

東北地域における
健康経営優良法人2020
取組事例集

2021年3月発行
東北経済産業局 産業部
商業・流通サービス産業課

はじめに

健康経営の普及促進に向けた「健康経営優良法人認定制度」において、第5回となる「健康経営優良法人2021」では、東北地域から大規模法人部門57法人、中小規模法人部門767法人が2021年3月4日に認定されました。各県ごとの認定数は年々増加しており、健康経営に対する企業の関心度は、東北地域においても益々高まっております。

この度、東北地域の更なる健康経営の普及促進を図るため、東北経済産業局において、昨年度「健康経営優良法人2020」の認定を受けた企業を対象に、東北6県における健康経営の優良事例として14社を取り上げ、取組事例集として取りまとめました。

社員の健康を会社組織全体で管理し、経営理念にも組み込んでいくなど経営的視点で捉え、戦略的かつ積極的に社員の健康づくりに取り組まれている企業を紹介しております。健康経営の取組内容、成果、今後の展望など、企業等の皆様が健康経営に取り組むうえでの参考として本事例集をご活用いただければ幸いです。

当局でも引き続き、健康経営の更なる推進に向け、尽力いたします。

最後に、本事例集の作成に当たり、資料のご提供やヒアリング等にご協力いただきました皆様に心より感謝申し上げます。

東北経済産業局
商業・流通サービス産業課

健康経営優良法人認定制度について

健康経営優良法人認定制度とは、地域の健康課題に即した取組や日本健康会議が進める健康増進の取組をもとに、特に優良な健康経営を実践している大企業や中小企業等の法人を顕彰する制度です。

健康経営に取り組む優良な法人を「見える化」することで、従業員や求職者、関係企業や金融機関などから「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる法人」として社会的に評価を受けることができる環境を整備することを目的としています。

本認定制度は、中小規模の企業や法人を対象とした「中小規模法人部門」と、規模の大きい企業や法人を対象とした「大規模法人部門」の2つの部門に分け、それぞれの部門で「健康経営優良法人」を認定します。



