くしてもらうためにも従業員が健康であることは非常に大切です。毎年実施する全従業員との面談時には「健康」についても話をするようにしています。喫煙のことも含め、従業員が健康意識を高め、今後も健康で元気よく長く働いてもらいたい、そのために会社としてできる限りのサポートをしていきたいと考えています。そして今回取り組んだことをしっかりと継続し、定着化に努めていきたいと思っています。

大阪府  
大阪東営業所Voice Report  
100th代表取締役  
西海敏美氏

「日々是研究ノ証」一步先行く対応力を目指して！

- 代表取締役 西海敏美氏
- 本社所在地 大阪府門真市桑才新町32-4
- 主な事業内容 機械部品加工業
- 従業員数 20名

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

人・モノ・技術。全てが連動して成し得る「圧倒的対応力」をモットーに、会社を動かす従業員が宝だと思っております。従業員が健康で幸せである為に継続して健康経営に取り組むことは、スローガンにも掲げている通り「日々是研究」です。

### 健康経営に取り組むきっかけ

アクサ生命の健康経営アドバイザーからアドバイスを貰うようになり、まずはアクサ生命さんのWebアンケートを実施し従業員が自身の健康についてどのように考えているか把握することから始めました。今までの「自身の健康管理は自身で」という考えではなく、大切な従業員の健康を会社がサポートをするのが当然のことと思ひ健康経営に取り組むことにしました。

### 健康で末永く働いてほしい！からこそ健康経営に取り組む必要を感じました。

従業員の素晴らしいスキルを活かして末永く働いて貰うには、健康であるべきと思うだけでなく、従業員自身も感じて行動をしてもらう必要があります。まだまだ先の話ですが将来的には、より一層末永く働いて貰う為に、機械の自動化(IoT導入)による働き方改革を考えております。

### 健康への意識

二次検診100%受診を目指し、健康診断後の声掛けを行っているほか、正社員だけではなくパートの方々にも正社員と同じ基準の健康診断を受けて貰っています。長時間座り続ける作業を立ち作業に変えたり、休憩時間のミニストレッチ等を行うことで、嬉しいことに徐々に従業員の意識が変わってきています。今後は、より一層のヘルスリテラシーの向上の為にミニセミナーや健康情報の提供を加えていきたいと思ひます。



2022年健康経営認定証

ヘルスリテラシー向上に向けた  
健康情報

### コミュニケーションを大切に

アクサ生命さんのストレスチェックやメンタルヘルス相談等を活用していますが、それ以外にも仕事への不安や人間関係での不安などを相談できるようにと、全ての従業員(パートも含む)に月に一度、個人面談をし不安を少しでも取り除く取り組みを実施しています。コロナ前まで行われていたB B Q大会・慰安旅行(海外)では、行先やスケジュールを毎年従業員が決め、楽しさを味わいながらチーム力を身につけているので、健康経営も従業員が丸となって取り組むことができている。



慰安旅行の様子



ヒーリングの為の熱帯魚水槽

### 今後の取り組みと展望

人生100年時代に向けて、全ての従業員が在職中も定年退職後も心身共に健康であり続けられるよう、また「この会社に勤めて良かった」と従業員のみならずご家族の方たちにも思ってもらえるように、引き続き健康経営に取り組んでいきたいと思ひます。



代表取締役社長  
萩原慎太郎 氏

## 「従業員とご家族が幸せになれる会社」を実現するため 健康経営に取り組む

- 代表取締役社長 萩原慎太郎 氏
- 本 社 所 在 地 大阪府大阪市住之江区北加賀谷4-8-37
- 主 な 事 業 内 容 包装用品卸業
- 従 業 員 数 32名(男性:23名・女性:9名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

弊社は、創業から90年を越えて、包装資材に携わってきました。現在では、ESGやSDGsをはじめ、企業が責任を持って未来を守る取り組みへ積極的に貢献するため、「環境性」が注目されています。様々な課題に真摯に向き合い、その解決の為に取り組む企業と並走するパートナーであり続けたい。その為にも、社員一丸となって健康経営に取り組むことが大切であると考えています。

### 健康経営に取り組んだ結果

今回、2回目となる健康経営優良法人認定取得ですが、今回の認定取得に向けての目標は「運動に対する意識が低く、定期的に運動している従業員を40%から60%まで引き上げる」ことでした。

年に一度実施している身体測定会も、今年は2回目ということもあり、測定会に向けて運動を始める従業員が増えました。具体的には、ジョギングや筋力トレーニングをする従業員も増え、昨年ゴルフを始めた従業員は5名もいました。また、大阪マラソンなどの大会に参加する従業員まで出てきました。

食生活に関しても毎日のお弁当の野菜の配分を増やしたりと、目に見えて健康に対する意識向上が見られました。会社としてできることは全力でサポートし、更に健康に取り組んでほしいと思います。

### コロナ禍での社内クラスター発生防止対策

従業員の家族が新型コロナウイルスに感染した場合、会社近くにホテルを借り、従業員の隔離措置を取りました。抗原検査キットを会社で準備し、検査結果が陰性ならホテルから出勤してもらう体制にしました。

一昨年は従業員と従業員の家族にマスクを配布しましたが、今年は抗原検査キットを会社で300個用意し、各従業員の家庭に3個ずつ配布しました。



2019年の社内旅行(北海道)



### 今年はコロナ禍でも…。

健康経営に取り組んでから、社内でのコミュニケーション等、風通しがよくなったと感じています。今年はもっとコミュニケーションを図っていきたく思っているのですが、ずっと中止になっていたゴルフコンペ・慰安旅行・バーベキュー大会など(従業員とその家族も参加可)を、感染症対策を徹底し開催しようと思えます。そういった集まりの中で従業員の家族や子供たちには、弊社がどういった会社なのか見て知ってほしいと思います。また、従業員のみならず、弊社の社員であることに誇りをもって貰えるような会社にしたいです。

### 今後も健康経営に取り組む理由

今、働いてくれている約3分の2の役員や従業員が、先代の時から勤めてくれている人です。その時から働いてくれている幹部や従業員も体を気遣わなくてはいけない年代になってきたこともあり、健康の重要性に気付きました。また、先代からの引き継ぎもままならないまま、急に代替わりした私を当時の従業員が誰一人欠けることなく支えてくれ、とても感謝したのを今でも覚えています。だからこそ、従業員はもちろんのこと、その家族まで幸せにしたい！そう今でも強く思っています。健康経営を通じて従業員には健康で元気に、また、充実した生活を職場でも自宅でも送ってほしいと思います。そして、これからも従業員と共に会社を成長させ、従業員が安心して働ける会社を作っていきたいと思っています。また、定年退職は65歳ですが、本人が希望するなら、弊社ですべて働いてほしいとも思っています。

### 今年の目標

今年は喫煙率低下を目標に掲げたいと思っています。1年間タバコを吸わなかった人には手当を支給しようと思っています。また、禁煙セミナーの開催も企画しています。

大阪府  
大阪東営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
中川敬晶氏(右)  
代表取締役会長  
中川良治氏(左)

世界の暮らしを守り、社会に親しまれる製作所の実現へ

- 代表取締役社長 中川敬晶氏
- 本 社 所 在 地 大阪府大阪市平野区
- 主 な 事 業 内 容 金属製品精密切削加工
- 従 業 員 数 25名(男性:15名・女性:10名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

私達は「世界の暮らしを守り、社会に親しまれる製作所」を実現するため、全世界を常に視野に入れた「誇り高い日本のものづくり」を行い、日本国内に視野をとどめることなく見聞を広げ、世界と戦い続ける力を磨き続けます。

### 知るきっかけは取引先様のホームページ

きっかけとなりましたのは、求人会社から優良法人認定のロゴマークの存在をお聞きしたことです。その後取引先様のホームページで同ロゴマークを拝見したことで更に興味を持ち、本格的に取り組み始めました。

人々の暮らしの中で直接的、或いは間接的に携わっているものを作る私達は、経営理念の中で「暮らしの安全と安心を提供する」としており、そんな私達からまず健康についてしっかり考え、取り組み続けることが大切なのだと考えています。

### 健康経営は「会長の従業員に対する想い」とも合致

昔からよく、「じんざい」の「ざい」は「財産」の「財」と言われますが、弊社会長(上記写真左)は社員に対する想いが人一倍強く、今後もその想いやスタイルは引き継がれます。

しかしながら日本というこの国で生活を続ける以上、生産年齢人口の減少、そして超高齢化の現実揺るがざる事実であり、これからの採用のみならず今いる人財に対し少しでも健康で永く勤め続けてもらえるように環境を整えることも私達の使命の1つと考えています。



リアル桃鉄



金剛山登山

### 弊社自慢は社内コミュニケーション

今般のコロナ禍で社員間のコミュニケーションがなかなか取りづらくなったと言われる中で、弊社の自慢は社内コミュニケーションだと思っています。今でこそ大きなイベント事は控えておりますがリフレッシュとコミュニケーションを兼ねたBBQやボウリング大会、お花見、社員旅行、忘年会や社内オリンピックは社員の発案から企画された内容がほとんどであり、中でもリアル桃鉄(下左)や金剛山登山(下右)は思い出深く、登山では多くの社員が夫婦で参加されました。

### 風通しの良い職場を目指して

私達の職業はものづくりです。コミュニケーションが図れていても当然複数人でもものを作るわけですから考え方の違いや意見の違いは出てくるのが自然です。そんな時は社員のみなさんから「社内改善点の希望」を紙に書いて提出してもらっています。

社員目線での会社の改善点を積極的に出していただき、実現できることは取り入れ改善していくことで一方通行の経営ではなく、風通しの良い職場環境が創出できるのだと考えています。もちろん意見交換に役職は関係ありません。

### 健康経営についての今後の展望

今後はさらに新しいことにチャレンジし続け、ブライツ500取得も目指したいと考えています。それはただ認定されることだけを目指すのではなく、その延長線上に社員のみならずご家族の豊かさや健康をも考えながら企業として成長していくことを目指します。

また世界を視野に入れている以上、世界に向けて奉仕できることも常に考え、発展途上国の子供たちへワクチンを届けるためのエコキャップ運動も継続し続けます。

大阪府  
大阪東営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
細川光裕氏

## 会社の健全な経営には従業員の健康が第一

- 代表取締役社長 細川光裕氏
- 本社所在地 大阪府八尾市北木の本2-9-1
- 主な事業内容 製造業
- 従業員数 46名(男性:23名・女性:23名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022認定

弊社は、1964年に創業し、今日まで工業用ゴム製品および、非金属伸縮継手の製造・販売、そして大型工業用部品の梱包・物流の担い手として確かな技術とサービスをお届けして参りました。この度、健康経営優良法人の認定を受け、健康経営を通じて、更なる進化で既存事業の上に新しい事業開発を目指し、モノづくりを社員一丸となって邁進していきたいと思っております。

## 健康経営に取り組むきっかけ

以前から健康経営のことを知っていたものの、日々の業務もあり、なかなか取り組むまでには至りませんでした。そこで、アクサ生命の担当者との相談をし、取り組みをスタートしたのがきっかけでした。従業員の誰一人が欠けることなく働いていける環境を整備していきたいと思っています。認定取得に向けての項目がたくさんある中、はじめの段階で取り組んでいる部分は、全従業員の一般定期健康診断のみでした。その為、認定を取得できるかという不安は少しありました。

## コミュニケーションの促進に向けた取り組み

仕事、それ以外の時でもコミュニケーション(意思疎通)の部分が大切であるという考えから、会社として特に力を入れて取り組みました。具体的な取り組みでは、「時にはトップダウン、時にはボトムアップ」が大事で一方通行にならないようにと部門ごとにリーダーを任命し、しっかりとコミュニケーションを取ることを意識しています。コロナ禍という状況の中ではありますが、社内コミュニケーションが円滑に取れてきており、社内の雰囲気もかなり明るくなっていると思っています。その結果、より一層ワークエンゲイジメントの部分も向上したと感じています。健康経営は従業員の健康状態良化推進の取り組みですが、この取り組みを社内外へ発信していくことでより会社のイメージアップを図り、さらなるコミュニケーションの向上にも努めていきたいと思っております。

自動販売機の飲み物の費用を  
会社が一部負担感染症対策として、全従業員に  
マスクを無料配布！

## 大切な従業員を守るために

手前みそながら、弊社は「離職率」が低い会社です。健康経営に取り組んだことによって、このような結果にも繋がっているものと思います。また弔慰金や三大疾病に罹患した時の一時金など、福利厚生も充実させています。縁があって弊社で働く従業員には、永く健康で働き続けてもらいたいという想いで会社としてできることに力を入れています。

## 健康に対する意識向上

アクサ生命の「健康習慣Webアンケート」は非常に役に立ちました。生活習慣・ワークエンゲイジメント・家庭満足度など、なかなか普段目に見えていなかったことが、見える化できたことが良かったです。また、毎月頂いているワンポイントアドバイスを給料袋に同封したり、工場の入り口に掲示することで、以前より健康に対する意識が向上していると思います。

左:ワンポイントアドバイス  
右:健康経営優良法人認定証

## 今後の展望

会社として今年が初めての取り組みだったので不安がありました。また、会社側・従業員との温度差もあるので今後改善していく必要があると思っています。ですので、今まで取り組んだ内容を継続すること、そして全従業員に定着させ健康に対する意識を日常化することで、本当の健康増進にも繋がっていると思っています。次年度以降も引き続き認定取得に向けて、全員で取り組んでいきたいと思っております。

大阪府  
大阪東営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
有田三千子氏(左)

社員、家族、社会が健全で明るく社会に貢献します！

- 代表取締役社長 有田三千子氏
- 本社所在地 大阪府大東市曙町2-6
- 主な事業内容 建築業
- 従業員数 8名(男性:6名・女性:2名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

1967年に父が工務店から独立し、この生まれ育った大東市で三住建設を起業いたしました。「建築の知と技で人と地域の楽しい未来を創造します」を理念に、創業当初は依頼内容をえり好みせず、いただいた仕事を誠心誠意行っているうちに、お客様も増えてまいりました。後を継いだ兄が退職し、私は迷わず後を継ぎましたが、建築については素人で知識はゼロ。そんな中、私を支えてくれたのは社員のみみなでした。私が今、社長として充実した日々を送れるのも本当に社員のみみなのおかげと思っています。

### 健康経営は良いことしかない！ 目指すものの先に健康経営があった

昨年の4月に経営者仲間のセミナーに参加した際、「健康経営」を初めて聞き、知りました。話を聞き、「私が目指しているものの先には、この取り組みは必ず必要となる！」と思ったのがきっかけでした。また、すでに会社として取り組んでいたことが、健康経営優良法人認定の項目に多く当てはまっており、認定取得に向けて具体的に動き出していくことにしました。私をこれまで支えてくれた社員の健康や幸せは私の幸せでもあります。それを実現するためには「健康経営」は良いことしかないと思います。

### 社員、家族、社会が健全で明るく社会に貢献します！

まず最初に「健康経営」の理念として「社員、家族、社会が健全で明るく社会に貢献します」と設定し、少しずつ取り組みをはじめました。具体的には、「禁煙の促進」、「社員の食生活改善への呼びかけ」などを実施してきました。毎月、宿題を決めて取り組んできました。初めての取り組みということもあって戸惑うことや時間がないなど難しいこともありました。社員のみみなにより健康になってもらうための新しい学びだと思い、ポジティブにとらえることができたため、最後の申請書まで楽しく取り組むことができました。



階段に消費カロリーを表示

コンビニエンスストアの食べ物、飲み物のカロリー、糖分量をまとめたものを表にしました。



### 問題点を把握し健康に対しての情報提供

社員全員に健康に関するアンケートを取り、個々の問題点などを把握し、社員全員に健康に関しての情報を共有することにしました。食生活の面では、社員がよく利用するコンビニエンスストアの食べ物や飲み物のカロリーをまとめたものを表にしました。またウォーターサーバーも設置し、会社から支給していた食べ物や飲み物も低カロリーのものに変更しました。

運動に関しては、階段に消費カロリーを表示し、運動への関心を高めてもらうようにしました。

### コロナ禍でもコミュニケーションが向上した

コミュニケーションの促進に向けて毎年4回の「食事会」を開催していましたが、コロナ禍で開催できなくなりました。また、週一回、月一回の定期会議もやめざるを得ない状況になりました。それだけでなく現場は孤独になりがちです。そうしたなかでコミュニケーション不足を心配していましたが、逆に、会議で言えばいい、後で言おうではなく、会ったその場で、各々がすぐに伝える、お互いに一歩踏み込んで興味を持って聞くことで、お互いに認知されているという気持ちが強くなり、コミュニケーションが向上したと思います。

### 今後の課題と展望

建築業には必ず工期というものが、残業や休日出勤はある程度仕方ないという考えもありました。しかし、これを改善するため、今まで手計算だったものをIT補助金を使い計算ソフトを導入しました。このように会社が意識を変え、発信し続けることで現場での意識も変わり残業も徐々に減ってきました。

今回、社労士と顧問契約もしました。けれどもまだまだ改善していけるところは意欲的に取り組んでいきたいと思っています。社員の喜びは私の喜びです。今後も社員とともに発展していける企業でありたいと思っています。

大阪府  
 大阪東営業所

 Voice Report  
 100th

 代表取締役  
 楠本光晴氏

## 人の「チカラ」で未来を「カタチ」にを実現するために

- 代表取締役 楠本光晴氏
- 本社所在地 大阪府東大阪市楠根3-7-4
- 主な事業内容 製造業
- 従業員数 152名(役員2名(男性2名)  
 正社員133名(男性95名、女性38名)  
 パート及び嘱託社員17名(男性8名、女性9名)

 健康経営優良法人 2022認定  
 中小規模

 健康経営優良法人  
 2022 認定

弊社は一般産業用ガasketの販売を目的とし、1978年6月に個人商店として創業しました。1996年10月に法人を設立し、本格的にゴムやジョイントシートの社内加工を開始、2013年からはプラスチックの加工にも取り組み、現在に至ります。国内製造拠点は4カ所(大阪・東京・名古屋・神奈川)、営業拠点は5カ所(大阪・東京・名古屋・神奈川・福岡)で、お客様のニーズに迅速かつ安定して対応できる体制を整えています。法人設立当時は10名程度だった社員も今では150名あまり。昨年度から取り組んでいる「健康経営」を通じて、社員のワークエンゲージメント向上に努めていきたいと思ひます。

## 健康経営に取り組むきっかけについて

2、3年前から健康経営に本格的に取り組み始めました。協会けんぽ大阪支部が健康宣言への取り組みに熱心で、何度も案内を目にするうち、弊社でも挑戦できるレベルなのか調べてみると、思ったほどのハードルの高さではなく、もう少し頑張れば、無理なく健康経営優良法人の認定を頂けるのではないかと考えたからです。弊社のビジョンの一番の要として「ワークライフバランスの充実」を置き、社員がより働きやすく、満足できる職場環境を目指していきたいと思ひます。

