

いばらき健康経営推進事業所認定に係る取組み事例紹介

会社名 大塚製薬(株) 水戸出張所



会社概要

代表者氏名	所長大野 高裕
所在地	〒310-0851 茨城県水戸市千波町2402-6
従業員数	19名
事業内容	医薬品製造販売

健康経営への取組みのきっかけ

当社の企業理念が世界の人々の健康の維持増進に貢献することであることからステークホルダーは勿論、世界の人々の健康増進に貢献できるよう健康経営に関しましても取組みを行っております。



当社社員による出前健康講座

社内における健康経営の推進体制

各拠点に総務を配置。ITにて全社員に発信。



※当社学術担当による勉強会

いばらき健康経営推進事業所認定制度への申請動機

当社の企業理念が世界の人々の健康に貢献することからステークホルダーは勿論、県民の健康増進にも貢献できるよう自社及び社外向けにも取組みを行っております。



勉強会をPCで受講

社内における健康経営の取組内容①

社員が自ら健康管理を行い、健康意識を高く維持できるよう、健康診断、30歳以上は人間ドックを一定期間受診を無料として社員に受診を推進。また、30歳未満でも胃がん検診・婦人科検診等のオプションは追加を無料としている。

社内における健康経営の取組内容②

自社製品の研究開発で得られた知見を活かし、社員やその家族向けに健康セミナーを開催。オフィスや工場でインストラクターの指導のもと、毎週内容が異なる8分間の体操(ポカリフレッシュ)を週に1回実施。女性のみならず男性社員も参加できる「女性の健康セミナー」を実施。

社内における健康経営の取組内容③

自社製品の研究開発で得られた知見を活かし、社内学術担当による勉強会を実施。その知識を活かして社外企業や市民団体を対象に出前講座や オンラインによる健康セミナーを開催。

社内における健康経営の取組内容④

感染症予防に向けて予防接種の費用無料化や感染者の出勤停止と報告書提出。24時間健康やこころの悩みに関する電話相談が可能な電話健康相談のサービスを提供。

健康経営の取組みによる効果・メリット

メリハリのある働き方を意識できるようになった。社外企業の健康課題や交流が出来るようになった。体調管理、栄養管理、熱中症対策等幅広い意識向上に繋がっている。

いばらき健康経営推進事業所認定に係る取組み事例紹介

会社名 有限会社桜井工業



健康経営への取組みのきっかけ

会社に出社し、年齢を重ねても長く働くためにはまず健康が一番と考える。それには毎日の食事の摂取バランス、夜の不規則な時間での食事、睡眠等で少しずつ体調を崩し、気にしない従業員が多かった。若い従業員も多いので体調変化も放置しがちである為、少しでも自分の体に気を遣うにはどうしたらいいか会社全体で取り組んでいく必要があった。

社内における健康経営の推進体制

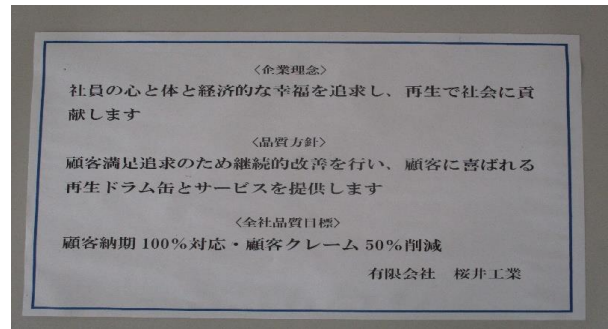
協会けんぽ健康づくり担当者を2名、第一種衛生管理者4名で事務所・工場に配置をしている。始業前のミーティング時に体調変化や悩み事があれば直属の上司に相談するように促し、週一回行われる会議にて報告を行うようにしている。また必要があれば弊社産業医にかかるように勧めている。

いばらき健康経営推進事業所認定制度への申請動機

健康経営優良法人を2018年に取得したのをきっかけに、茨城県や会社に良いPRになればと思い申請をした。また募集時の新卒やハローワーク等の就職のきっかけになればと期待している。

会社概要

代表者氏名	桜井 裕一
所在地	下妻市
従業員数	53名
事業内容	ドラム缶の再生・販売



社内における健康経営の取組内容①

3年前から喫煙0を目指し禁煙宣言を行って、達成者には報奨金を出し表彰をしている。また禁煙講習として協会けんぽから講師をお招きし、会社全体で講義を行っていただいている。