## もっとも力を入れている「社員教育」！

弊社として最も力を入れていることの一つとして、「社員の教育」があります。安全に関する講習会はもちろんのこと、身体的な健康だけではなく、精神的な健康も重要と考えて、メンタルヘルスに着目した講習会を3ヵ月に1回、実施しております。また、大阪商工会議所主催のメンタルヘルスマネジメント検定の受検を奨励することにより、多くの社員が挑戦するようになりました。特に管理監督者にはラインケアの理解が必須で、部下の「いつもと違う」に早く気付くことが重要です。

## 具体的な取り組みについて

2020年3月に弊社は中小企業の製造業としては日本で初めて労働安全衛生マネジメントシステムISO45001の認証を受けました。安全で快適な職場環境の構築への意識は醸成されてきたと思ひます。次のステージとして、働く人々がワークライフバランスを充実させて、よりいきいきと働けるよう取り組むことにしました。その一環として、35歳以上の社員の人間ドックの費用を一人年10万円まで補助する、19時に自動的にパソコンを停止させて、残業時間を抑制するシステムの導入などを行っています。



社員研修の様子

社員旅行時の集合写真



## 喫煙率の改善に向けて

今年の4月から「成長支援評価システム」という新たな人事制度を導入しました。仕事に直結する成長はもちろんのこと、それ以外でも何か目標をもって取り組むということで、喫煙者には例外なく禁煙を勧めています。今後1年以内に実現できるように会社としてもしっかりとサポートし、自分だけで禁煙の難しい社員には禁煙外来の費用も支援する予定です。

## 今後の展望

社長含め社員の健康あつての会社です。会社の利益と社員のプライベートをバランスよく経営していく為にも、社員の健康が非常に重要であると考えています。これからもワークライフバランスを意識しながら、社員に気持ちよく働いてもらえるよう力を入れていきたいと思ひます。社長として社員の幸せを願っています。そして、健康経営の推進により、体・心そしてワークエンゲージメントの更なる改善・向上を図っていきます。

代表取締役社長  
稲葉壮平氏

「技術立国の基盤である設計を業務として社会に貢献する」  
それは従業員の健康があってこそ実現できること

- 代表取締役社長 稲葉壮平氏
- 本 社 所 在 地 大阪府東大阪市西堤本通東1-1-1  
大発ビル4F
- 主 な 事 業 内 容 機械設計・製図業
- 従 業 員 数 25名(男性:15名・女性:10名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

弊社では40年にわたり様々な分野の機械・装置設備の設計及び図面作成業務に構想段階から携わり対応して参りました。業務上大切にしている「大胆な発想」や「遊び心」といった思考を生かし、健康経営の取り組みそのものをアイデア次第で楽しめるものにしていきたいと考えております。

### 「健康経営」に取り組むきっかけは保険の加入から

事業承継をしたタイミングで保険に加入することになり、その加入先であるアクサ生命から案内を受けました。「健康経営」という言葉をそこで初めて耳にしましたが、従業員の健康が将来的に会社の生産性の向上に繋がるといった考え方と、それらがどのように外部へのPRに繋がっていくのかといったところに関心を持ちました。また、健康は大切だがどんな取り組みから始めればいいのか？といった疑問点にはアクサのサポートを活用出来るといったところに後押しされました。

### 40歳を迎えて感じた身体の変化 若い従業員に健康の大切さを伝えたい

若い内は健康というものを当たり前だと感じる事が多く、なかなかその大切さに気付きません。実際に私もそうでしたが40歳を迎えた頃、あるケガをきっかけにその大切さを痛感しました。

小指をけがした際にあまりに治りが悪く、内科で検査を受けることになりました。その結果、自身の健康状態が良くなかったことで治療に時間がかかってしまったことを知りそこから投薬治療が始まりました。もっと早くに自分の健康を気にかけていれば、と感じた瞬間でした。また、同僚として働いていた従業員がメンタル不調から休職したことは心の健康を意識するきっかけになりました。もっと早く自分が関与していれば休職するまでには至らなかったのではないかと会社の業務体制の中にも原因があるのではないかとなど身体だけではなく心の健康の大切さというものをひしひしと感じていたところ、健康経営の取り組みと合致する部分が多いのではないかと気づき、まずはトップダウンの発信を心掛けました。

社内に設置した  
飲み物専用の冷蔵庫

### いま話題のモルック (フィンランド起源のスポーツ)



### これまでの取り組みと今後の課題

我が社では感染症予防対策としてアルコール消毒の徹底、残業時間を減らすこと、有給休暇を取りやすい環境の整備などワークライフバランスの向上を意識した取り組みを行ってきました。

そんな中、健康診断の重要性を感じていたためこれまでも二次検査受診の働きかけをしておりましたが、なかなか結果に結びついておりませんでした。

今後の課題としては従業員それぞれのヘルスリテラシーの向上をはかった上で定期的な受診勧奨を行い、再検査の受診100%を目指しております。

それに加え女性従業員が増えてきた中で婦人科検診の充実や育児在宅勤務など働きやすい環境の整備が必要だと考えております。

### 健康を意識した取り組みを継続するために

コミュニケーションの大切さを感じながらもコロナ禍ということもあり従業員が直接集まる機会を持つのが難しい中ですが、

- ・個人それぞれのウォーキングの歩数を競う
- ・モルックというフィンランド発祥のスポーツの実施など状況を見つつ実施できるよう企画を立てています。

また飲み物への意識を持ってもらうため、社内に飲み物専用の冷蔵庫を設置。水やお茶をはじめ野菜不足を少しでも解消してもらえるよう糖分を控えた野菜ジュースを常備するようになりました。

まずは会社から発信されたことの中から健康への気づきを増やし、簡単に取り組めることが習慣化することを目標としています。運動や健康への意識づけが当たりまえになるように良いと思えることは積極的に取り入れ、仕事と健康の両立を楽しんで取り組める環境を作っていきたいと考えております。



会頭  
濱崎忠親 氏

「社会一般の福祉の増進に資する」を実現するために

- 会 頭 濱崎忠親 氏
- 所 在 地 大阪府泉佐野市市場西3-2-34
- 主 な 事 業 内 容 地域総合経済団体
- 職 員 数 13名(男性:9名・女性:4名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

泉佐野市は大阪市と和歌山市のほぼ中間に位置し、繊維産業が盛んな泉州地域のなかにおいても、タオルの生産が盛んな地域です。ブランドである「泉州タオル」は国内タオル生産量の47%を占めております。また、関西国際空港の開港などに伴う人口の増加とともに商業・サービス業も盛んになっています。当泉佐野商工会議所は世界と日本を結び国際都市としてのまちづくりに会員企業と取り組んでいます。

### 会員への健康経営普及にはまず商工会議所から

当所は2021年・2022年と2年連続で「健康経営優良法人」の認定を受けることができました。此のきっかけはアクサ生命の健康経営アドバイザーから「これからの時代をリードするには、健康が一番重要である」ことをご紹介いただいたことです。また、職員が自ら健康増進を努めることで会員事業所にもPRを行い「従業員の健康管理が如何に重要であるか」をご紹介させて頂くことに繋がるようになりました。

### 職員自身の健康についての意識向上から始めました

まず、健康経営の第一歩として「職員自身の健康意識向上」を取り組みました。健康意識向上には職員が自身の健康診断結果を認識することが最も早く、最も大切なことであると考えて健康診断を確実に全員実施できるよう取り組んでいます。そのため毎年1週間程度の短期間で1日当たりの人数を決めて全員の受診状況を管理し受診結果による再受診の勧奨も行い、健康意識の向上に努めています。また、職員の当所会館内のエレベーターは経費の削減も考慮しておりますが、最大の目的は健康管理のために利用を控えて階段をできるだけ歩くことを推奨しています。さらにアクサ生命の「健康習慣アンケート」に全職員が回答し、アンケートの結果についてアクサ生命の健康経営アドバイザーから説明を基に健康習慣改善に役立てています。



ワクチン職域接種の様子



健康増進(ウェルネス)事業の案内

### 受動喫煙、コミュニケーション良化にも取り組んでいます

最近の受動喫煙が社会問題となっている中で、当所においても事務所の目立つところや公用車内などに大阪府制作の受動喫煙禁止ステッカーを貼り、働き手の生活環境を守る活動を実施しております。また、メンタル対策として職員間のコミュニケーションの良化にも力を入れております。ここ2年はコロナ禍により実施できていませんが、毎年職員旅行を企画し「天橋立旅行」や「和歌山白浜旅行」「吉本新喜劇観賞」などを実施し、全職員参加の元コミュニケーションの良化を図っています。

### 職員のみならず地域社会のためにも コロナ感染拡大防止への対応をしました

当所ではコロナが大変猛威を振るい、会員企業や家庭で感染者が多数発生したことを受け、厚生労働省から企業の職域接種について強く依頼がありました。当所役員会で会員企業の役員・従業員・関係者の健康管理と救済に役立つことからコロナワクチン職域接種の実施を決定し、第1回目・第2回目を合計し3400名の接種を行いました。令和4年も第3回目の接種を実施する予定で会員企業の健康管理に努めます。また日常的な感染防止策として、アクリルスタンド設置による会議の実施や珠算や簿記の検定試験運営時のフェイスシールドの利用、また、消毒液の設置や検温器の活用等積極的に職員のみならず会員・受験生の健康管理にも心掛けております。

### 地域社会の発展に貢献していきます

商工会議所定款にも「社会一般の福祉の増進に資する」と謳われており、『健康経営』も今後会議所事業の柱と位置づけ、職員の健康管理と合わせて会員事業所の健康管理も特に重要と位置付けております。当所事業では健康増進(ウェルネス)事業を実施しており、①健康診断②スポーツ施設(ゴルフ・テニス・マシンジム)割引利用③温浴施設割引利用等会員事業所の福利厚生にも役立てております。商工会議所の社会的責務は大変重いものですが『健康経営』を今後も啓発し地域社会の発展に貢献して参りたいと存じます。

大阪府  
大阪南営業所Voice Report  
100th常務取締役  
高石公恵氏

## 経営サイドだけでなく全員で意識する健康経営

- 代表取締役社長 高石和幸氏
- 本社所在地 大阪府貝塚市二色南町
- 主な事業内容 プレス用金型・耐摩耗工具等の製造
- 従業員数 43名(男性:27名・女性:16名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

当社は1954年に創業を始め、南大阪の地場産業である伸線用ダイスの製造販売を行ってまいりました。現在は超硬質合金を用い耐用工具等の製造に特化しており、常にお客様のご要望にお応えできる経験と工夫そして情熱を持って製品を製造しております。創業以来の社訓でもある「信義」は責任・努力・工夫を惜しむことなく製品に注ぎ込みお客様のご期待にまっすぐ見つけ合う社風を創造しております。

## 従業員の健康を意識させてくれた恩人がいました。

当社が従業員の健康に取り組むようになったのはある出来事からでした。それは、当社の健康診断の委託先の病院の医師より結果通知書ができたから取りに来るようにとの連絡があった時のことです。ちょうど忙しい時期だったので「明日にしてい」と返事したところ、その先生から大切な従業員の健康診断の結果よりほかの業務優先するとは何かとこっぴどく叱られたということがありました。従業員の健康保持についての意識が弱かったと大いに反省し、これを機に真剣に取り組むようになりました。大切なことに気づかせてくれたこの先生はもうご他界されましたが今でも感謝しております。

## 食生活の取り組みに力を入れています。

具体的な取り組みとしてはまず、食生活の改善の取り組みを行っております。当社ではせめて会社にいる時間の食事は健康に意識したものを摂取してほしいと会社で斡旋している給食の半額を負担して1食260円で提供しております。給食会社でもらう献立表に栄養価を表示してもらい意識してもらっています。自宅から弁当持参していた従業員も栄養バランスがよいとのことで給食に切り替える方が多く今では9割の方が給食をとっております。次に「飲み物」に対する取り組みです。カロリーや糖質表示のポップを作成し自動販売機に直接貼り甘い飲み物の購買意欲を削ぎ、ヘルシーな飲料へ意識を向けるように視覚から訴えることができました。また野菜ジュースの販売価格を通常価格の半額50円にして残りを会社負担としヘルシージュースへの関心を高めることもできました。

カロリーや糖質表示の  
貼られた自販機一人一冊配布の  
健康ファイルの表紙一人年に一冊の「健康ファイル」で  
健康の意識づけを行っています。

健康経営は経営サイドだけが意識していても従業員を含めた会社全体が意識していないと健康意識向上につながりません。そこで、当社が何よりも大切にしているのが健康に対する意識づけです。従業員が常に健康に対し意識するように一人に年度ごとに一冊の健康ファイルを配布致しました。まず、その表紙には、その年の会社の健康経営目標が記載されています。これはどんなに素晴らしい健康目標を立てたとしても全社員で共有しないと意味がないと考えたからです。よって表紙に会社目標を持ってきました。次にその従業員が自ら立てた年間の目標を入れ、さらに次ページ以降は毎月配布する健康アドバイス情報や、その従業員の年齢層に応じたバランスのいい食事の情報等都度そのファイルに入れていきます。そしてその従業員の健康診断結果通知書も自分の数値が平均値との比較してどこに位置しているのかも確認をできるようにデータ化してそのファイルに入れております。このようにして今まで配布してもその時の一時的な意識向上に終わっていたものが継続した意識づけに変化していったと思います。こうしたファイルの取り組みの成果として2021年は健康習慣アンケートの結果から判明した「飲み物」の摂取に関しての無関心層を43%から33%へ10%の削減を目標としておりましたが左述の自販機の取り組みとの相乗効果で目標を全員と共有でき意識した結果見事達成することができました。

今後もさらなる健康経営の取り組みと  
ほかの取り組みにも派生させていきます。

当社では現在73歳の従業員が日々作業日誌をつけて技術力を磨いてくれています。このように高い技術力で信頼をいただいている当社にとって今後の少子高齢化社会を迎えて何より今の従業員にはできるだけ永く勤めてほしい。そして技術を継承し会社にも社会にも大いに貢献してほしいと思っております。その為には何より健康でなければなりません。今後のさらなる健康経営の取り組みとして運動の習慣化を考えています。現にスポーツジムに通う人が増えてきているため、これをチャンスとして捉え、年に一回会社で「体力測定会」を開催して意識づけをさらに広げたいと考えています。また、最近では健康経営の取り組みを行っていくうちにそれ以外の従業員に対する取り組みにも派生しております。例えば、災害時のBCP策定にも影響を与えてくれています。

(株)ダंक社長  
加藤二郎氏

## 「コミュニケーションを大切に」「従業員を幸せに」

- 代表取締役社長 加藤二郎氏/新堂 学氏
- 本 社 所 在 地 大阪府岸和田市春木若松町
- 主 な 事 業 内 容 携帯電話回線販売業
- 従 業 員 数 2社合計 72名(男性:26名・女性:46名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

わたしたちは大阪南地区で地域に密着し、主に携帯電話を提供している会社です。株式会社ケー・アンドエスはソフトバンクショップ等を展開し、ドコモショップを専門的に展開しているのが株式会社ダंकです。グループ会社2社で一丸となって、社会に貢献できる人財の育成を「で愛」「ふれ愛」「お付き愛」を合言葉に探求し続けています。

## 健康の大切さを経営サイドが痛感しています。

我々はおかげ様で健康経営優良法人を2年連続で認定されました。これは、ダंकの社長でK&Sの顧問でもある加藤が率先して創業以来従業員の健康に取り組んできたことが大きく貢献していると思っております。かつて加藤自身が大病を患いました。そして健康が何より大切であることを痛感しました。特に当社は年齢が若い社員がたくさんおりますが、若い社員はすぐに体に変調をきたさないの、健康の意識も低くなりがちです。加藤は自分の経験から若いうちから健康を意識すべきだと考えて取り組んで参りました。

## さまざまな健康経営に取り組んでおります。

始めに健康診断の取り組みと致しましては、かつて健康診断の運営を各店舗に任せていた時期がありましたが、店舗によって勝手に受診しないと決めて誰一人受診していなかったということがありましたので、それ以降本社で一括管理運営することにしました。今では全社員100%実施しております。健康診断結果についても結果の概要や課題等について店長会でフィードバックし全体に共有しています。店長会では他にも「正しい睡眠の取り方」など健康テーマを決めて勉強会を実施しています。また、喫煙率の低下に向けた取り組みと致しましては、禁煙の報奨金制度を導入致しました。「禁煙宣言をすると1万円、1年後にやめられていたらさらに1万円を支給する。」としました。ほかに、インフルエンザ予防接種の全額会社費用負担や24時間電話健康相談窓口の利用、メンタルサポートサービスの周知など様々な取り組みをしています。



社内目安箱



社内報の1ページ

## メンタル対策には日々のコミュニケーションづくりを大切にしております。

店舗によって社員が分散しているわたしたちにとってコミュニケーションづくりは最も重要な取り組みです。コミュニケーションの取り組みは四つあります。まず一つ目は、全店舗の従業員が集まって年に2回の親睦会を開催しております。(※コロナ禍においては政府・自治体からの発令にしたがい臨機応変な対応しています) 普段、全く交流のない店舗の従業員同士とのコミュニケーション作りの場となって、わたしたちが最も一体感を得られる場です。二つ目はコミュニケーションツールとして「社内報」に力を入れています。4部門の従業員から一人ずつ2年任期で編集者を選定し、約20ページに亘る社内報を毎月発行しています。内容は会社の方向性、各店舗の創意工夫、お客様の感謝の言葉などの情報共有はもちろん、各スタッフの日々の日報で参考になるものを顔写真付きで掲載して、考え方や思っていることをほかの方に理解してもらうようにしています。さらに、その月に誕生日を迎える方に感想や抱負を述べてもらったり、お題を決めて俳句を投稿していただいたりと工夫をしております。三つ目は目安箱の設置です。匿名でもどんな意見でも投稿しても構わないとしています。投稿された意見は必ず回答すると約束しています。原則は社内報にて回答することとしていますが、希望があれば個別に回答することも可能としています。胸の中に残さず言える場として提供しております。四つ目は新入社員に入社と同時に社長直通ダイヤルを名刺サイズにして直接、手渡ししています。社内では救急車を意味する「アンバランス」と呼んでいます。新入社員に悩みは尽きものですが上司や先輩、同僚にも相談できないこともあるでしょうから、そんな時にかけてきなさいと渡しています。実際に使用するかどうかは別としても最高責任者と相談できる仕組みがあることで安心感につながっているようです。このようなコミュニケーションの取り組みをしています。

## 従業員に幸せな人生を送ってほしい。

従業員には健康で永く勤めてもらいたいと願っておりますが、残念ながら早期に退職される方もいます。退職後の様子が気になっていると風の噂であまりよくないことを聞く時があります。その時はつくづく辞めさせるべきではなかったと後悔します。今後も健康経営をもっと取り組み、従業員に幸せな人生を送ってほしいと願っています。

大阪府  
大阪南営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
河本賢一氏

## 建設業ならではの健康経営に取り組んでいます

- 代表取締役社長 河本賢一氏
- 本社所在地 大阪府枚方市招提南町
- 主な事業内容 土木工事の設計、施工並び請負業
- 従業員数 13名(男性:10名・女性:3名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020~2022 3年連続認定

当社は日夜、技術が進化する中、建設業界でも環境やコストマネージメント、品確法、循環型社会の形成、ISOマネージメントシステムといったニーズに応じた進歩にこれからの技術者としては柔軟に対応していかなければならない中、自分たちでできる事から始め、確実に一つ一つを網羅し、次世代に続く様に建設業界の発展を目指し、地域・地区に貢献できる会社を確立したいと思っております。

## 従来より取り組んでいたことの証にしたいと思いました。

当社は昭和57年に創業以来『全社員と共に喜び、苦しい時ともに助け合い目的を共有し共に成長して行く会社となり地域社会に貢献する』を経営理念として掲げて40年間従業員とともに歩んできました。それが故に従業員の健康に対する取り組みは以前から行っておりました。たまたま、2019年に社長が出席した商工会議所青年部の集会時にアクサ生命の営業社員から「健康経営優良法人認定」という制度があると聞き、当社が取り組んできたことを形にして証とすることになると知り挑戦することとしました。

## 健康診断結果を基に社長が面談します。

当社において健康診断は重要な健康経営の取り組みの柱です。絶対に忘れないようにするために、健康診断の実施日は毎年7月7日と決めてあります。毎年同じ日なので従業員もいちいち確認することもなく早くから業務の日程調整をしてくれて受診できないということがなくなりました。事務サイドも労務関係の書類に健診日を記載するときにカレンダーを確認する手間がなくなるという副産物もできました(笑)。返送された健康診断結果は社長がすべて目を通し一人ひとりと個別に面談しアドバイスをしております。社長が把握しているので、治療が必要となった場合の通院は最優先すべき業務として配慮されます。よって安心して治療に専念できるとの声が多くなっています。また健康診断の意識だけに終わらせないようにヘルスリテラシー向上に毎月の全体会議を利用して、健康づくり担当者から時節にあった健康テーマをひとつ選定し健康情報を提供しています。



当社自慢のスタッフ

熱中症対策の準備物  
移動用冷蔵庫

## 建設業はコミュニケーションが何よりも大切です。

建設業においてはコミュニケーション不足による関係ミスはメンタル不調だけでなく命の危険にもつながります。特に当社は危険予知(KY)を大切にしています。仕事が始まる前に必ず今日の作業内容や予測される危険情報を業務用のラインで送り合いコミュニケーションをとっています。また、ホームページに掲載する動画作成も各自の意見を聞きコミュニケーションをとる機会に利用しました。今後もコロナ禍で懇親会等実施できない工夫をしコミュニケーションをとってワークエンゲイジメントを高めたいと思います。

## 建設業ならではの様々な課題に取り組んでいます。

当社のような建設業では昨今の夏場の気温上昇における熱中症対策を怠ることはできません。移動用冷蔵庫の中にお茶、OS1なども完備し、塩分補給の飴やタブレットも準備しており万全を期しています。次に喫煙率低下の取り組みと致しましては、枚方市の禁煙支援事業(禁煙外来費用の補助)を活用して禁煙を促進しました。2人禁煙外来に通院して見事2人も卒業証書を手にいたしました。そして、コロナ禍における感染防止対策については業界の「安全協力会」を利用しました。特に市中にマスクや消毒液が消えて手に入らなかったときは安全協力会を通じて手当てができました。また、安全協力会では年に一回安全大会を催してイスに座りながらできるエクササイズ講習会など開いてもらいました。

## 理想に向かって地道に継続していきます。

当社が最終的に目指す理想は健康診断の結果通知書が返ってきたときに「誰にもどこにも指摘項目箇所がない」という状況もしくは「ここ何年も誰も病院に行っていないなあ」という言葉を発する状況になればいいと願っています。その理想に少しでも近づいていけるように今後も現在やっている各取り組みを地道に継続発展していきたいと思っております。また、実はやりたかったけどコロナ禍で実現できていないことが「スポーツジムへの参加」です。早くこの事態が収束しそういったものに取り組めるようになることを願っております。

大阪府  
大阪南営業所代表取締役社長  
榎宜田幸江氏

泉州で一番おもろい製造業目指します

- 代表取締役社長 榎宜田幸江氏
- 本社所在地 大阪府泉佐野市羽倉崎
- 主な事業内容 他産業機械装置製造
- 従業員数 30名(男性:27名・女性:3名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022認定Voice Report  
100th

当社は1965年に創業以来、顧客の満足を得るために日々加工技術の向上に努めてまいりました。2004年のISO9001認証取得後はISOの基本を業務取組の柱とし、「少し安く、少し良い商品を作り顧客に満足してもらえる活動を行う」を品質方針に掲げております。今後も多様化するお客様の要求に応える為に技術を磨き、チームワークを生かした泉州で一番おもろいものづくりの会社としてチャレンジしていきます。

### 技術力でご信頼いただいている会社だからこそ、健康経営に取り組んでまいりました。

当社は、現会長である先代社長がたった一人から始めて、技術力を日々向上させることで、半世紀を超えてお客様からのご支援ご信頼をいただき続けております。当社にとって従業員の技術力はまさしく宝といえます。そんな大切な従業員の身体とこころの健康を守ることは経営そのものであると考え取り組んでまいりました。そんな折、当社の社長が「最も目指したい会社」として目標にしている会社から「『健康経営優良法人認定』を取得したが貴社にとっても最適な認定制度なので挑戦してはどうか」と勧められ、アクサ生命の担当者を紹介していただき、当社の取り組みが本格的に始まりました。

### 健康診断には万全のフォロー体制で臨んでいます。

健康診断は様々な取り組みの中でも最も力をいれています。一般健診だけでなく、近年増加傾向にある癌の早期発見の為にオプション検査への受診を促し、費用の3割を会社で負担しています。全従業員にオプション専用申込書を作成配布し、申込み易くしております。また、健康診断の結果をもとに全従業員に対して連携している地域の産業医より面接指導をしていただいております。(コロナ禍の昨今は意見書を発行し、従業員へ配布。)健康診断だけでなく、健康に不安があった際に相談しやすい環境であります。というのも社長自身が看護師の資格を所持しており、総務と連携しながら働く人々へ、日々万全なフォロー体制を心掛けています。

オプション検査の受診を促す  
専用の申込書煙が漏れないように  
改築された喫煙所

### コロナ禍におけるコミュニケーションの活性化に工夫をしています。

コロナが猛威をふるう以前は花見、忘年会、バーベキュー会などコミュニケーションを取る機会をたくさんとっていましたが、今はそれができないのが現状です。月曜日の全体朝礼、毎日実施する各係別の朝礼、加工打ち合わせ、毎朝、会長、社長で社内の巡回を行い挨拶運動を実施。コミュニケーションの活性化を図っています。社内の連絡をスムーズにするため「LINE WORKS (LINEの業務版)」や「サイボウズ」を導入。対外的な業務が必要な人へはスマートフォンの支給。zoomなどのオンライン会議を活用し、社外とも情報の共有化および意見の吸い上げを行っています。

### 他にも様々な取り組みを行っています。

そのほか「食生活への取り組み」は7割の方が注文される390円の弁当を提供し、食事手当ては正社員全員に200円/回を支給されます。最近では持ってきたお弁当を温められるように、電子レンジを導入しました。熱中症対策としては、工場内へエアコンを完備し、冷水器や夏には塩分補給のタブレットを提供しています。運動機会の増進については、毎朝始業前にラジオ体操を継続。喫煙所と現場トイレを昨年改築しました。和式のみだったトイレは和洋式トイレを一つずつ増設、煙がもれない完全分煙するなど、働く環境を整える為に様々な取り組みを行っています。

### 信頼し合うチームワークを発揮し 泉州で一番おもろいものづくりの会社になります。

今後の取り組みとしましては、社内の合言葉である「ものづくりを楽しむ」と「健康経営」を融合していきます。具体的には身体を動かす習慣をつけていきたいです。それには製造の技術を活かして、従業員と一緒に手軽にできるトレーニングマシンを作り、自分たちで作ったマシンを使うことで「楽しみながら運動でき、習慣化につながる」と考えています。わが社の強みは周りの人を気遣えるコミュニケーション力。信頼し合うチームワークを発揮し、いきいきとした健康経営を目指します。そして当社の経営指針である「泉州(大阪府南地区)で一番おもろいものづくりの会社」を従業員とともに達成したいと考えております。

代表取締役社長  
西原みゆき氏

## 美容業を通じてお客様も、従業員も幸せに！

- 代表取締役社長 西原みゆき氏
- 本社所在地 兵庫県神戸市中央区
- 主な事業内容 美容室経営
- 従業員数 8名(男性:2名・女性:6名)
- 加入健保名 協会けんぽ 兵庫県支部

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020~2022 3年連続認定

健康経営を始めたきっかけは、「美容師はいい仕事、お客様に喜んでもらえる素晴らしい仕事」であるにもかかわらず、短い期間でやめてしまう多くの美容師の姿を見て、「美容師の働く環境の改善」に、美容師として、そして経営者として取り組みたいと思ったからです。2022年認定で3回目となりますが、「美容師になってよかった」という声をもっとたくさん聞くために、2023年も認定にむけて取り組んでまいります。

## 「こころ」や「からだ」の状況が、お客様に伝わってしまう

美容師は、一人のお客様との接触時間が長く、そして互いの息遣いまでわかるほど近い位置でのサービスを行います。当然、疲れていたり、悩みがあったりして元気がないとお客様に伝わってしまいます。

美容師はお店に来てくださったお客様に美容を通じて幸せになっていただくのが仕事です。お客様に「元気がないね？」などと言われるようでは本末転倒です。美容師は「こころ」も「からだ」も元気でないとダメなんです。

## 「自己管理」は、プロ美容師としての必須条件

自らの健康管理、モチベーション管理は、将来プロ美容師として独立していくために、とても大切な要素です。

「こころ」の乱れや、「からだ」の不調は技術の習得やスキルアップのスピード、マインド面での成長にも大きく影響します。

「こころ」や「からだ」の乱れに配慮した環境を整えるとともに、売上向上のためのセミナー受講や店長マネジメント講習など、生産性向上・キャリアアップへの支援も充実させ、美容師としての成長・独立を応援してまいります。



スタッフの家族を招いたバーベキューを実施したり、社員旅行などスタッフ間のコミュニケーション向上を意識したイベントを実施したりしています。スタッフもとても喜んでくれ、離職防止やリクルート時の差別化に役立っています。

## 「従業員の幸せとは？」 こころ・からだ・お金

「安心して働ける職場」には良好なコミュニケーションが欠かせません。いわゆる「ハラスメント」も相互理解の欠如から生まれてくるものではないかと考えます。仲間との相互理解を深めるために、家族を招いたバーベキューや社員旅行などを行いました。おかげで、みんなとっても仲良し。ハラスメントもありません。

プライベートでは、家族時間や自己啓発・リフレッシュのために休日も増やし、待遇についてもよりよい評価制度を構築し、経済的にも豊かになってもらいたいと考えています。

## 大切な社員の成長とともに、会社も成長したい

美容師を育成することを理念の一つに掲げて立ち上げた会社です。専門学校を卒業し、夢に満ち溢れた美容師の卵たちを、基本から教育し、プロとして独立させ、同時に経営者として成長していきたいと考えています。

そのためには、美容師を労働者ではなく「人的資本」と考え、根気強く教育し投資し、育成していく必要があります。健康経営の考え方にに基づき、美容師一人一人の価値を高めるための取り組みを継続していきたいと思ひます。

## 「健康経営」を美容室経営のスタンダードに！

2020年に健康経営優良法人認定を受けたとき、兵庫県では美容業界(美容室経営)で初の認定企業となりました。2022年、3度目の認定を受けましたが、他の美容室さんが認定されたという情報はありません。

兵庫県での認定企業の1社として、そして兵庫県美容室初の認定企業として、健康経営優良法人認定取得が今後の美容室経営のスタンダードとなるよう、美容ディーラーさんなどのお力も借りながら、微力ですが情報発信し、貢献してまいりたいと思ひます。

兵庫県  
神戸FA支社Voice Report  
100th代表取締役社長  
谷 義彦氏

すべては「美しく貢献する」ために

- 代表取締役社長 谷 義彦氏
- 本社所在地 兵庫県神戸市西区伊川谷町
- 主な事業内容 美容ディーラー業
- 従業員数 30名(男性:25名・女性:5名)
- 加入健保名 協会けんぽ 兵庫支部

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020・2022 認定

わが社は創業56年の地域美容ディーラーです。「美しく貢献する」を経営理念とし、お客様に貢献し、必要とされる存在感(しあわせに貢献できるしあわせ)を喜びとしています。私たちが、お客様に貢献し、必要とされるためには、社員全員が自分自身のウェルビーイングを実現し、「心の美意識」をもって心豊かにお尽くしできることが大切です。「健康経営」は社員のウェルビーイング実現のための最高の手段です。

### すべては社長本人の体験から

かつて私自身が肥満体で、ダイエットで人生が大きく変わったという体験をはじめ、その後「美容と健康」のために取り組んだあらゆるトレーニングや摂取したサプリメントの効果実感、またいくつかの病気でドクターとの接点をもつことで生まれた知見を、お客様や社員、そのご家族とも共有できたら「喜んでもらえるだろうな」とかねてより思っていました。健康経営に取り組むことは、「私が持つ健康に対するすべての知見」を「社員と共有」することであり、「行動に移す」ことを支援し、社員のウェルビーイングを実現させる取り組みだと考えています。

### 行動につながらなければ、なんの意味もない

現在、「ダイエット」と「禁煙」への取り組みで効果が出ています。これもまた、私の実体験から重要と感じ、行動を促したものです。「ダイエット」そして「禁煙」は、頭ではわかっている、なかなか行動に移せない人が多いですね。「禁煙」の呼びかけは、ある著名なドクターにお話を聞いたことで、私自身が「喫煙の怖さ」を実感し、禁煙したことがきっかけです。私の実感がこもってますから、社員への伝わり方も半端なかったということでしょうか。また「ダイエット」ではある社員のダイエットの様子をYouTubeで公開しています。もちろん、私がダイエット指導しています。ジムでトレーニングするとなるとお金も時間もかかりますし、若い社員には手が出ません。そこで自宅でも簡単にできる内容を私が考え、取り組みのハードルを下げたことが行動につながった要因と考えます。



写真左:「神戸WELLBEING」YouTubeチャンネルより  
～ダイエット企画始動～メタボ改善に挑む  
写真右:ご家族を招いて行った沖縄社員旅行の様子

### 「実年齢より若く見える」がキーワード

わが社では「実年齢より若く見える」をキーワードにしています。「〇〇さんって、〇歳には見えません。とっても若々しいです」と言われたら、一気にモチベーションが上がませんか?きっと、仕事でもプライベートでも、以前より積極的になれると思うのです。では「実年齢より若く見える」ためには、何が必要でしょうか? そのためには、食事の摂り方や日常生活における紫外線、さらにはストレスなどをコントロールして、糖化と酸化を抑える必要があります。

正確な情報を提供するため、社長自らがAGE(最終糖化物)マスターを取得するなど、本気で取り組む姿を見せるのも大切です。

### 美容師さんの魅力を育む・引き出す ～つなぐ～

「美容師さんの魅力によって人と人が繋がっていくことを支援する」という使命感のもと、美容師さんに常に寄り添い、支えていくという「美容師さん尊重主義」を基本思想として考えています。

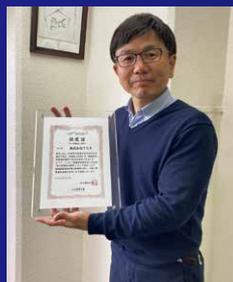
美容師さんに寄り添うとき、最も大切なのが美容師さん自身のウェルビーイングの実現です。なかでも健康状態は経営にも直結する重要な 이슈 となりますので、特に気を付けなくてはなりません。

しかし「健康を大切に」といっても百も承知の野暮な話ですよ。 「実年齢より若く見える美容師を目指しましょう」とポジティブにお伝えし、美容師さんの魅力を倍増させることが大切なんです。

### 「神戸WELLBEING」で情報発信中!

私自身の経験や、関わらせていただいた著名なドクターのお話など、「実年齢より若く見える」ための情報をYouTubeチャンネルとインスタグラムにて外部にも発信してまいります。最初は、健康経営の一環として、弊社社員に共有する意味合いで制作しましたが、徐々に美容師や弊社に関わる全ての皆様に範囲を広げてまいりたいと考えております。

「皆さまが、実年齢よりお若く、素敵にポジティブに、幸せを実感しながら、日々を過ごされること」への貢献を私どもの喜びとして、今後も取り組んで参りたいと思いますので、ご支援をお願いいたします。

兵庫県  
阪神営業所Voice Report  
100th代表取締役  
寺本達也氏

～この街とともに この町のために～

- 代表取締役 寺本達也氏
- 本社所在地 兵庫県宝塚市安倉中5-2-33
- 主な事業内容 建築業
- 従業員数 34名(男性:27名・女性:7名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

## 「てらす じゃないとあかんねん！」 そう言ってもらえる地域貢献度No.1の企業を目指して！！

お客様に満足していただける仕事のために、「お客様になりきる」、「親切・丁寧・思いやり」、「すぐに行動する～即行」の3つをモットーに、1人でも多くのお客様から「てらすじゃないとあかんねん」と言ってもらえるよう努力し、地域貢献度No.1の企業になりたいと考えています。

### なぜ健康経営に取り組んだのか？

私は「いい会社」づくりを目指したい。従業員の皆さんにとって「いい会社」を目指そうと考えていました。なぜそう考えるようになったのかは、自分自身がいい雰囲気の会社に身を置き、働きたいと思っているからです。人生の大半は会社で仕事をする時間に使う。だからこそ「いい雰囲気のいい会社」になりたいと願っています。なので、「いい雰囲気の会社」になるために、先ず大事にしたいのが、健康です。健康でなければ何も出来ないからです。では会社の健康って一体何だろうか？と思った時に健康経営という言葉に出会い、取り組みを始めました。