社内における健康経営の取組内容②

弊社敷地内に飲料自動販売機が3台あり、そのうち1台を『ウェルネス自販機』としてもらい、カロリー・糖分が少なめである飲料水を置いていただいている。また、自販機パネルにカロリー表示をして従業員に健康に対する意識付けをしている。

社内における健康経営の取組内容③

③月に一度、専門の先生をお呼びして会社全体で講習を行っている。最近では協会けんぽから「お口の健口教室」の講習を社内で行った。

社内における健康経営の取組内容④

-

健康経営の取組みによる効果・メリット

①3年前から禁煙達成者に報奨金制度を始めたが10人達成した。今後も継続して行っていく。②自販機で購入する際、パネルに表記されているカロリー表示を見て買う従業員がみられた。少しでも体に気を遣う事の手助けになればと思う。③体の健康もちろんだが、新たな試みとして歯の健康も知っていただきたく、協会けんぽにて講義を開催していただいた。喫煙者も歯に影響する部分なので意識付けとして効果があればと思う。

いばらき健康経営推進事業所認定に係る取組み事例紹介

会社名 一般社団法人ハーモニーナース 在宅看護センター和音



会社概要

代表者氏名	黒澤 薫子
所在地	茨城県東茨城郡茨城町前田1707-360
従業員数	10名
事業内容	訪問看護サービス

健康経営への取組みのきっかけ

医療従事者として患者さんに医療的、介護的ケアをしていくうえで、まずは自身の健康管理が大切であり、根本であるということ。



社内における健康経営の推進体制

代表理事(看護師)を健康推進員委員とし、事務長を責任者として連絡事項等の周知徹底を図る。社内専用の通信アプリを用いて、定期的に情報を発信している。



いばらき健康経営推進事業所認定制度への申請動機

従業員のほとんどが医療従事者であり、日ごろから健康経営(健康管理)は必然と考えられるから。



社内における健康経営の取組内容①

代表理事がフードマイスターでもあることから、定期的に旬の野菜や、栄養価の高い食材を用いてランチを提供している。健康な体をつくるための原点である食事を見直すきっかけとなっている。

社内における健康経営の取組内容②

当社の職務上、リハビリ職として理学療法士や作業療法士がいるため、昼休み等を利用して踏み台昇降運動やバランスボール、ストレッチ等、短時間で簡単にできる運動をアドバイスしていただいている。また多くの従業員が実践している。

社内における健康経営の取組内容③

社員間で元気アップ!!リいばらきを活用して、毎日のウォーキングを楽しく競っている。目的は健康増進と景品である。

社内における健康経営の取組内容④

-

健康経営の取組みによる効果・メリット

元気アップ!!リいばらきを活用をすることで、一部の社員同士での重要なコミュニケーションツールとなっている。お互いの頑張りが数値に現れることで、自身の目標にもつながっている。

いばらき健康経営推進事業所認定に係る取組み事例紹介

会社名 株式会社筑波銀行



会社概要

代表者氏名	生田 雅彦
所在地	土浦市
従業員数	1543名
事業内容	銀行業

健康経営への取組みのきっかけ

- 当行が持続的な成長を実現していくうえで、従業員の健康を経営課題として捉え、戦略的に健康経営に取り組む必要があると認識したためです。
- また、当行グループの健康保険組合の財政安定のためにも従業員の健康維持向上が不可欠であると捉え健康経営の取組みを開始しました。



社内における健康経営の推進体制

- 頭取を健康づくり責任者とし、銀行・グループ各社・健康保険組合が一体となり、従業員組合や産業医等と連携して、従業員および家族の心と身体の健康保持・増進を図るための施策等に取り組んでいます。
(担当者等)
- 実務については、人事総務部の担当者を中心に、保健師・健康保険組合担当者が連携して取り組んでいます。

いばらき健康経営推進事業所認定制度への申請動機

- 従業員の健康を経営課題として捉え、戦略的に健康経営に取り組むとともに、更なる取組み向上を図るため「いばらき健康経営推進事業所」の認定を申請しました。

社内における健康経営の取組内容①

二次健康診断(精密検査)受診率の向上<目標受診率85%>
実施率
・2017年度:67.0%
・2018年度:72.7%
・2019年度:85.3%

社内における健康経営の取組内容②

特定保健指導の実施率向上<目標実施率60%>
実施率
・2017年度:70.6%
・2018年度:66.2%
・2019年度:67.91

社内における健康経営の取組内容③

完全分煙および禁煙の推進<目標喫煙率 15%達成>
2017年度、20.3%
2018年度、19.6%
2019年度、19.0%
2020年度、17.9%
・「禁煙治療費用補助金支給規程」制定(H31.4.1開始)