### 会社の健康って？ メンタルに備えて！

会社は人で成り立っています。だから従業員みんなは健康であって欲しいと願っています。では健康を害するものって一体何だろうか？長時間労働や不規則な生活、喫煙、偏った食事等々、様々な要因が考えられますが、最も害するものは精神的なものだと思います。自分の居場所が会社がない、とか数値に目をむけすぎて各人の努力が理解されず、承認されない状態等が従業員さんを精神的に追い詰めて、大切な健康を損なわせてしまうと思います。だからメンタル対策は万全を期しています。



第54回経営指針発表会～全社員参加で内外へ発信

### 「いい職場」環境への取り組み

「いい職場」環境を醸成するために挨拶を大切にしています。朝一番に「おはよう！」と声をかけ、声をかけられる。挨拶は相手への気遣い、相手への承認であり、挨拶はコミュニケーションの始まりと考えています。仲間同士のコミュニケーションや気遣いがあれば、「○○さん 最近元気ないなあ 大丈夫かな？」と相手を思いやる気持ちが生まれ、その思いやりが「いい職場」を醸成する取り組みの第一歩となると考えています。当たり前のことを当たり前のよう出来る人間が会社だけでなく人生でも成功できると思っています。だからその当たり前の挨拶を感情に左右されず出来るようになることで人生を豊かにして欲しいと願っています。

### 社員の人生を温かい光りで「てらす」会社になる

我が社は宝塚の小さな建設会社ですが、新卒採用は8年連続で来ています。若い人が毎年入社してくれて、会社が明るくなってきていると実感しています。新卒の社員さんは入社してくれたことだけで会社の雰囲気を良くしてくれます。そして会社の課題もはっきり指摘してくれますので、若い人に選ばれる会社になってこそいい会社だと思います。新卒採用を行う大きな意義は会社を明るくしてくれることだと思います。採用出来ないということは、例えるなら『中学校の校長先生が始業式に「今年は一年生が入ってきません」と全校生徒に話す』ようなもので、雰囲気が悪くなるのが目に見えるような気がします。中小企業はどうしても新卒採用という取り組みを採算ベースで考えてしまい、十分な対応が出来ていないことが多いので、わが社はこの取り組みを続けていきたいと思っています。社員の人生を温かい光で照らしたい。そのために今後も色々な取り組みにチャレンジしていき、会社を発展させて従業員の皆さんが人生を託してもいいと思える会社にしていきたいと思っています。

兵庫県  
阪神営業所Voice Report  
100th代表取締役  
藤田勝彦氏

はたらくいい場所をつくる会社！ fews

- 代表取締役 藤田勝彦氏
- 本社所在地 兵庫県尼崎市武庫之荘
- 主な事業内容 電気設備・空調設備 設計施工
- 従業員数 28名(男性:15名・女性:13名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定**fews = Fuji Electrical Works Specialty**～電気工事の「その先」を見つめたプロの仕事！

かつては、工事のプロフェッショナルの「職人集団」、そのDNAを引き継ぎ、現在は、電気工事のスペシャリティの提供によって、「日本中にはたらくいい場所をつくる」ことを事業の目的とし、そこではたらく「人」の高価値化する環境づくりにより、顧客の企業価値を高めることを多くの顧客に対し実現しています。

**健康経営に取り組む素地は出来ていた。**

社長はもともと身体的健康志向が高く、健康については自分で出来ることはまず自分で行うことが大事で、強要されて身に付くものではないと考えていました。そんな考えをメッセージとして常々全社員に発信していたことで従業員各自が自分で出来る健康を考えてくれていました。なお、個人として困難なことは会社としてサポートできるよう、様々な施策も実践してきました。おかげでダイバーシティにも反映し、全ての従業員から開かれた働きやすい会社として認識されています。そんな素地があったことから、2年前にアクサ生命の担当者から優良法人認定制度の話を受けて認定取得を目指すこととしました。今や社員が自主的にウォーキング部も立ち上げて少しでも歩数を稼ぐよう黙々とみんな歩いています。

**働きやすい明るさ、色を追求して！**

仕事柄、詳細な設計をPC上で行う際、最も目に優しい光のもとで業務を遂行してもらうために、1台ごとに色・明るさを調整できるLED照明を入れています。(下写真奥の照明)  
更に、一般事務を行う部署では午前中は白色系高照度(下写真手前の照明)で元気に業務に入れるように、そして昼食休憩時は消灯し、夕方業務の終業時には暖かい暖色系の照明になるよう自動プログラムで変更することで終業時間へ近づいていることを感じられるようにしています。お客様への提案のため自社実践で導入しましたが、実際かなりの残業時間削減に貢献し、従業員からは大変好評をいただいています。



働きやすい職場を目指し、事業所内・部署ごとの照明を時間帯によって色や明るさを自動調整している様子。従業員から好評を得ている。

**明確なビジョンから心の健康にも十分な配慮**

身体の健康と共に心の健康にも多くの配慮を行っています。全従業員に対して、常に気持ちよく会社に来て、働いて欲しいと考えていることから、些細なことでも相談できる部署を作り、良好な人間関係を維持できるように様々な工夫を行い、悩みを抱えたままにしない体制を確立しました。社員のネガティブな言い分・言い訳や、悩みに対しても否定的にとらえるのではなく、まず受け入れて話を聞くようにして、過大なストレスにならないようにしています。併せて努力義務であるストレスチェックにも早くから取り組み、高ストレス者が発生することなく、小さな芽のうちに解決出来ていると思います。

**自主性を重んじた研修会**

従業員向けの研修は、従業員自らが課題や問題点を出し合って、その解決策として自分たちが講師となり事前準備を行って自主的に実施しています。協力会社とも同じ職場という意味でそれらを共有し、女性特有の課題解決研修であったりと様々なテーマで定期的に行っています。それから派生し、社会貢献活動を目的としたプロジェクトも立ち上げて従業員自らが地域貢献にも寄与してくれています。

**コミュニケーション**

従業員間のコミュニケーション促進として様々なイベントをこのコロナ禍の中でも実施しています。出来ない理由を並べるのではなく、出来る方法を従業員同士で知恵を出し合い実践できています。2021年の全社員総出の忘年会ではイタリアンの一流シェフに会社まで来ていただいて、キッチンカーで料理していただき、会議室に料理を運んで感染防止対策を徹底して楽しいひと時を過ごすことが出来たと好評でした。これも少人数のグループウェア制を確立していることから気軽に何でも話し合える環境が出来ていて、従業員から様々な施策提案・提言があり、よりよい職場環境に常に成長していると感じています。

大阪府  
阪神営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
三木康資氏

「誠実に、真っ直ぐに」100年

- 代表取締役社長 三木康資氏
- 本社所在地 大阪府淀川区十三元今里1-2-2
- 主な事業内容 総合建設業
- 従業員数 70名(男性:60名・女性:10名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

## 新たな100年へ！ —社訓—

- (1) 社会の恩を知る …生きること(経営)は社会(お客様)の恩を知ることである。
- (2) 信を本とする …信頼を得ることは社会(お客様)に対して誠をもって実践することである。
- (3) 克服心を喚起する …常に自己反省の基調の上に克服心を喚起し、気概・闘志を養うことが大切である。

## 「健康」を大切にしているから健康経営！

会社の信念として、お客様も従業員も「健康」であることが最も大切であると考えていました。最近では従業員の高齢化が進み、健康の大切さを痛感していた時、懇意にしている社長から健康経営について紹介され、アクサ生命の担当者から説明を受けたこともあり、健康経営を始めることとしました。

健康経営の取り組みではまず、健康診断を徹底することから始めました。検査の結果、有所見となった従業員へは2次健診検査を行うまで何度も指導しました。従業員からは面倒がられましたが、言われたくないから検査に行ってくれるので病気の早期発見につながっていると思っています。

## 喫煙対策が課題！

業務上、様々な現場があり、多くの従業員の働く場所が屋外ということから喫煙率は約40%と喫煙者が多いのが課題と考えています。

本社においては自社ビルの4階は普段、人の出入りがない階層なので、そこに分煙室を造り、不便でもそこで喫煙してもらっています。

禁煙者からは完全に分煙となっていて事務所内にタバコの匂いがしないと好評を得ています。

しかし、根本的な解決策として禁煙者を増やす施策を様々な知恵を拝借して、少しずつでも喫煙者を減少させたいと思っています。



全員でのBBQ大会の一幕

自社ビル屋上からの  
淀川花火見学会から健康経営優良法人2022  
認定中小規模法人部門  
を取得して働き方改革・感染症対策・メンタルヘルス対策  
にも積極的にチャレンジ！

働き方改革にも積極的に取り組んでいます。有給休暇の取得については部署ごとに計画的取得を推奨し、残業管理も安全衛生委員会において個人ごとの残業時間等を議題にあげて、長時間労働の是正に取り組んでいます。

特に昨年は新型コロナ感染症対策のため休暇の取得を推奨したり、マスクや消毒液が品薄のときに私も方々からかき集め社員に配布しました。社員に若干の感染者は出ましたが、重症化した者は1人も出ませんでした。

また、メンタルヘルス対策としてストレスチェックを有効に活用しています。毎年高ストレス者や医師の面接指導希望者は若干名出ていますが、今のところ心の病で悩む社員はいません。しかし特に若手社員は我々の見えないところでストレスを抱えているケースがあると認識しながらコミュニケーションに努めています。

## 人間関係はコミュニケーションから！

従業員間の人間関係はコミュニケーションから始まると思っています。働きやすい会社とは業務に集中出来るだけでなく、楽しい仲間の中で働くことで心地よい息抜きも出来、生産性があがると確信しています。現在当社のホームページ上では毎月社員が交代でコラムをアップし、楽しいコメントを掲載しています。

そうしたことも行いながら、コミュニケーションの場を作るために、年間1、2回は全社員参加での食事会・懇親会を開催したり、家族同伴で大阪淀川花火大会を自社ビルの屋上で見学会(食事付)の開催をしたり、社長自らがお肉を調達して開催するBBQ大会やホテルバイキング大会などを定期的に行ってきました。

他にも、勉強会としてアクサ生命の職域セミナーや、様々なWEBセミナーを実施して、従業員の仲間意識の醸成に役立っていると感じています。

しかし、コロナ禍の中で十分な活動が出来ないこともあったため、今はポジティブに捉えて、「出来ること」や「明るくなること」、「楽しみなこと」を全員で考えて実行し、働きやすい・よりよい職場にしてワークエンゲージメントを高めていきたいと思っています。

兵庫県  
阪神営業所

Voice Report  
100<sup>th</sup>  
The Anniversary



専務取締役  
百瀬正也氏

## Trust and relief 産業用機械でつながる信頼と安心

- 専務取締役 百瀬正也氏
- 本社所在地 兵庫県西宮市石在町
- 主な事業内容 産業用機械の製造・販売
- 従業員数 16名(男性:14名・女性:2名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2022認定

### ★ 一人一人のお客様に長期間向き合い、迅速・丁寧をモットーにあなたの声を形にする会社

マークスでは、小箱梱包機(カートニングマシン)・半導体洗浄機的设计、製造を行い、お客様にご満足いただけるよう社員一同・誠心誠意に高性能で信頼性の高い製品を製造しています。

#### 必要性があった健康診断から健康経営！

業務上、取引先より仕事を受注する際、労災事故防止の観点から業務に携わる全従業員の健康診断結果について確認を受けていました。それは万一従業員が1人でも治療せず、気付いていない病気が原因で事故を起こすことがないように完全受診を徹底していました。

更に、有所見者については、半日から可能な有給休暇を取得してもらって2次検診を受診してもらっています。そんな時、アクサ生命から健康経営の取り組みを聞いて、従業員のためにもなると思い取り組むこととしました。

#### 分煙への取り組み

仕事柄男性が多いこともあり、健康経営を始める前の喫煙者率は男性の60%と高止まりしていました。

こうした中、なかなか禁煙・分煙が進みにくい環境でしたが、健康経営を始めた際、一般の禁煙者が立ち寄らないスペースに分煙場所を設定し徹底しました。最初は喫煙者からのクレームが多かったのですが、時代の流れと分煙には理解を示してくれて、健康経営の認定がきっかけで禁煙に取り組んでくれる社員も出てきてくれてうれしい限りです。

#### 働き方改革にも積極的に取り組む！

働き方改革にも積極的に取り組んでいます。有給休暇はしっかり取得してくれていますが、顧客対応で休日出勤せざるを得ない社員には、休日出勤手当や割り増し給与、そして代休取得等、手厚く処遇しています。なお、休日出勤時の昼食代は全額会社負担としており、費用面での負担はありますが、明るく楽しく仕事をしてくれる社員のために継続していきたいと思えます。

また、家族を大切にする社員のために、休日出勤の際は家族サービスが不十分なことが多いため、奥様やお子様喜んでくれるプレゼントや手当支給を検討していきたいと思えます。

#### 感染症対策と仲間意識の醸成！

コロナ禍が始まる以前より、毎日体温測定と血中濃度測定を行って、少しでも体調不良を感じて、普段と違う数値が出たら、仕事を休ませて、休養するよう指導していました。コロナ禍が始まってからはマスク支給やアルコール噴霧器を常置していました。当初の品薄の時も特別に調達したマスクやアルコール(大容量の容器で調達)を確保し、従業員からは大変喜ばれました。

また、コミュニケーション促進のために、忘年会や食事会を定期的に行い、交流することで意思疎通が図れて生産性が上がっていると感じています。なお、出張については嫌がる社員もいましたが、現在は出張中の食事代はすべて会社負担としたことから積極的に出張に行きたがる社員も増えてきました。出張が楽しい思い出となりリフレッシュできると好評です。



本社全景



社内分煙のための分煙室

#### 今後の課題！

今後はコロナ禍で中断している社員旅行を復活し、従業員間のコミュニケーション促進につなげ、ワークエンゲージメントの高い会社を目指し、喫煙者率を更に下げするために禁煙手当の支給や、分煙室の維持コストを喫煙者から給与天引きする等、効果があがる対策を検討していきたいと考えています。

兵庫県  
阪神営業所

Voice Report  
100<sup>th</sup>  
The Anniversary



代表理事  
丸木健蔵氏

## 「安心と信頼」の協同組合KEN(ケーイーエヌ)

- 代表理事 丸木健蔵氏
- 本社所在地 兵庫県西宮市甲子園高潮町
- 主な事業内容 外国人技能実習生共同受入事業
- 従業員数 14名(男性:9名・女性:5名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

### —組合理念—

|               |          |
|---------------|----------|
| Knowledgeable | 知識のある    |
| Earnest       | まじめな     |
| Never failing | 決して裏切らない |

### 外国人技能実習生受入のことなら

わたくしどもは外国人技能実習生に関する受入・外国語の指導及びコンサルタントなど、総合的な外国人技能実習制度に関する支援を行っております。法令遵守を徹底し安心・信頼の協同組合KENへ

### 従業員を大切に思うから始めた健康経営

従来より従業員を大切にしていました。しかし、アクサ生命の担当者から優れた事業・従業員の待遇等を内外へ発信していくことも大切なことだとお聞きし、健康経営を始めることにしました。最初、従業員へ周知する際、勤務場所がそれぞれ離れていて複数箇所あったため、チャットワークを活用して全従業員へ周知していきましました。健康習慣アンケートもおかげ様で回答率は高く課題を確認するのに役に立ちました。

### 従業員の心の安寧を維持するために

この2年間コロナ禍の中で、働く仲間同士が直接会って歓談したりすることが出来ない時期が続いたことでメンタル不調を訴える社員も一部出てきました。そんなことから従業員の心の安寧を取り戻し、働きやすい環境にするために代表理事が自らそれぞれの職場に出向いていき、従業員1人1人と直接面談し、普段の悩みや相談ごとを直接聞くことでメンタル不調者もいなくなり、業務効率が上がったと感じています。従業員から直接話せて良かったとの感想が多く寄せられ、直接話を聞いて良かったと感じています。今後も時期をみながら続けていこうと思っています。



楽しいイベント・コミュニケーション促進の効果てきめん！

### コミュニケーションが絆を深くする

昨今、コロナ禍の中で人が集まることは大変難しい時期が続いていますが、その前までは毎年忘年会や新年会、不定期での食事会や懇親会をことあるごとに開催し、普段離れて勤務している従業員同士が直接話す機会を設けたことでお互いに働くモチベーションにつなげてくれたと感じています。

コミュニケーションイベントは、みんなに楽しく過ごしてもらおうとコロナ禍前にはそれぞれの職場での勤務状況から、長期休暇取得が難しいため、従業員とその家族を招待して、沖縄旅行に行ったり、神戸港からのナイトクルージング食事会を行い親睦を深めました。

これらの企画は、全員から大変好評で翌年以降も海外を含めて旅行を計画しましたが、新型コロナウイルスが蔓延したことで宿泊は難しいことから断念。早く、以前のような日常に戻って来るのを願うばかりです。

### 健康管理を考えて！

健康管理のために働き方改革にも積極的に取り組んでいます。有給休暇については各自がそれぞれの職場で自由に取得出来る環境は出来ているので、ほぼ全員が仕事とプライベートをしっかりと分けて勤務してくれています。これからは有給休暇の取得率アップという更なる目標を目指していきたいと思っています。

喫煙対策については、職場が分かれていることからそれぞれの職場での対策を統一することは難しいですが、従業員それぞれが意識をしてくれて、残り2人の喫煙者が禁煙を始めれば全社員完全禁煙となるため、啓蒙を続けていきたいと思っています。

なお、毎日の食事については、昼食時に日替りヘルシー弁当代金を半額補助して従業員から大変好評を得ています。その他にも、小腹がすいた従業員のためにカップ麺を常時買い置きして自由に食べられるようにして、若い従業員から喜ばれています。水分補給のためのウォーターサーバーは当たり前前に常置されており抜かりはありません。これからも従業員の普段の健康管理のための施策を増やしていきたいと思っています。

兵庫県  
阪神営業所

Voice Report  
100th



代表取締役  
丸木健蔵氏

創業100年を超える兵庫県西宮市の老舗企業！

- 代表取締役 丸木健蔵氏
- 本社所在地 兵庫県西宮市門戸東町
- 主な事業内容 人材派遣事業
- 従業員数 10名(男性:8名・女性:2名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

### 多岐にわたる事業内容

- ・翻訳・通訳事業(外国人労働者・留学生の生活指導・技術・語学指導・翻訳・通訳業務)
- ・求人募集・求人広告事業取引先企業様の求人活動及び労務管理・海外進出プロデュース事業
- ・自動車関係の業務請負事業・各種広告関係事業・販売促進グッズ製作・販売事業

#### 従業員を大切に思うから始めた健康経営。

従来より従業員を大切にしていました。しかし、アクサ生命の担当者から優れた事業・従業員の待遇等を内外へ発信していくことも大切なことだとお聞きし、健康経営を始めることにしました。最初、従業員へ周知する際、勤務場所がそれぞれ離れていて複数箇所あったため、チャットワークを活用して全従業員へ周知していきました。健康習慣アンケートもおかげ様で回答率は高く課題を確認するのに役に立ちました。

#### 従業員の普段の健康を維持するために。

この2年間コロナ禍の中で、働く仲間同士が直接会って歓談したりすることが出来ない時期が続いたことでメンタル不調を訴える社員も一部出てきました。そんなことから従業員の心の安寧を取り戻し、働きやすい環境にするために、それぞれの職場に出向いていき、従業員1人1人と直接面談し、普段の悩みや相談ごとを直接聞くことでメンタル不調者もいなくなり、業務効率が上がったと感じています。従業員から直接話せて良かったとの感想が多く寄せられ、直接話を聞いて良かったと感じています。今後も時期をみながら続けていこうと思っています。



神戸港からのナイトクルージング食事会

#### コミュニケーションが絆を深くする。

昨今、コロナ禍の中で人が集まることは大変難しい時期が続いていますが、その前までは毎年忘年会や新年会、不定期での食事会や懇親会をことあるごとに開催し、普段離れて勤務している従業員同士が直接話す機会を設けたことでお互いに働くモチベーションにつなげてくれたと感じています。コミュニケーションイベントは、みんなに楽しく過ごしてもらおうとコロナ禍前にはそれぞれの職場での勤務状況から、長期休暇取得が難しいため、従業員とその家族を招待して、沖縄旅行に行ったり、神戸港からのナイトクルージング食事会を行い親睦を深めました。これらの企画は、全員から大変好評で翌年以降も海外を含めて旅行を計画しましたが、新型コロナが蔓延したことで宿泊は難しいことから断念。早く、以前のような日常が戻って来るのを願うばかりです。

#### 働き方改革も積極的。

働き方改革にも積極的に取り組んでいます。現在の目標は決して簡単ではありませんが4勤3休を目標にしています。身体を休めることで様々な派遣先での勤務に柔軟に取り組めるよう鋭意取り組んでいます。有給休暇については各自がそれぞれの職場で自由に取得出来る環境は出来ているので、ほぼ全員が仕事とプライベートをしっかり分けて勤務してくれています。更なる高い目標を目指していきたいと思えます。喫煙対策については、職場が分かれていることからそれぞれの職場での対策を統一することは難しいですが、従業員それぞれが意識をしてくれて、あと少しの喫煙者が禁煙を始めれば全社員完全禁煙となるため、啓蒙を続けていきたいと思えます。

兵庫県  
阪神営業所

Voice Report  
100th



代表取締役社長  
藤谷知之氏

社員の能力・意欲・創意を尊重し、「活力」あふれる組織作りを目指して

- 代表取締役社長 藤谷知之氏
- 本社所在地 兵庫県西宮市西宮浜
- 主な事業内容 建設業(管工事業)
- 従業員数 66名(男性:58名・女性:8名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2022 認定

わが社の健康宣言 「健康経営の推進で、みんなが笑顔の、元気な住田！」

環境の変化に柔軟に対応する為には、笑顔あふれる元気な従業員が不可欠です。我々は健康経営の推進を通じて、会社と従業員が協力して「健康に働く！」を常に意識する環境を構築、併せて、お客様から信頼される会社であり続ける為に人材育成を継続して、創業100周年に向けて邁進致します。

### 健康経営に取り組んだきっかけは？

年金支給開始が65才となり、将来的には70才の見込みとなり、事業継続に不可欠な従業員の皆さんが70才を超えても「健康に働く」環境づくり(環境経営)が求められるようになりました。この環境づくりのマネジメントシステムとして、「健康経営優良法人」認定制度に着目、活動を推進しました。同制度の各項目の要求事項は、我々の目標である「健康に働く」環境づくりの為に何をすれば良いかをすべて指し示してくれます。又、採用活動を通じて健康経営を推進している企業としてPRを図り、他社との差別化を図っています。

### 社員の健康増進に向けた取り組みとして、「特定保健指導」の参加率向上を目標に掲げました

弊社では健康診断の要再検査以上の有所見率が60%を超えており、その中でも「生活習慣病等の高リスク者」を対象とした、協会けんぽの「特定保健指導」の参加率が2020年度は0%だったため、参加率向上に向けて、「勤務時間中の参加許可」、「会社の会議室の提供」、「外勤者でも参加できる様にオンライン参加の推進」を行ったところ、参加率は32%まで向上し、着実に特定保健指導を受ける社員が増えており、健康への意識が少しずつ変わってきていると感じております。引き続き、より多くの従業員が参加出来る様に取り組んでいきたいと考えています。



朝のラジオ体操の風景



2022年3月30日  
健康セミナー実施  
講師は日本カウンセラー協会  
矢野達仁氏



みんなでイキイキした未来に向かって  
健康経営に取り組んでいます！



今回無事認定を  
取れました！  
(左) 藤谷氏  
(右) 佐々木氏

### 治療と仕事の両立支援へも積極的に取り組んでいます

弊社では事業場における治療と仕事の両立支援制度の確立を目的に、衛生管理者に「両立支援コーディネーター研修」を受講してもらい、修了報告を受けた矢先に、40代の社員が心臓疾患により緊急手術、長期入院となってしまいました。従業員から復職希望連絡を受け、両立支援コーディネーターの衛生管理者より主治医に対して「対象者の勤務情報」を書面提示のうえで、「就業継続の可否、治療計画、通勤・職場での要配慮事項」の情報を入手し、対象者の上司も参画して、治療計画に基づき、就業時間・日数等を調整して、円滑な復職を導き出しました。弊社には女性の衛生管理者も在籍しており、この社員にも、「両立支援コーディネーター研修」を受講させ、男性・女性各1名の体制構築を目指しております。

### 社員が長く活躍してもらうために

お客様から信頼される企業には、「健康に働く社員」の人材育成が不可欠です。私は、父から会社を引き継ぐ前に、ゼネコンでの勤務経験が有ります。社員教育の充実した企業であり、同社で学んだ事や人間関係は、今の経営にも役に立つ事が多く、人材育成の重要性を痛感しております。私が弊社に入社した当時は、技術力の向上に特化した教育制度であり、トータル的な人材育成の必要性を感じ、人材育成フローの構築に注力しました。その結果、従業員のモチベーションも高くなり、50才を超えてから国家資格にチャレンジ、合格を掴む社員も複数おり、頼もしい限りです。

### 認定を取ったら終わりではなく、本当の意味での健康経営の促進を

健康経営優良法人認定の認定取得が目的ではありませんが、健康経営をどんどん実践していくことで、社員が長く健康で働け、選ばれる職場になっていくために、今後さらに従業員を対象とした健康セミナーの開催等を実施して、社員がさらに参画意識を持って健康に関することに取り組める様に考えております。そして近い将来には、ブライツ500にもチャレンジしようと考えております。

兵庫県  
阪神営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
清水博之氏

## 「協働前進」全ての人々と共に前を向いていく

- 代表取締役社長 清水博之氏
- 本社所在地 兵庫県尼崎市杭瀬南新町
- 主な事業内容 製造・加工業
- 従業員数 131名

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

弊社の経営理念であります「協働前進」は、弊社従業員だけではなく、弊社に関わる全ての人々と共に前を向いて前進していくことです。全社一同が心にこの理念を持ち、一致団結して頑張ってもらいます。また、環境/安全方針として、地域・職場の安全衛生と環境を常に心掛け、環境・安全の法的規制や弊社が約束したことを遵守していくなどを掲げ、安全衛生・健康経営にも真に取り組んでおります。

## 健康経営に取り組み始めたきっかけ

社内で安全衛生委員会を行っており、残業やケガなどのヘルスケアに近い部分で、人の健康や職場の環境について安全衛生委員会の中で実施している部分がありました。また、健康診断はもちろん実施しているのですが、「受診してよかった。」で終わるのではなく、前向きに対処していこうという考えの元、健康診断を受け、再検査となった人に対して、会社は強制で再検査に行かせることができないので、レポートを出してもらうようにして、改善に取り組んでおります。その中で、「自分自身の健康に気をつけていかないといけない！」と思ったこともあり、それであれば会社として健康経営も取り組んでいこうとなっていきました。

## 社内報「清文思(シンブンシ)」での健康情報発信や協会けんぽのセミナーの活用

清文思(シンブンシ)という社内報・掲示板を通して、健康に関する情報発信を行ったり、そこでの福利厚生のことなどを配信し、健康のことについて触れる機会を作っております。また、協会けんぽ様の健康セミナーを総務部長に受けてもらい、そこでの情報等を活用し、社員へ情報発信や健康経営の取り組みの中に入れていっております。また、私自身がまずは、白ご飯をもち麦にしてみたり、鶏むね肉を食べて自らダイエットを実践するなどして、それを社員のみんに発信することも始めています。

いつでも状況を確認出来る様に  
血圧測定器をおいています。

現場だけでなく、事務方の人たちもみな、朝はいつもラジオ体操をしてから業務に臨んでいます。

## プライベートを充実させないと仕事もうまくいかない

日頃より、「プライベートを充実させないと仕事もうまくいかない」と社員には言っております。そこで、残業時間の削減はもちろん、色々な福利厚生制度を導入しています。私自身が以前、拠点で営業していた際、拠点ごとに利用出来るサービスに差がありました。そこで現在は拠点ごとで差が出ない様、同じ福利厚生制度を利用出来る様にしております。その一つとして、福利厚生倶楽部に加入しており、映画鑑賞券やレンタカーの予約、旅行などプライベートでいろんな特典を受けることが出来ます。また、ゴルフや釣りなど社内サークルも豊富なので、弊社社員はオンもオフも充実出来ていると思います。

## 認定を取るためではなく、本当の意味での健康経営

安全衛生委員会では課長以上役員も含め参加しており、厚生労働省のHPでも出てくるような安全衛生のことはもちろん、傷病の報告や36協定のこと、各部門のことをどう対処していくかなどについて議論しております。特にここ2、3年働き方改革や安全衛生の取り組みと健康経営は合致する部分があると思い、健康経営についても並行して取り組むことにしております。安全衛生委員会でも出てくる課題は健康経営の課題と同じことでもあるため、安全衛生委員会で課題を抽出し、その改善に向けて動いていくことで健康経営に繋がると思っており、その結果認定取得につながったと思っております。

## 今後さらに社員が健康でイキイキ働けるために

今、社内ではメンタルヘルスの相談窓口は設置しているものの、健康経営を取り組む中で一番問題になってくるのは労働時間ですが、やはりメンタルヘルスの部分が大変なのではないかなと感じております。今後、産業医は本当に必要になってくると思います。会社としても準備をしていく必要は考えております。また、私自身身内が大病をした経験もあるため、やはり社員に対して「健康であるのが一番だ」という思いは強いので、例えば、もっと人間ドックを会社で推奨していくこと等も考えていければと思っています。

代表取締役  
岡本光代氏

## 機械に命をふきこむエンジニア集団

- 代表取締役 岡本光代氏
- 本社所在地 兵庫県尼崎市西難波町3-17-13
- 主な事業内容 電気工事、制御盤設計・製作
- 従業員数 15名(男性:11名・女性:4名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

## &lt;経営理念&gt;

事業活動を通して顧客満足と信頼を高める製品を提供することにより社会に貢献する

## &lt;環境理念&gt;

環境に配慮した製品の販売及び各種工事を通して環境問題に取り組み企業として社会に貢献する

## 喫煙者を減らしたいから始めた健康経営

健康経営を始めたのは6年前商工会議所主催セミナーに参加したことからでした。当時男性社員のほぼ全員が喫煙者で現場のみならず事務所内も喫煙可能であったことから禁煙者にとって望ましい職場ではありませんでした。そんな状況でしたので、健康経営を始めたことをきっかけに完全分煙を徹底しました。分煙場所に灰皿は設置せず、喫煙する場合は分煙場所にわざわざ行ってもらい面倒でも携帯用灰皿を利用して喫煙するようにしました。おかげさまで今はほとんどの社員が禁煙してくれて、残り2名が禁煙すれば全社員禁煙になるところまで来ました。近い将来完全禁煙になる職場を目指しています。

## 健康診断は体調管理の一里塚

以前に保健師の方から喫煙していない奥様が喫煙しているご主人のタバコの煙が原因で肺ガンに罹患し、そのまま亡くなったとの事例を聞いて、タバコの害について思いを新たにしました。

まずは健康診断で自分自身の健康状態を毎年知ることが絶対に必要なことと思いき完全受診を義務付けています。当然、有所見者に対する2次健診についても全額会社負担で就業時間内に実施し、健診機関も指定医だけでなく、かかりつけ医での受診もOKとしたり、婦人科健診やガン健診も全て費用は会社負担で行っていることから従業員からは絶賛されています。



斬新的な本社ビル



コミュニケーションイベント食事会



経営理念、環境理念に沿った会社ロゴ

MITSUBA ELECTRIC

## 重視しているコミュニケーションイベント

当社はベトナム人従業員も雇用しており、言葉の壁から最初は見じめない従業員もいましたが、不定期の食事会や、定期的な忘年会あるいは新年会や、会社敷地内で行うBBQ大会でコミュニケーションを図り、人間関係の構築を進めてきました。この2年間はコロナ禍の中で頻繁には出来ませんが、つい最近では、桜の花見会として楽しくBBQ大会を開催したところ、久しぶりであったことも手伝い皆がすごく喜んでくれました。

他にも、隔週で「健康弁当」を支給しています。これは全額会社負担の手作り弁当です。休憩室では食後の昼寝も出来る環境が整っているので、身体を休められる貴重な時間です。

## 働き方改革も大事

お休みについては、完全週休2日制で土・日・祝日がお休みで、それ以外の有給休暇の取得は個人ごとにお任せしています。繁忙期は少々取りづらい環境にありますが、閑散期には業務に支障がなければ連続休暇取得を推奨しています。これまでの有給最長取得期間は土日を含めて12日間連続休暇を取得した社員もいます。メリハリがついて働きやすいと好評です。また、残業は月平均10時間以内となっていて、毎日仕事のオン・オフの使い分けが可能で、理想的な職場環境になっていると思います。

## メンタルヘルスはお互いの優しさで克服

メンタルヘルスについては、職場内でプライベートも含めて雑談可能な時間帯があり、お互いに気軽に声を掛け合う風潮があり、心身不調なときは誰かが異変に気付き、声を掛け合い、重くなる前に対処することで高ストレスな社員がいない職場になっていると思います。今後もコミュニケーションを大切に、働きやすい職場にしていきたいと思えます。

代表取締役  
前田晃徳氏

## 社員と車の健康を第一に！

- 代表取締役 前田晃徳氏
- 本社所在地 兵庫県姫路市広畑区長町1-61
- 主な事業内容 自動車整備業
- 従業員数 9名(男性:7名・女性:2名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

当社は移動式クレーンおよび自動車の整備・販売を行っています。

- ★民間車検工場
- ★移動式クレーンメーカー(株)タダノの指定サービス工場
- ★各種自動車販売・整備

## 健康経営を取得して

健康経営を始めたのは、取引先で既に優良法人認定を取得している企業が多く、認定を取得することでどんな効果があるのか気にかけており、当社もまずは認定を取得してみようと思いました。

ただ、健康に関しては、個人として健康は維持すべきものであるという既存の概念をもっておりました。

しかし、健康経営について理解が深まると、会社として従業員の健康を維持するためにサポート出来ることは何だろうか？と考えるようになり、それが従業員に伝わることで働きやすい職場環境が徐々に形成されていくように感じています。

## 完全禁煙達成！(喫煙者0人)

喫煙については、健康宣言をきっかけに喫煙していた最後の2名も禁煙してくれるようになり、全社員が禁煙者となり、事務所およびその周辺から灰皿が撤去され、禁煙者には受動喫煙の心配もなく、大変過ごしやすい環境となりました。

この全社員禁煙となったきっかけは、当社の工場長の病気がきっかけでした。工場長は自分自身の健康診断結果を気にしながら業務を続けていましたが、2年前、ガンが発見され既に相当進行していたため見る間もなく衰弱され、そのまま帰らぬ人となってしまいました。その原因が喫煙であったことで、他の従業員に影響を与え、今回の健康宣言をきっかけに全員禁煙に踏み切ってくれました。残された従業員が、2度と工場長と同様の病気で苦しまないように健康診断は重要視しています。



本社全景～安全・安心な広々とした工場

## 本気のラジオ体操

仕事始めに身体が固いと事故が起きやすいこともあり、毎朝ラジオ体操をして事故防止を意識しています。

以前の体操はとりあえず行っているという従業員が多かったのですが、右記のブタさん人形からラジオ体操の掛け声を出すようになってから、次第にみんなが本気になって体操をしてくれるようになりました。このブタさんが健康経営の推進役として大変役立ってくれています。



## 働き方改革

健康経営を始めて休暇や残業について劇的に見直すことが出来ました。業務終了についてはこれまで曖昧で最後の社員の仕事が終わるまで付き合い残業(サービス残業)が常態化していました。また、有給休暇も先代社長の頃から取得しにくい環境で実際に取得しない社員がほとんどでした。

しかし、健康経営を始めて残業時間管理を個々人で行うことでサービス残業や付き合い残業がなくなり、有給休暇も計画的に取得出来るようになりました。みんな本当に喜んでくれています。

## 今後の課題

健康経営を始めて、優良法人認定を取得したことは従業員全員が認知できています。しかし、勤務時間中の健康意識が高まっても、家庭に帰ると食事に関して気にしない社員もいて、公私ともに健康の大切さを浸透させていくことが一番の課題だと認識しています。

また、仕事を安心・安全に遂行し、在籍従業員だけでなく、新入社員を守るためにも、健康を維持することの大切さを続けて啓蒙していこうと思っています。

求人に関しては、優良法人認定を取得したことで応募が少ないながら増えてきたので、今まで以上に働きやすく、楽しい職場にするために健康経営をキーワードとして進めていきたいと思っています。

兵庫県  
東播営業所

Voice Report  
100<sup>th</sup>



代表取締役社長  
大辻嘉衛 氏

会社に関わる人を大切に、生き生きと  
働きがいのあるワクワクした会社を目指す

- 代表取締役社長 大辻嘉衛 氏
- 本 社 所 在 地 兵庫県加古川市野口町坂元309-1
- 主 な 事 業 内 容 外食事業支援企業
- 従 業 員 数 31名(男性:27名・女性:4名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2020・2022 2年認定

## 経営理念

1. 「豊かな生活文化」を創造し、誇りと自覚をもって行動する
1. 酒類・食品を通じて、業界の繁栄に寄与することをモットーとする
1. 地域一番店を目指し、バイタリティーをもって市場を開拓する