社内における健康経営の取組内容④

-

健康経営の取組みによる効果・メリット

・健康増進に関する施策は、これまでも①銀行、②健康保険組合、③従業員組合がそれぞれ取り組んできましたが、健康経営に取り組むことをきっかけに、より連携して取り組むことができるようになり、相乗効果が出てきています。
・また、全社内において意識向上が図られ、健康に関する各種データも改善しています。

いばらき健康経営推進事業所認定に係る取組み事例紹介

会社名 日本ナショナル製罐株式会社



会社概要

代表者氏名	島田 浩行
所在地	石岡市
従業員数	212名
事業内容	製造業

健康経営への取り組みのきっかけ

以前より様々な活動が定着しており、今までやってきたことが健康経営に直結していた。特に新たに何かを始めたわけではなく今まで実施してきた延長線上に健康経営があった。



社内における健康経営の推進体制

健康相談室を設けている。
看護師が1名常勤している。
相談室前に健康情報などのお知らせや、ポスター掲示、メール配信などを行っている。

種類	1月20日 月曜日			
日 替 わり	ビーフシチュー			
	428 kcal	20.2 g	21.8 g	2.7 g
か る し お	鯖の味噌煮			
	210 kcal	17.7 g	10.1 g	1.2 g

いばらき健康経営推進事業所認定制度への申請動機

協会けんぽさんからの勧めがあったことで申請のきっかけになった。
この機会に社員一人ひとりが健康について考えていただくきっかけになればと思った。
また、定年後も健康で生活できるように働きかけができるのではないかと考えた。



社内における健康経営の取組内容①

コミュニケーションの促進に向けた取り組みとして、年に1回ビアパーティーを実施している。全従業員及び家族が対象で300名前後が参加。コミュニケーションを目的として、立食パーティーにしている。費用は送迎まで含めて全額会社が負担している。

社内における健康経営の取組内容②

肥満や高血圧の従業員が多いため、食生活改善に向けられるような社食の提供。メニュー別に塩分・脂質・カロリーの表示。メニューのひとつにかかる塩メニュー（減塩食）を導入している。ご飯は各自自由に盛ることができるので、食べ過ぎないようにサンプルを置いている（量別にカロリーの表示）。夜勤者に対しても、同様の対応をしている。

社内における健康経営の取組内容③

運動機能の増進に向けた取り組みとして、ラジオ体操の実施。運動施設利用料の会社負担（スポーツジムやゴルフ練習場については、会社が半額負担することで、従業員は1回500円で利用できる）
健康セミナーの実施（効果的なウォーキング）（腸から鍛えよう！病気に負けない身体づくり）
「元気アップ！りいばらき」アプリの活用簡単にできるストレッチ内容の掲示

社内における健康経営の取組内容④

-

健康経営の取組みによる効果・メリット

アプリの活用により、歩く事を意識する人が増えた。また、ランキングを見ることで話題のひとつとなり会話が増えた。効果的ウォーキングのセミナーを実施したことで、歩き方を意識する人が増えた。
減塩メニューを選択する従業員が増えた。
会社内でも健康優良者として表彰する事で健康管理に留意する方が増えた。
喫煙場所を減らしたことで禁煙する人が出始めた。

いばらき健康経営推進事業所認定に係る取組み事例紹介

会社名 株式会社トレンディ茨城



会社概要

代表者氏名	代表取締役社長 伊藤 忠士
所在地	水戸市
従業員数	33名
事業内容	一般貨物自動車運送事業

健康経営への取組みのきっかけ

健康経営を取り組む前、社内でインフルエンザ患者が蔓延するという状況があり、それをきっかけに、うがい・手洗いの励行、アルコール消毒の設置、予防接種助成等に取り組み、インフルエンザ患者が減少した。以降、社内全体に健康経営の意識が高まった。