### 社員を大切にしたいから始めた健康経営

勤務環境改善により、勤続年数の長い社員の増加と共に健康管理の強化が必要となっていました。毎年必ず受診している健康診断結果表を見て一喜一憂する社員の姿を見るたびに、改善を必要とする社員もおり、重労働の仕事のため体調維持に不安を訴える社員が増えるのではないかと危惧していました。

そんな折、協会けんぽから健康経営活動をお聞きし、社員のみんなが明るく元気に健康を意識してもらえたらとすぐに活動に取り組むことにしました。

### 個人ごとの健康目標の設定

健康経営活動を始めるにあたって、まず社員全員に意識を高めてもらうために個別に目標設定をしてもらいました。健康診断結果からダイエットに挑戦する社員や、禁煙にチャレンジする社員、運動を始める社員等々個人ごとに自分で出来る範囲での目標設定でしたので、様々な目標が立てられました。そして、担当部署が後追いをしてくれることで言いつ放しになることなく年度末まで目標達成を目指してくれました。

おかげ様で禁煙推奨の目標においては、当初50%ほどの社員が喫煙者でしたが、根気強く、継続した指導効果もあり、現在は15%程度まで減らすことが出来ました。今後、なるべく早期に完全禁煙を目指し喫煙者ゼロになることを目標にしています。



家族の集い



ハイキング部活動から



社員研修旅行の一幕

### 働き方改革も積極的に推進

働き方改革にも積極的に取り組んでいます。有給休暇の取得については、業務上継続的に商品の配達が必要なことから休暇が取得しにくい環境でしたが、会社として一斉休暇日を閑散期に3日間お客様の理解を得て設定したことで社員全員リフレッシュ休暇になると大変好評を得ています。また、この業界では早くからめずらしい週休2日制を導入し、計画的な業務分担を構築し、計画的に休暇取得が可能になるよう調整して、ストレスの少ない職場にしていると感じています。また、残業についても30時間を超える残業が発生しないよう各部署で調整し、特定の個人に業務が集中することがないようにしています。

### 運動不足解消のために

業務上、顧客へ訪問する営業担当の社員は外に出かけることが多いので運動不足の心配はありませんが、事務等で外に出かけることが少ない内勤社員の運動不足は心配です。そのため、運動を推奨する目的で毎日14時に内勤社員全員でラジオ体操を行っています。当初は恥じらいが残る女性社員もいましたが、次第にまじめに本気で体操をしてもらえるようになり運動不足解消に一役かっていると思います。また、有志でハイキング部などを作り、オフタイムも有意義に過ごす社員も増えてきています。

### コミュニケーション促進は重要

社内の環境をよくするためにはコミュニケーションがとても大切であると考え、人間力を高めるために毎月1回勉強会を実施しています。お互いに話し合う時間を作りコミュニケーションを図ることで理解が深まり楽しい時間を共有出来ています。

また不定期ですが社員旅行を楽しみにして、昨年は創立70周年を迎えることで特別な社員旅行も企画しましたが、コロナ禍の中で延期となり寂しいものとなりました。それ以外でも「食事会」や「家族の集い」等を行い、社員を支えていただいているご家族の皆様とのつながりを大切にしています。

岡山県  
岡山営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
松本武司 氏

## 「社員は家族」という思いを形に！

- 代表取締役社長 松本武司 氏
- 本 社 所 在 地 岡山県岡山市南区藤田561-8
- 主 な 事 業 内 容 造園工事業
- 従 業 員 数 36名(男性:25名・女性:11名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

毎年受けている健康診断ですが、これがいかに重要かを再認識しました。これまで社員の健康状態について口を挟むべきではないと考えていましたが、大事な社員を会社として守るため、しっかりと寄り添おうという気持ちを強く持っています。「社員は家族！」この思いを常に持っておりますので、今後も継続して「健康経営優良法人認定」を取得し、全社員が健康でいられるよう推進してまいります。

### 健康経営に取り組むきっかけ ～社長自身が健康であることの大切さを実感～

きっかけは会社単位で行う健康診断です。全社員が健康診断を受診していますが、診断結果が悪い人や再検査が必要な人が、そのことを軽視しているように感じられました。以前までは、「個人の健康状態は個人の責任」であり、個人的な問題であるとしてどこまで関わってよいものか悩んでおりました。しかし私自身の考えも変わり「会社単位で社員の健康を管理する必要がある」として、全社員に対して積極的な受診勧奨を行うようになりました。

そこで第一に、私からその姿勢を見せていこう！手本になろう！と思い、二次検査を受診したところ、偶然にも異常が見つかったのです。幸い早期治療することで大事には至りませんでした。この経験から、年1回の健康診断がどれだけ重要な意味を持つのかをより強く実感し、「健康経営」を進めていこうと決心しました。

そんな中、アクサ生命保険の担当者より「健康経営優良法人認定」制度のお話を聞き、私の考えと非常にマッチしていると感じたため、今回の「健康経営優良法人認定」への取り組みを開始しました。



朝礼時のラジオ体操の様子



業務中の様子



会社外観

### 実施中の取り組み内容について

朝礼や会議など、社員が集まる場において健康に関連した情報提供、呼びかけを行っています。まずは全社員に向け、「会社として社員の健康を守っていく！」ということを理解してもらうことに努めています。

また、具体的な取り組みとして朝礼時にラジオ体操を始めました。継続して行うことで社員の一体感を高めつつ、運動不足と感じていてもなかなか動き出せずにいる社員へのきっかけ作りにもなればと感じます。私も毎朝のウォーキングを始めました。毎日欠かさず続けており、その甲斐あって定期的に血液検査の結果も改善されました。まずは経営者である私自身が動いて見せること、そしてそこからきちんと効果がでてきていることを伝えることで、参加意識を強めていきたいと考えています。

### 取り組みの中で気づいたこと

健康経営に取り組んでいく中で、社員の中でも特に若い社員や新入社員の関心度が高いことに気づきました。「健康経営」、そして最近よく耳にする「SDGs」についても興味を持つ社員が多いことを知り、やはりこの取り組みをすることに間違いは無いのだと確信しました。これに関連して、福利厚生制度の拡充や就業規則の見直しなど、今の時代に合ったことをやっていくことが、会社にとってプラスの効果があるはずと考えます。

### 今後の展望

昨年より取り組みを開始し、今回初めて「健康経営優良法人認定」を取得しました。ここから継続して認定を取得していくためにも、全社員に対して自分の健康に向き合えるチャンス、タイミングを作り続けていきたいと思えます。社員は私にとって家族と同じです。この気持ちを忘れずに、これからも色々なことにチャレンジしてまいります。

岡山県  
岡山営業所Voice Report  
100th代表取締役  
山崎博文氏

## 会社と社員の一体感を強めるための健康経営！

- 代表取締役 山崎博文氏
- 本社所在地 岡山県岡山市北区駅前町1-2-4
- 主な事業内容 警備業
- 従業員数 46名(男性:45名・女性:1名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

近年、病気やメンタル面での不調を訴える社員が増えてきていました。それを危惧し、新たに「健康経営」というものに取り組むことといたしました。できることから徐々に取り組みの幅を広げていき、社員に健康について考えるきっかけを与えられるようになってきたと感じています。「会社と社員の一体感」が今後さらに増していくような、帰属意識をより高められるような取り組みに注力してまいります！

## 健康経営に取り組むきっかけは

以前から体調不良・メンタル不調を訴える社員がいたこと、更には社員が体調不良で亡くなってしまったことが大きなきっかけです。

健康診断を毎年実施していますが、二次検診等への意識や対応が各社員によってバラバラで、この先も心身における不調を訴える社員が発生することを危惧しておりました。その中でアクサ生命保険の担当者から「健康経営」についての説明を聞きました。社員の健康を守り、会社を永続的に存続・発展させるための取り組みができると知り、強い関心を持ちました。

また「健康経営優良法人認定」制度についても説明を受け、ぜひ積極的に実施していきたいと感じ、認定に向けた取り組みを開始しました。

## 健康習慣アンケートを実施・生活習慣の把握から

最初に取り組んだこととして、社員の生活習慣の課題を把握するため、アクサ生命保険の「健康習慣アンケート」を実施しました。

これまで社員の業務外のことを詳しく聞く機会も無く、またあえて聞く必要もないと思っていたので、実施したアンケートの集計結果は非常に興味深いものでした。

半年ごとを目安に実施を継続することで、社員の意識がどのように変化していくのかを調査することができることから、こちらのアンケートは引き続き実施していこうと思えます。



毎月発行の社内報



スマートレのポスターを社内に掲示

## 注力した取り組みについて

協会けんぽ岡山支部の「スマートレ」を実施しました。こちらは協会けんぽ岡山支部に加入している方の健診データを分析して作成された体操で、場所もとらず気軽にできる内容であったことから、早速導入し毎日行っています。警備業のため、基礎体力の向上と機敏な動きが求められることから、「運動すること」の習慣化については力を入れて取り組みたいと考えています。

また毎月「社内報」を発行し、社員へ健康経営に関連した情報提供を実施しています。健康に関するニュースや二次検診の受診勧奨など、時期に応じた案内を発信するよう努めています。

## 取り組みの効果について

取り組みを開始してから、社員の健康意識が良い方向に変わってきたように感じます。毎回の情報発信によって、自分自身の健康について向き合うきっかけとなった社員もいるということです。

また二次検診の受診者が増加傾向にもなりました。これまで無関心であった社員も、意識して検診を受けようと思ったことも大きな効果であると感じます。会社がどれだけ案内をしても、社員自身がその気にならなければ効果を期待できないので非常に嬉しく思っています。

## 今後の展望

会社のこれからの考える際に、私は「会社と社員の一体感が生まれる体制づくり」が大切であると考えています。この観点からも「健康経営」の取り組みというのは必要であると感じますし、今回「健康経営優良法人認定」を取得することができましたので、今後さらに磨きをかけていくことで、社員の帰属意識を高めていきたいと強く思います。そのためにも、現在注力している取り組みの他に、福利厚生制度のより一層の充実など社員のワークエンゲージメントを高めるための施策を実施していきます。

東北・北海道

関東

北信越

関西・東海

中国・四国

九州

岡山県  
岡山営業所代表取締役社長  
菅波克広 氏

従業員一人ひとりが「健康で明るく元気」で生活できる組織作りを！

- 代表取締役社長 菅波克広 氏
- 本 社 所 在 地 岡山県岡山市南区松浜町16-33
- 主 な 事 業 内 容 産業用機械部品製造業
- 従 業 員 数 104名(男性:75名・女性:29名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

健康経営に取り組むずっと前から、社員向けの健康についての取り組みを実施してきておりました。なので「健康経営優良法人認定」取得のために気合を入れて一からスタートさせたものは、実はほとんど無いんです。今まで取り組んでいたことに間違いは無かったのだと思う一方、より力を入れていきたい取り組みを再発見することができたので、今後も引き続き認定取得を目指したいと考えています。

### 健康経営に取り組むきっかけ

キーワードは「社員の健康」です。年に2回、社員全員と個別面談を行っており、そこで健康状態について定期的なヒアリングを実施しております。その際に二次検診の受診を促すなど、以前から取り組みを行っていましたが、ある日ふと「健康経営優良法人認定」制度について見知る機会がありました。

当社社員の平均年齢が47.4歳と少し高いこともあり、社員が長く、健康で働き続けられる環境を企業が作ることで、社員のモチベーション向上、更には企業の永続的な発展にも繋がるというこの「健康経営」に魅力を感じ、取り組みを開始しました。

幸い以前から、社員の健康に配慮した取り組みを実施しておりましたので、抵抗なく取り組むことができしております。

### 具体的な取り組み事例

<平成26年5月>  
全従業員に対して、年2回面接を実施。健康調査、健康診断結果のヒアリングを実施することで、健康管理を実施。

<平成28年7月>  
過重労働の抑制のため、残業時間の管理を強化。毎月の残業時間の集計を工場長に配付し遵守を求める。

<平成29年9月>  
ラジオ体操の実施



ラジオ体操の様子



本社外観

<令和2年7月>

屋内禁煙、屋外へ喫煙場所の設置及び喫煙時間の設定。

喫煙コーナーへ禁煙呼びかけポスターの掲示

<令和3年9月>

喫煙者に対する禁煙外来治療費の補助及び禁煙達成者に対するインセンティブ付与を導入（治療者は治療費全額補助）。

<令和3年10月>

産業医と契約。令和4年よりストレスチェックを実施。

### 特に注力した取り組みについて

「禁煙」に向けた取り組みに注力しています。

喫煙者は全体の約3割で、2021年では目標を2割に設定して取り組んでまいりました。禁煙の呼びかけに加え、治療費全額補助のインセンティブも導入しておりますが、こちらはまだまだ道半ばです。次年度以降も引き続き注力してまいります。

また全社員への「周知徹底」のための工夫も実施しております。現在提携している安否確認サービスを利用して一斉連絡を行っております。通常の社内メールや掲示板と異なり、安否情報サービス内での連絡であれば必ず全社員が確認をしてくれるので、非常に助かっています。

### 今後の展望

今回2年連続にて「健康経営優良法人認定」を取得することができました。これまで取り組んできたことを継続して実施して、3年連続の認定取得を目指してまいります。

そのためにも、重点施策として「二次検診の受診を対象者全員が実施すること」、「過重労働を防ぐこと」、「喫煙者を2割以下に抑えること」により力を注いでいきたいと考えています。

経営理念にもありますように、【会社は社員及びその家族が、当社に属し共に苦勞してきてよかったと思われるような企業をめざす】ためにも、従業員一人ひとりが長く健康で、明るく元気に生活できるよう全員で取り組んでまいります。

岡山県  
岡山営業所代表取締役社長  
水口 彰氏

心身ともに健康でいられる会社づくりを目指す！

- 代表取締役社長 水口 彰氏
- 本社所在地 岡山県岡山市新屋敷町1-8-20
- 主な事業内容 土木建築サービス業
- 従業員数 12名(男性:4名・女性:8名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

健康経営の取り組みを2021年から本格的にスタートし、今回初めて「健康経営優良法人認定」を取得しました。心と体の健康バランスを保つことは、これからの企業存続及び更なる業績向上にもつながるものと信じています。まだまだ課題もありますが、継続して「健康経営優良法人認定」を取得することでより働きやすい会社づくりをこれからも目指してまいります！

### 健康経営に取り組むきっかけは

3年ほど前より、法人会での活動の中で「健康経営」という言葉を耳にしておりました。その時はまだ本格的に取り組むことを考えていませんでしたが、社内にて体調を崩してしまう社員が出てきたことから、このままでは社員全体の心と体の健康が損なわれていくのではないかと強い危機感を覚え、健康経営の取り組みを真剣に考えるようになりました。その時にアクサ生命保険の担当者より「健康経営優良法人認定制度」のお話を聞き、今回の「健康経営優良法人」認定への取り組みを開始しました。

### 健康習慣アンケート、フィードバックセミナー実施

取り組みの前段として、従業員の生活習慣の課題を把握するため、健康習慣アンケートを実施しました。これまで社員の業務外の生活習慣について知る機会が無かったため、本アンケートを基にしたフィードバックレポートから、食生活や運動習慣、適性飲酒など健康を意識した行動ができていた点や、今後の課題となる点を見える化することができました。

また社員向けのフィードバックセミナーを開催することで、現状と課題を全員で共有することができています。このアンケート及びセミナーは毎年実施し、健康経営の効果検証を行っていきます。

「おかやまケンコー大作戦」  
での取り組みが評価。  
「奨励賞」を2回連続受賞！

提携先ジム利用風景

### 注力した取り組み事例

運動習慣を定着させるため、岡山市主催の「おかやまケンコー大作戦」に社員全員で参加しています。このイベントには2年前から参加しており、専用アプリをダウンロードして歩数を競い合ったり、フィットネスジムでの運動や健康診断などの受診を行うことでポイントを貯めていき、貯まったポイントは商品券などに交換できるプログラムとなっています。社員の参加率も高く、当社はこのイベント内の「バーチャルウォーキングラリー」にて、2回連続「奨励賞」を受賞しております。

また昨年よりスポーツジムと法人契約を結び、全社員いつでもジムを利用できる環境を整えました。多くの社員が運動不足解消のために活用しており、私自身も時間があれば汗を流しています。

これまで運動を習慣化できていなかった社員も積極的に体を動かすようになり、デスクワーク疲れによる肩こりが改善したという嬉しい成果もでてきているため、今後も継続していきます。

また残業時間の短縮を図るため、業務管理の徹底を行っています。各社員の業務量を把握し、一部の社員のみならず集中しないよう分担できる体制を強化することで、健全なワークライフバランスが実現できるよう一丸となって取り組んでいます。

### 今後の展望について

今回「健康経営優良法人」の認定を初めて取得することができましたが、ここからが本格的なスタートであると感じています。

改善されてきた点も勿論ありますが、残業時間の短縮へ向けた動きや効率的な業務環境の整備(例:テレワークの完全実施やサテライトオフィスの設営など)など、課題も多々あります。

また女性のための働きやすい職場環境づくりにも注力しており、健康経営の取り組みにより磨きをかけていくことが、社員全体の働きがいの向上につながり、当社の更なる発展に寄与すると信じております。

社員全員が心身ともに健康でいられるよう、今後も健康経営の取り組みを一層加速してまいります。

山口県  
下関営業所代表取締役  
眞島美保子 氏

## 「子育てと仕事の両立可能な社会の実現」にむけて

- 代表取締役 眞島美保子 氏
- 本社所在地 山口県下関市富任町1-4-1-3
- 主な事業内容 保育園運営・給食事業
- 従業員数 19名(男性:0名・女性:19名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

我が子に与えたい、経験して貰いたいと思っていただける保育を考え続けています。  
保育の受け皿を増やし、誰もが安心して子供を産み育てることが出来る社会を実現する為に  
「企業主導型保育事業」が創設されました。  
仕事を続けるにあたって、職場の近くに子供を預けることが出来る環境は不可欠です。  
地域・企業の皆さんと共に子供を育てていくお手伝いをしています。

## 保育士として、まずは自分の健康を管理する

保育士は思っているより重労働な仕事です。  
子供を抱く、一緒に遊ぶ、さらに子供の目線で中腰で話しかける、そしていつも笑顔でいなければいけない。  
「腰痛はお友達」という保育士も沢山います。  
体が痛くても笑顔で子供たちに接することは、本当に心身ともに重労働だと思います。  
会社として、少しでも皆が楽になれるように何かしなければいけないと思っていた時に健康経営の話聞き、取り組みを決心しました。

## 取り組んだことは、体と心のメンテナンスです

体の健康も大事ですが、心の健康も大切です。  
逆もしかりで、心が健康でなければ体も病んでいきます。  
ミーティングも明るく、元気に行くことから始めます。  
また腰痛対策として、マッサージも半額会社負担で受けることが出来るようにし、出張して貰って事務所で受けることも可能です。  
また、ぶらさがり健康器具を事務所に複数設置しています。  
手軽に心と体のメンテナンスが、すぐに出来る環境を作っていました。



ズームでの元気なミーティング風景



ぶらさがり運動中

## 何より家庭を第一に！

家庭があり子供がいる保育士がほとんどです。  
何より自分の家庭を第一に考えて働いて貰うことを大事にしています。  
心穏やかに園児と接して貰いたいからです。  
その為に、皆がお互いにカバーしながら働いています。  
そんな中、健康習慣アンケートは大変有意義でした。  
従業員の思いも分かりますし、興味深い結果もありました。  
仕事満足度を支える職場環境と従業員心理などを参考にし、従業員たちと接することが出来るという意味でも実施して良かったです。

## 取り組み結果

健康経営を取り組み始めたのが1年前です。  
友人の会社でも取り組んでいましたのでセミナーなどにも参加しました。時間がないから・・・ではだめで、その為の時間を作らなければならず忙しい中ではありましたが、1つ1つ取り組みを進め、出来る範囲の中で、どうやったら従業員が喜ぶかなと想像しながら楽しく一生懸命取り組んできた結果、健康経営優良認定が獲得出来て本当に嬉しく思います。

## これからの課題

安心して子供を預けることが出来る場所である為に。  
従業員皆がいつも笑顔でいられるように、これからも継続して健康経営に取り組んでいく必要があります。  
従業員に更に健康の大切さを分かって貰えるように、他の企業の取り組みも参考にし、積極的に出来ることを増やしていきたいと思っています。  
健康で楽しく働いて、この会社に入って良かった！と言って貰えるようになりたいと思っています。

山口県  
下関営業所

Voice Report  
100<sup>th</sup>



代表取締役  
中野和城氏

## 「THE OTHER SIDE」 その向こう側を考え、目指す

- 代表取締役 中野和城氏
- 本社所在地 山口県宇部市中央町3-5-21銀南
- 主な事業内容 機械・器具・設置工事業
- 従業員数 9名(男性:8名・女性:1名)



健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2022 認定

### 「THE OTHER SIDE」(その向こう側を考え、目指す)

社訓の通り、これからはもっと先を見て行動を起こしていくことが非常に重要だと日々感じています。若い世代にも興味を持って貰えるよう、当社のホームページでは3Dで鉄工所のバーチャル体験が出来るようになっていきます。地域のお役に立てる町工場を目指します。

#### 社員の高齢化に対応していく

社員は技術職が多く、長年勤務してくれているので高齢化が進んでいくことは避けられません。若い世代に興味を持って貰い、技術を受け継いでいって貰うことが必要です。その為に何かをしなければいけないとは思いつつも、何から取り組んだら良いのだろうと思っていたところ「健康経営」という取り組みを知りました。社員の健康維持に努め、福利厚生に力を入れていくことが、永年勤務してくれている社員・そして若い社員の為にもなると思い、推進を決意しました。

#### 社員とのコミュニケーションを目指す

日々の勤務の中で大切なのは、コミュニケーションだと思っています。「健康経営」という共通の話題があることで、コミュニケーションの糸口になるのではないかと思います。健康習慣アンケートの実施、アンケート結果のフィードバックなどによって、共通の話題が持てるようになりました。また、特保のドリンクの配布を行ったところこちらも好評でした。そして、現場ではコミュニケーションが取れることで、様々な課題が解決できることが出来るようになり、大きな収穫となりました。



改善ミーティング風景

#### 業務内容の改善

仕事は正直忙しいです。でも取り組みをきっかけに改めて見つめ直してみると、ただ習慣として行っていたり、無駄なことが含まれていることに気づきました。1つずつ見直し、働きやすい環境を作っていくことにしました。チームワーク良く、効率良い仕事で、早く帰れる環境へ。また、モチベーション向上の為に従業員からの意見も積極的に取り入れていくことにしました。意見を言い合える風通しのいい職場を目指し改善に取り組みました。

#### 今後の展望

アクサ生命さんのサポートパッケージと情報提供をして頂いたことで、健康経営優良認定を獲得することが出来ました。この1年で終わることなく毎年健康経営優良認定が獲得出来るよう、無理なく継続していきます。従業員の健康が会社の大きな財産であるという思いで取り組みます。

#### 課題

時代の変化を感じる今、みんなで意見を出し合いながらより実践的な取り組みを行っていくことが課題です。実際に仕事場で、簡単に出来ることも継続の為には大切ですが体だけではなく、心も一緒にメンテナンス出来るようにする為には何が必要かを考え、こちらも実践していきたいと考えています。その為にも、他社様の取り組みも積極的に参考にさせて頂き、出来ることから取り入れていくつもりです。

代表取締役  
河野善史氏

「健康経営を通じて社員が健康で働きやすい職場を目指す」

- 代表取締役 河野善史氏
- 本社所在地 山口県下関市大和町1-16-1 漁港ビル2F
- 主な事業内容 水産卸売業
- 従業員数 3名(男性:1名・女性:2名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

食卓に安心・安全はもちろん、喜びと笑顔をお届けしたいという思いを持って事業に取り組んでおります。社内でも健康経営を通じて職場環境を整えながら、従業員一人一人もお客様と同様に健康に笑顔で働ける職場を目指しています。

### 健康経営の話聞いて取り組み開始

私自身、出張が多く暴飲暴食になる日が多かったこともあり、ダイエットしたほうが良いのでは？食生活も気を付けた方が良いのでは？と頃頃から感じながらもなかなか行動に移せなかった時に健康経営の話聞く機会があり、会社として取り組むことで自分だけでなく従業員の健康にも気を配ることが出来るのではと思い、取り組み開始を決意しました。

### 取り組みスタート

会社は、窓から海が見える漁港ビルの中にあります。とても景色が良いのですが、外を見て心を落ち着かせる余裕がなかなか無く、従業員皆が心にゆとりを持って働ける職場にしていきたいと思う所から始まりました。最初にアンケートを行い、課題を見つけることからスタート。当初従業員がアンケートに協力してくれるのか不安でしたが、皆快く協力してくれました。そして、自分の体に興味を持って貰う最初のツールとして体脂肪率等が計れる体重計を設置してみました。



健康経営担当者によるミーティング風景

### 取り組み内容

小さいことからコツコツと。

- 健康診断は全員に行って貰えるように声かけ実施
- 就業中は音楽をかけてリラックス効果を向上させる。
- 万歩計使用を推奨
- 私自身がトレーニングジムに通い始め、将来的に皆が通えるように出来ればと思い描きながらトレーニング中です。

### 従業員の变化

健康に無関心、何かしなければいけないとは思っても何をしたら良いかわからない人がいる中で、会社として健康経営に取り組むという流れを作ったことは、従業員の健康意識の変化に繋がっていると感じています。

上記の取り組み内容へも記載しましたが、就業中に音楽を流すこともストレスが軽減していくような気がすると好評です。

従業員の意見を聞きながら、出来ることから取り入れながら風通しの良い職場で、従業員が心身共に健康に取り組むことが出来る職場を目指します。

### これからの課題

もっともっと従業員の意見を取り入れて、会社の指示ではなく従業員皆が主体的に話し合える職場、意見を出し合える職場にしていきたいです。

そうすることでより一層仕事に対して喜びや向上心を持って働けるようになると思います。

また、健康経営を継続していく中で、改善すべき箇所を見つけることも必要だと思っていますので会社と従業員が一緒の方向を向いて取り組める職場にしていきたいです。

代表取締役社長  
酒井 一氏

「老舗ふぐ問屋の課題と代々受け継いできた社は」

- 代表取締役社長 酒井 一氏
- 本社所在地 山口県下関市中之町7-11
- 主な事業内容 生鮮魚介卸業
- 従業員数 7名(男性:6名・女性:1名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

酒井商店は、本物を適正価格(できるだけお求め安い価格)で、ふぐの専門知識のない方にも喜んでお求めいただけるよう、安心・安全な品質と情報開示を“売り”としたいと考えています。

本当に良いものだけを提供するという、先々代の頃から脈々と受け継がれている社是にも通ずるところです。

### 社是を受け継いでいくために

健康経営を取り入れていこうと思ったきっかけは、社是です。社是を受け継いでいくために、自分も、社員も健康でなければいけない。そんなことは分かっていたことですが、改めて言葉を行動に移すことで、みんなに再認識して貰いたいと思いました。

仕事は、朝早く、また夜遅いこともあります。

職人の代わりはいません。

株式会社酒井商店には定年もありません。

いつまでも健康に働くこと。本当に重要なことです。

### 取り組み結果

禁煙を主に取り組んだ結果、2名の喫煙者が禁煙することができました。また、喫煙だけでなく、運動を取り入れていくことや休暇をきちんと取得することについてもアナウンスを行っていくことで、更に健康への意識を高めていきたいと思っています。

弊社は定年が無い職場です。

それは熟練職人さんがなくてはならない存在だからです。家庭も円満に、健康で長く働いて貰う為にもこれからも健康経営を推進していきます。

### 取り組み内容

従業員にアンケートを行い、課題を抽出することから始めました。

そして、仕事柄食品を扱うので、まず禁煙から取り組むこととしました。ミーティングや会議の都度に受動喫煙の影響や禁煙についてなど、声かけを行い、まずは本数を減らして貰うことを、目標にしました。チラシの配布、声掛け、小さなことからコツコツと実践しました。

従業員には、体の健康と心の健康を維持して働いて貰えるようにサポートする部分を増やしながらか取り組んでいきます。

### 取り組みに関して苦労したこと

職業柄、早朝深夜の労働があるので、自己管理も非常に大事です。自宅においての健康管理も行うようお願いしたり、指導したりもしましたが、やはりご自身で管理して貰うということが大変難しかったです。

また、食品を扱っているという自覚を持って健康維持の取り組みを行って貰いたいと思っていますが、それを理解して貰う為には朝礼などで何度も口うるさく言わなければならないこともあり、その点は苦労した部分だと思っています。

### これからの取り組みについて

従業員全員が会社の宝です。

長く元気に働いて貰う為にも継続して健康経営に取り組むことが大切だと思っています。

また従業員だけでなく、その家族も元気で、健康に興味をもって貰えるように。

これからも禁煙だけでなく、運動を取り入れたりと、工夫しながら健康経営を浸透させていく予定です。

セミナー等にも参加し、取り組み方法についても勉強していきます。



ミーティング風景

山口県  
下関営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
西田 剛氏

## 「安全第一、社員の健康が会社を支える」

- 代表取締役社長 西田 剛氏
- 本 社 所 在 地 山口県下関市菊川町大字  
檜崎944
- 主 な 事 業 内 容 貸切旅客自動車運送業
- 従 業 員 数 7名(男性:5名・女性:2名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

当社の経営理念は「お客様からご満足いただけるように安全で楽しい旅を笑顔でご提供する」です。コロナ禍で旅行業者は大変な思いをしています。お客様の幸せな笑顔を見られる日の為に今は出来ることを準備していこうと思ひ、健康経営もその1つとして取り組みました。

## 経営理念と健康経営の共通点

安全確保を最優先することがバス事業者の使命であると考えています。お客様からご満足いただけるように、安全で楽しい旅を笑顔でご提供する為には、まずは従業員の心と体が健康でなければ成し遂げられません。

健康経営について教えていただき、当社の経営理論と共通していたこともあり、本格的に取り組むことにしました。

リターンセーフティ(安全にカエル)という願いでロゴマークを作っています

大切な社員とその家族の健康とともに  
会社も成長していきたい

会社として従業員の健康を考えることが、家族の健康へと繋がっていきます。

健康は、体だけではなく心も大事です。そこも合わせてサポートしていくことで、生産性にも繋がりますし会社が成長していくと思ひました。

そして会社の成長は、地域貢献にも繋がると信じてこれからも健康経営に積極的に取り組んでいきます。

## 取り組み内容

タバコ対策に力を入れました。

敷地内での喫煙はもちろん、朝礼等の声掛け、禁煙に関するチラシの配布を行いました。

お客様の中には、タバコの匂いが嫌いな方もいらっしゃいますし、やはり自分の健康の為にも、いきなり禁煙は難しいにしても、まずは少しずつ本数を減らすことを目指しました。受動喫煙の影響を知って貰うことも非常に大切でしたし、地道なことですがコツコツと継続しました。

その結果、少しずつではありますが喫煙者が減少していききました。

『継続こそ力なり』です。

## 今だからこそ出来る取り組み

コロナ禍において、仕事も減少していましたが、今出来ることを行おう！と前向きに考え

バスの消臭抗菌、除菌、換気対策、セミナーの参加、研修の参加・安全対策の推進など、出来ることを行ってきました。

今後また楽しく旅行していただけるようにと新しいバスも用意しました。

今だからこそ出来ることを一生懸命考えたこの時間は非常に大切な時間でした。今後も従業員皆で、力を合わせて今を乗り切っていきます。

## 今後の検討課題

健康経営を継続していくにあたっては、従業員の更なる協力が必要となりますし、健康に対する意識を高めていくことが課題です。

これからもセミナーなどを積極的に取り入れていく予定です。混交というキーワードにより、従業員同士でのコミュニケーションも取れるようになってきていますし、会社のミーティングなどで共通の話題が出来るなどコミュニケーションのツールにもなっているみたいなので出来る範囲で、努力していきます。



安全衛生対策



代表取締役と健康経営担当者

山口県  
下関営業所Voice Report  
100th代表取締役  
堀江英明氏

「足場も職人も次世代へ」お客様に信頼されるパートナーを目指す

- 代表取締役 堀江英明氏
- 本社所在地 山口県下関市小月京泊  
9-10
- 主な事業内容 とび・土工事業
- 従業員数 9名(男性:7名・女性:2名)



「プロフェッショナルとして能力を磨きお客様と共に成長する」それが堀江建設の理念です。

**信頼力**(社員の経験・技術力を持って、お客様からの信頼を不動にします。)**能力** (技術的能力、コミュニケーション能力の向上に努め、ニーズに応えることが出来るように努めます。)**成長力**(高い能力を持っていても常に新しい技術を求め社員が邁進することによって、お客様とともに新たな成長を求めます。)

この3つの軸を大事にしていきます。

## HORIE PRIDE !

健康経営の話聞き、これは当社に必要だ  
と思いました。体が資本の仕事なので、体調不良は大事故  
にも繋がります。

取り組むことをすぐに決めました。

私たちはプライド(HORIE PRIDE)を持って仕事を  
しています。オリジナルユニフォームを導入し、気持ちを一つに  
して仕事を行ってきました。業界のイメージ払拭にも繋が  
っていると思います。更には健康経営もイメージ向上に繋がると  
思っています。

## 大切な社員とその家族の健康とともに 会社も成長していきたい

社員とその家族は会社にとって、大切な財産です。

社員だけではなく、その家族とも家族ぐるみの付き  
合いをしています。だからこそ、社員だけでなくその  
家族も巻き込んで、健康に興味を持ってくれたら  
という思いで取り組んでいます。仕事をする上で家族の協力はなくてはならない  
ものです。社員とその家族の健康とともに、会社  
も成長していきたいと思っています。

## 出来ることを探していく

トラックのマフラーに金網をセットしています。100%  
防爆性能を保証するものではないですが、しないより  
はした方がいいと思うこと、出来ること、気付いた  
ことをコツコツと行っています。他にも、ゴミの分別を社内で行うなど健康だけ  
でなく、環境にも繋がっていると思います。小さなことでも出来ることから取り組むこと  
で、従業員も自然と実行出来ることを続けてい  
きたいと考えています。

## まずは喫煙対策

取り組もうと決めたものの何から行えば良いの  
か分かりませんでした。周りを見回してみたら  
まずはタバコが目に入ってきましたのでそこ  
から取り組みを開始しました。最初に分煙  
をして貰い、そこから禁煙の勧めも行って  
いきました。仕事中車の中の喫煙の禁止も推進し、少し  
ずつ本数を減らしていけるように指導して  
いきました。会社負担で、電子タバコの用意も行いま  
した。

最新の労働安全基準にも対応



健康経営担当者によるミーティング風景

## 今後の課題

今後は運動にも力を入れていきたいです。

体が資本なので体作りも大変重要だと思  
います。家にある使っていない健康器具を会社  
に置いている企業もあると聞きました。それ  
によって、コミュニケーションも出てきた  
とのことでした。他の会社の取り組みも参考にさせて頂  
いて貰えたらと思いますので、他社の取  
り組みの事例が載ったもの、セミナーや  
事例の発表があるような機会にはど  
んどん参加して情報収集も積極的  
に行っていきます。

香川県  
高松営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
大西日出機 氏

大切な「社員とその家族そして地域」を守るために

- 代表取締役社長 大西日出機 氏
- 本 社 所 在 地 香川県善通寺市下吉田町151
- 主 な 事 業 内 容 タオル、Tシャツ企画・製造・販売業
- 従 業 員 数 92名

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022連続認定

## 健康経営取り組みのきっかけ

創業当初から福利厚生制度の充実に力を入れており、特に社長自身の学生時代の経験から、食の大切さを痛感して念願の社員食堂を設けました。

また、怪我は治りが見てわかるが、メンタルは治りが遅くわかりにくい点から、メンタルヘルスに注目し、より社員一人一人に寄り添えるサービスはないかとアクサ生命に相談したところ、すでに社員の健康に対して取り組んでいることも多いことから、健康経営をすすめていただきました。

健康宣言をおこない、健康経営優良法人の認定を目指し取り組んでまいりました。

## 体の健康は「食べること」から

社員食堂の内製化・・・社員は無償、近隣地域の皆様は格安料金で自由に利用していただける仕組みとしました。

外部委託ではできない、近隣農家の方が生産する減農薬野菜などを使うことで、新鮮かつ安心なメニューの提供が実現すると共に、近隣地域の皆様とのコミュニケーションも生まれました。

日替わりメニューを、野菜をしっかりとれる栄養バランスの良いものにしたところ、健康診断結果の良好な人が増えました。

また、お米を残すのがもったいないとの想いから、美味しい米パンを作る事に成功し本業以外にベーカリーを開店することができました。店内では無農薬LED野菜やイチゴの栽培もはじめています。



社員食堂で新年会の風景



ベーカリーの現場

LED栽培  
(上:イチゴ、下:バジル)

## ポジティブな発想は健康なメンタルから

コロナ禍で、社員の健康について改めて考える時間がとれるようになり、社長自らが社員と面談を実施・・・1日1名(1時間)じっくり膝を突き合わせて話した結果、仕事の改善点や悩みなど今まで聞こえてこなかった社員の本音を把握することができました。