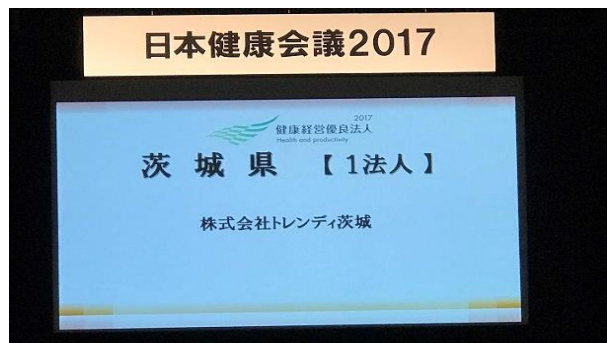
社内における健康経営の推進体制

健康づくり担当者が中心となり、健康診断・保健指導・ストレスチェックの案内、健康をテーマとした研修、メンタルヘルス相談窓口、健康に関する情報発信などを社内メールにより行っている。



いばらき健康経営推進事業所認定制度への申請動機

「健康経営優良法人2017(中小規模法人部門)」茨城県認定第1号を取得したことにより、認定基準が該当する「いばらき健康経営推進事業所認定制度」にも申請した。



社内における健康経営の取組内容①

感染症予防として、インフルエンザ予防接種の全額費用負担、マスクの配布、消毒液の設置、一日一本ヤクルト飲用を行っている。

社内における健康経営の取組内容②

定期健康診断の結果、再検査や精密検査が必要な社員に対して、声かけと文書にて受診を促している。また、ドライバー対象に脳ドックを実施している。

社内における健康経営の取組内容③

健康増進として、毎朝のラジオ体操、協会けんぽ健康づくり推進事業所限定の「健康セミナー」「お口の健康教室」の実施、健康測定器(血管年齢測定器)のレンタルを受け健康チェックに取り組んでいる。

社内における健康経営の取組内容④

-

健康経営の取組みによる効果・メリット

健康の話題を通して社員間のコミュニケーションに繋がった。社員一人一人の健康意識が向上した。有給休暇の取得促進をしているので、有給休暇が取得しやすい雰囲気になり、ライフワークバランスが向上した。

いばらき健康経営推進事業所認定に係る取組み事例紹介

会社名 株式会社ユードム

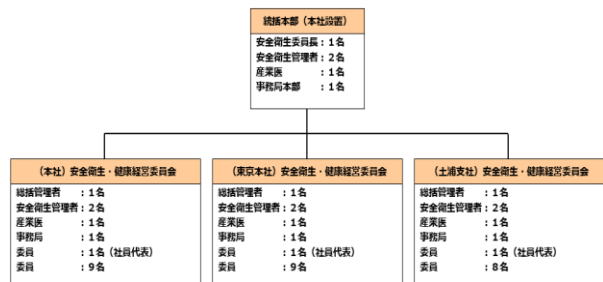


会社概要	
代表者氏名	代表取締役社長 森 淳一
所在地	水戸市
従業員数	270名
事業内容	ソフトウェア開発

健康経営への取り組みのきっかけ

当社経営理念『絶えざる技術革新と創造で、お客様および社会に貢献し、社員すべてが豊かで生きがいを持って働ける企業として発展する。』に基づき、従業員の心身両面の健康保持・増進が、地域への貢献と当社の持続的な成長に重要であると考えたから。

安全衛生・健康経営委員会 組織体制



社内における健康経営の推進体制

安全衛生・健康経営委員会
(体制図の通り)



いばらき健康経営推進事業所認定制度への申請動機

健康経営に取り組むにあたり、茨城県に拠点を置く企業として茨城県認定取得が必須と考えたから。



社内における健康経営の取組内容①

- (1) 健康管理対策の強化
- ・定期健康診断の完全実施
 - ・精密検査等の受診率の向上

社内における健康経営の取組内容②

- (2) 職場環境の改善
- ・総労働時間の短縮に向けた取組強化
 - ・活発なメンター活動を通して若年層の悩み相談など、早期のメンタルヘルスクアを推進、費用補助により支援拡大。

社内における健康経営の取組内容③

- (3) 健康管理に対する従業員の意識向上
- ・年2回のストレスチェック実施・結果に基づく職場環境の改善
 - ・身体年齢測定による、健康管理への関心維持と増進
 - ・健康インセンティブを導入(身体年齢測定結果により退職金上乘せ等)

社内における健康経営の取組内容④

-

健康経営の取組みによる効果・メリット

【効果・メリット】

- ・従業員の健康に対する意識の向上が図れた。
- ・総労働時間が短縮出来た。

【課題】

- ・従業員の労働環境が部門間に異なる場合、健康経営に係る取り組みの『量・質』の格差を如何に平準化するかが課題。