そこから、事業への新しい発想や社員の仕事意識の向上につながっています。

## 今後の展望

苦があるから楽しみがある。

コロナ禍によるマスクゴムの不足時、Tシャツの原反をゴムの代用としてマスクを製造できないかと社員より自発的な意見が出ました。

その意見を即採用し、マスクを製造、市に寄贈いたしました。このように、苦しい時だからこそ生まれたポジティブな発想から、新しいことを創造する企業、社員が意欲的に楽しく安心して定年まで働ける企業、地域に応援される企業を目指しております。

現在も、印刷ずれなどで処分されていたタオルを真空貯蔵し災害時に備えて1万枚ほど備蓄しています。

今後は地域人口3万人×3枚を目標に続けてまいります。

代表取締役社長  
伊藤慎太郎 氏

## 「現役世代の健康維持・増進」を実現するために

- 代表取締役社長 伊藤慎太郎 氏
- 本社所在地 愛媛県西条市西田甲590-2
- 主な事業内容 医薬品小売業
- 従業員数 1,086名(男性:303名・女性:783名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

「健康で豊かな暮らしを想像し、共に働く仲間の幸せを実現します」という経営理念であり、「地域の皆様の豊かな暮らし」を実現するために、「健康で、美しく、便利な暮らし」ができ「毎日が明るく、楽しい生活」を送れることこそが「豊かさ」と考えています。その中で「学び続け、変わり続け、挑み続ける人」を『人財』と呼び、お客様価値日本一を目指しています。

人口減少だからこそ、  
健康経営に取り組む必要を感じました。

2025年団塊世代が後期高齢者となる時代が到来します。健康寿命から平均余命迄の十数年ありますが、健康寿命を延ばしていかなければいけません。そのためには、当社だけではなく地元企業と一緒に取り組むために健康経営を始めました。

人的資源が限られている上、高齢化していきます。人口も減少していきます。人的資源を活かしていくためにも健康経営が必要と考えています。

## 健康寿命を延ばすために地元企業と連携

健康寿命を延ばすためには「予防・健康増進・未病」をしていかなければなりません。主業のドラッグストアを核に調剤薬局とフィットネスクラブを運営しています。また、mac健康クラブを立ち上げて、各店舗毎に、管理栄養士が「食事」「運動」のマンツーマンサポートを行ったり、継続的に参加してもらえるような仕組みづくり(体験会や健康セミナー等)をしています。

提携している地元企業の従業員さんにも参加してもらっています。



管理栄養士による栄養相談



栄養・運動に関するセミナー

## 大切な従業員への取り組み

大切な従業員も「健康で、美しく、便利な暮らし」ができ「毎日明るく、楽しい生活」を送って欲しいと願い、そのために健康は必要不可欠のため、福利厚生制度の一環として、経営しているフィットネスクラブの会費を会社が一部負担しています。

また、フィットネスジムでの運動量がスマートフォンのアプリと連動することでモチベーションアップ、継続する動機付けに役立っています。

## 今後の健康経営の取り組み

まずは当社従業員が継続して健康経営に取り組んだ効果や変化を地元企業へ発信をしていきます。

そして、健康経営の輪を拡げることで地元企業と一緒に健康増進、企業繁栄に繋げていきます。

そのためには、健康経営に興味のある企業へアプローチを行い、地域と連携したイベントを開催していき、少しでも健康に関心を持ってもらい、生活習慣病予防や健康増進に一歩踏み出す助けをしていきます。

また、地元企業の健康診断へ赴き、筋力測定・歩行測定・姿勢測定・骨密度測定等の測定会を行うことで、健康意識の向上につながる活動もしていきます。



代表取締役社長  
新村喜一郎 氏

お客様・社会・社員と「共存共栄」を実現するために！

- 代表取締役社長 新村喜一郎 氏
- 本 社 所 在 地 鹿児島県鹿児島市東開町
- 主 な 事 業 内 容 建材卸売業
- 従 業 員 数 14名(男性:10名・女性:4名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2020～2022 3年連続認定

当社は「共存共栄」を経営理念とし、お客様・社会・社員が物心両面にわたり豊かになることを目指しています。お客様の「すぐ、必要」にお応えするため、対応力・機動力・提案力の現場を支える「3つの力」を常に磨き発揮することでお客様に選ばれ続けています。「お待たせしない在庫機能」「迅速な自社デリバリ」「豊富な商品知識」の3つの強みでサポート致します。

### 人という「資源」を大切にしたい だから健康経営に取り組む必要を感じました

当社にとって、人こそが「資源」です。アクサ生命の担当者から「健康経営」を紹介され、従業員のために取組もうと思いました。アクサ生命のワンポイントアドバイスを給与明細に封入し共有していますが、一人一人の健康意識が高まってきているのを実感しています。社員は家族とも共有しているようです。社員の定着率も高く、ここ数年退職者はゼロを継続中です。「3つの力」も「3つの強み」も社員の経験が重要となることが多くあります。一人で自信をもって現場に行けるようになるのに5～6年、一人前になるのには20年かかると思います。今いる社員に健康で長くイキイキと働いてもらう事が、当社の前進の原動力です。

### 「健康経営」は健診結果の活用から

現場を支えるのは「人」の力ですが、人は身体が資本です。身体づくりとストレス発散そしてコミュニケーション向上のため、社員に声を掛け2カ月に一度社員とのゴルフを実施しています。以前は社員の健診結果に関して「気を付けるように」程度の声掛けだったのが、健診結果を社員とのコミュニケーションツールとして活用しています。健診結果の年ごとの推移を見ていくと、社員一人一人の体調の変化や健康状態がよくわかるようになります。要再検査者には本人任せにせず、会社が就業時間内に病院を予約し受診を促しています。



### 社員の健康意識の高まりを実感しています

健康意識の高まりにより、飲物にも気を付けるようになりました。糖分入りの飲料を卒業し、無糖のものを好む社員が増えました。社員は誰でも備え付けのウォーターサーバーを利用することができます。マイボトルに入れて、営業活動に出かける社員もいます。

### 「人」の問題解決で経営課題も解決

経営上の問題は、つきつめれば「人」の問題です。人の問題を解決するために「健康経営」でワークエンゲージメントを高め、お客様とも社会とも社員とも共存共栄を実現していきます。企業として社会的責任を果たすために、地域貢献活動にも取り組んでいます。

スポーツを通して社会の健康作りに貢献するために、FEGAエルグフットサルクラブに協賛しています。



### 今後の展望

優良法人認定証を玄関消毒の近くに置き、社員はもちろん来訪者にもアピールしています。健康経営で社員のウェルビーイングを実現し、職場の一層の活性化を図っていきます。今後は福岡の拠点も強化し、「3つの力」と「3つの強み」を健康経営で最大限発揮し九州を縦に網羅するビジネスネットワークを構築していきたいと願っています。

鹿児島県  
鹿児島営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
宮内秀人氏

「百聞は一見に如かず」健康経営は生産性向上に効く

- 代表取締役社長 宮内秀人氏
- 本社所在地 鹿児島県鹿児島市東開町
- 主な事業内容 紙製品卸業・PR商品開発製造業
- 従業員数 11名(男性:10名・女性:1名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2022 認定

「誰でも最初は初心者、やってみなはれ！」自ら自発的に動く事をモットーとする、わが社の合言葉です。何をしてもいいかわからないから、何もしないのでは前に進みません。たかがカレンダー、されどカレンダー。「一期一会」人様とのつながりに感謝の気持ちを込めつつ、日本の良き伝統文化を守り発展させていくため、年に一度のカレンダー製作に社員一丸となって取組んでいます。

### 社員のモチベーション向上に有効と考え 健康経営に取組むことを決めました。

社員のモチベーションを向上させるのに有効な手立てはないものだろうかと思案していたところ、アクサ生命の健康経営アドバイザーから健康経営の案内を受けました。最初は半信半疑でしたがアクサ生命主催の健康経営フォーラムに参加し全国と県内の先進的な取組事例を聞いて合点がいき、会社として取組んでいくことを決めました。正に「百聞は一見に如かず」。社員の健康に対する意識を高め、ウェルビーイングを実現し生き生きと楽しく働いてほしいと願って取組んでいます。

### 業務にも健康経営にも、 社員の自発的な行動こそが重要。

社員に気持ちよく働いてもらおうと思い、社員旅行は約30年前から海外に行くことにしています。社員の月々の積立と会社負担を合わせ毎年1月から2月にかけて実施しています。社員旅行のモットーは「きちんと予習」「自分の足で歩こう」です。その社員旅行の経験が業務面においても、社員の根底に根付いています。「百聞は一見に如かず」経験が何よりも大事」。まずやってみてその経験をその場限りのものとして経験から学ぶことによって、社員一人一人が業務に対しても能動的に主体的に活発に取組んでくれています。ワークライフバランス改善のため残業の削減にも取組み、今では繁忙期でも全員が19時までには退社しています。

2018年1月17日 社員旅行実施  
ローマ スペイン広場にて2022年4月2日 本社にて  
健康経営職域セミナー実施  
テーマは「禁煙」

### 健康経営はまず社長の健康づくりと実践から！

健康経営を推進するに当たり、アクサ生命からいただくワンポイントアドバイスが大いに役立っています。身近なちょっとした事例ほど社員には腹落ちします。社員の健康作りを勧めるに当たり、まず社長である私自身の健康作りを取組み経験談として伝えるようにしています。毎朝毎夕の愛犬との散歩で一日1万4千歩の歩行、仕事と仕事の合間のストレッチの実践、アルコールとの付き合い方の工夫により減量に成功し高めだった血圧も安定しています。やる気スイッチは自分で入れるしかありませんが、社員の背中をそっと押してあげるように工夫はしています。

### 健康課題の優先順位を明確にし、 取組みを強化します。

今後の健康課題が社員の喫煙率の改善です。社屋内と社有車内は完全禁煙とし、喫煙場所は屋外に設けました。現在喫煙者は8名と多く、子供が生まれる予定の社員もおり全員禁煙を目指します。そのために社員の家族にも協力を求め、会社・家庭一体となって取組むつもりです。成功者には金一封を出す制度も制定しました。まずは私が本気であるところを示し、実現に向け行動していきます。社員の健康作りを通してワークエンゲイジメントを高め、社員と会社の幸せが一致する職場環境を構築します。

### 先代の教えは守りつつ、 お取引先へ貢献できるよう成長していきます。

日本を訪れた外国人観光客の感想では、「空気が美味しい」「水道水が美味しく飲める」「空がきれい」といった事柄が並んでいます。私たちには「当たり前」のことも場所や立場が変われば普通ではありません。「当たり前」に感謝し「当たり前」を提供してくれる社会に貢献できる会社と社員であり続けたいと願っています。これからも先代の教えである「本業を大切に」は守りつつ、時代の変化を先取りし時代の要請に即応できるよう成長し続け、お取引先企業の皆さまの販促活動のお役に立てるよう尽力してまいります。

鹿児島県  
鹿児島営業所Voice Report  
100th代表取締役社長  
今村公洋氏

便利で質の高いサービスを提供するために「健康経営」！

- 代表取締役社長 今村公洋氏
- 本社所在地 鹿児島県霧島市国分広瀬4
- 主な事業内容 電気設備業
- 従業員数 10名(男性:8名・女性:2名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

当社は企業理念を「電気工事と設備工事を通して皆様のお役に立つ企業」と定め、地域密着・充実のアフターサービスを展開しております。常に感謝の気持ちを忘れず、心の通い合う顔の見える仕事を通し、総合設備工事業としてコンビニエンスの様な便利で質の高いサービスを提供することを心がけています。地域を健康にするために、社員と会社の健康作りに取り組みます。

### 「健康経営」は時代の流れだと感じ、健康経営に取り組む必要を感じました。

当社のような従業員規模の小さな企業にとって、一人の体調不良は会社全体に影響します。人と人との繋がりを一番に考え、大企業にできない顔の見える仕事を遂行するためには、社員一人一人が健康でハツラツと業務に邁進してこそ可能となります。社会保障給付費の高騰、健康保険組合の赤字組合増加を見ても、健康経営は時代の要請だと感じ、従業員のためとお客様に質の高いサービスを提供するためにも取り組もうと決めました。

### 「健康経営」はまず社長の健康から

社員に対して健康を訴えるのに、社長である私自身が健康である必要があると考え、まず減量に取り組みました。ジムに通う事も考えましたが、インスタのフォロワーの多いコンサルにプログラム作成を依頼し、筋トレに励みました。1年で5キロ減量し、人間ドックでは保健師から「いったいどうしたのか」と驚かれました。社員に対しては決して押し付けにならないように配慮し、情報を伝えながら自ら健康意識を高めるようにしています。その際活用しているのが、アクサ生命の健康経営アドバイザーから提供してもらっている、ワンポイントアドバイスです。

社員からの要望もあり定時退社推進と共に、2月・3月の繁忙期以外は週休二日制を制度化し、ワークライフバランスも推進しています。

2021年8月3日  
職域健康セミナー開催  
講師はアクサ生命健康経営アドバイザー、テーマは健康習慣アンケート フィードバックセミナー朝礼時に資格試験合格者に  
金一封を手渡す今村社長

### 「人」の問題解決で経営課題も解決

優良法人認定を取得したおかげで、情報発信の機会が増えました。会長をしている同業者の集まりでも、「健康経営」のスピーチをしました。加えてアクサ生命の健康経営アドバイザーによるセミナーも、同業者協会でもいただきました。名刺に健康経営優良法人のロゴを入れていますが、名刺交換した方から「これは何ですか?」と聞かれることが多く、話題の提供にもつながります。同業者からも会社にはバイタリティが溢れているとみられるようになり、「健康経営」が会社のイメージUPにつながっています。明るく頑張ってくれている社員に気持ちよく働いてもらうためにシャワールームを設置し、仕事で汗をかいても気持ちよく帰ってもらえるようにしました。

### 社員のワークエンゲイジメントを高め、社業を通じて地球の健康にも貢献する。

私たちにとって人材確保は重要です。人がいれば仕事はありますが人がいないと、仕事があっても対応できません。現在の社員に健康で長くイキイキと働いてもらうと同時に、その姿を見て必要な人材が採用できる会社にしていきたいと願っています。そのために社員のワークエンゲイジメントを高める「健康経営」に取り組んでいきます。社員と共にお客様・地域社会にとってコンビニエンスなサービスを提供する会社を実現していきます。次世代システムの普及により、地球の健康にもお財布の健康にも優しい生活基盤を広げていきたいと願っています。企業として社会的責任を果たすために、地域貢献活動にも取り組んでいきます。

健康的な笑顔で業務に  
取り組む今村社長と社員

鹿児島県  
鹿屋営業所

Voice Report  
100th



代表取締役  
宮園春人 氏

「お客様の生活を支える」会社であり続けるために

- 代表取締役 宮園春人氏
- 本社所在地 鹿児島県鹿屋市旭原町
- 主な事業内容 高圧ガス製造販売業
- 従業員数 25名(男性:22名・女性:3名)

健康経営優良法人 2022認定  
中小規模

健康経営優良法人  
2021・2022 2年連続認定

当社は企業理念として「ともに生きる一信頼・保安・夢」を掲げています。ガスという公共インフラを扱う会社として、社員・お客様・地域と共にガスの安心・安全・安定供給のため24時間・365日年中無休でサービスの提供に取り組んでいます。鹿児島県および大隅半島を元気にすることが当社の使命です。一歩間違えると危険なガスですが、皆さまの快適な生活を支えるために「健康経営」を推進します。

### 長期休職者をこれ以上出たくない 健康作りを会社として取り組む必要を感じました。

過去10年ほどの間に40歳代から60歳代まで、延べ7名から8名の社員が病気で長期休職を経験しました。健康を失うと本人とご家族が辛いのは当然ですが、会社にとっても生産性がダウンします。従業員の健康促進のためにやれることはないかと思案していたところ、アクサ生命の健康経営アドバイザーから「健康経営」の話を聞き、取り組もうと考えスタートしました。

### アクサ生命の健康経営アドバイザーの活用により 健康意識の浸透を図る

社員の健康意識の向上のため、健康経営アドバイザーから案内されるワンポイントアドバイスを朝礼時に紹介しています。一昨年はアクサ生命の健康習慣Webアンケートのフィードバックセミナーをオンラインで開催し、社員の健康に対する意識の向上に大変役立ちました。ガスという公共インフラを24時間365日年中無休で供給する体制を構築しています。そのため当直制度を設けていますが、社員の健康を考慮し、また働き方改革の一環として、当直体制の見直しや環境整備を行い、社員の負担の軽減に努め、評価を得ています。



2020年10月20日  
朝礼時に健康習慣Webアンケートフィードバックセミナーをオンラインで実施  
前方スクリーンに投影し、全員で視聴。

2022年2月25日  
災害時に社屋を地域の避難所として使って頂くために  
停電時でも発電可能なLPガス発電設備を設置



### 運動機会の創出と 継続のための仕組み作りが課題

会社のある鹿児島県大隅半島及び鹿屋市は完全な車社会であり、意識的に歩く事をしないとどうしても運動不足になります。昨年10月に行われたオクトーバー・ラン&ウォーク2021という、自治体対抗戦スポーツイベントに会社を挙げて参加しました。社員全員がアプリをダウンロードし、毎日の運動習慣を身につけながら健康づくりを行いました。会社の順位や一人一人の歩数を確認したり競ったりすることで、コミュニケーションも自然と良化できました。今後は運動習慣を継続させるための仕組み作りも重要であると思っています。

### 健康経営と共に地域貢献にも取り組む

アクサの健康経営サポートパッケージの中でも、24時間電話健康相談サービスは社員が一番利用しているようです。再検査についても社長自ら直接受診を促し、業務中の受診を可能とすることで100%受診をしています。健康への意識強化に関しても社長が言うより外部の専門家が話してくれた方が、社員の心に届くようです。アクサ生命の健康経営アドバイザーを活用し、一層の健康意識の浸透を図っていきます。地域貢献の一環として、社屋を災害時の避難所として使用する協定を鹿屋市と結びました。災害による停電時でも発電可能なLPガス発電機も設置いたしました。

### 健康経営は世界共通・不変の取り組み

今後は社員のメンタル面での支援強化のため、法定義務はありませんがストレスチェックや主治医の選任にも取り組んでいきたいと考えています。コロナ禍でコミュニケーションが取りにくい状況ですが、社内展示会など全社員で取り組む企画を立てコミュニケーションの機会を創出しようと考えています。飲み会が開けない分、非公式のミーティングも企画しコミュニケーション強化を図っています。健康経営はSDGsの一環として世界共通・不変の取り組みです。世界の流れに乗る、いやリードする覚悟で取り組み続けていきます。





[www.axa.co.jp](http://www.axa.co.jp)



アクサ生命保険株式会社

〒108-8020 東京都港区白金1-17-3

TEL 03-6737-7777 (代表)

[www.axa.co.jp/](http://www.axa.co.jp/)

Form No.0X0586(1.0) AXA-A2-2208-0387/COT 2022.09.01