健康経営優良法人
Health and productivity
大規模法人部門



健康経営優良法人
Health and productivity
中小規模法人部門

健康経営優良法人認定制度の詳細につきましては、

[経済産業省ホームページ](#)をご確認ください。➡



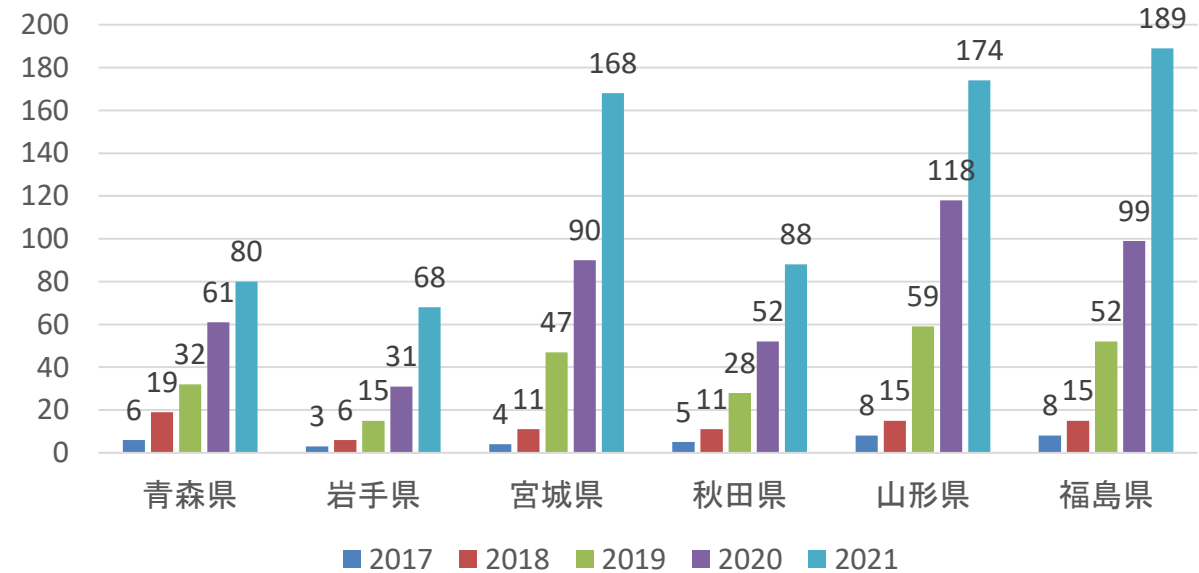
東北管内の認定状況（５年間の推移）

「健康経営優良法人2021」として、東北管内からは大規模法人部門57法人、中小規模法人部門767法人が認定されました。中小規模法人部門では、対前年比1.7倍の伸びとなり、対全国比は9.7%（ブライツ500含む）。

※2021年3月4日現在

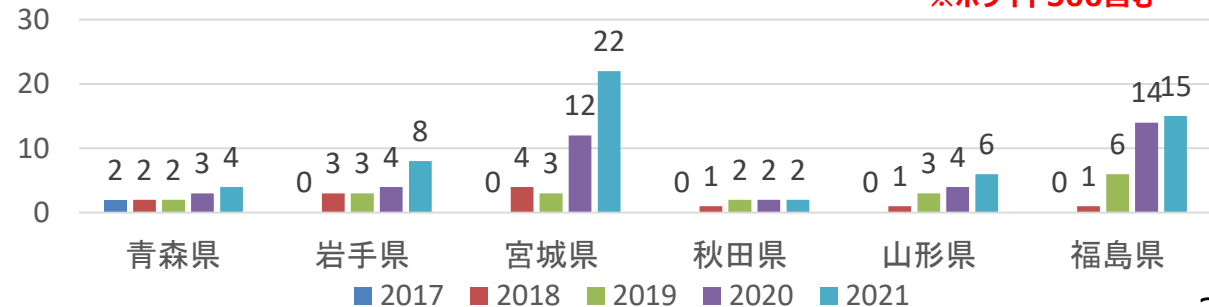
健康経営優良法人（中小規模法人部門） 東北管内の認定件数の推移

※ブライツ500含む



健康経営優良法人（大規模法人部門） 東北管内の認定件数の推移

※ホワイト500含む





大規模法人部門

- | | | | |
|---------------|-------|-----|---|
| 1. 株式会社北日本銀行 | 【岩手県】 | ... | 6 |
| 2. 公益財団法人ときわ会 | 【福島県】 | ... | 7 |



中小規模法人部門

- | | | | |
|---------------------|-------|-----|----|
| 1. 株式会社小坂工務店 | 【青森県】 | ... | 8 |
| 2. 津軽警備保障株式会社 | 【青森県】 | ... | 9 |
| 3. 株式会社菊池技研コンサルタント | 【岩手県】 | ... | 10 |
| 4. ニッコー・ファインメック株式会社 | 【岩手県】 | ... | 11 |

5.	ハリウコミュニケーションズ株式会社	【宮城県】	…	1 2
6.	株式会社コー・ワークス	【宮城県】	…	1 3
7.	株式会社アルファシステム	【秋田県】	…	1 4
8.	株式会社クツザワ	【秋田県】	…	1 5
9.	株式会社サニックス	【山形県】	…	1 6
1 0.	山形陸運株式会社	【山形県】	…	1 7
1 1.	大槻電設工業株式会社	【福島県】	…	1 8
1 2.	株式会社丸東	【福島県】	…	1 9

◇会社概要

- 代表者：取締役頭取 石塚 恭路
- 所在地：岩手県盛岡市
- 営業店舗数：本支店・営業所 77
- 従業員数：1199名（男性629名、女性570名）
- ホームページ：<https://www.kitagin.co.jp/>

◇取組の概要

- ・「**きらっat Workプロジェクト**」を2017年に発足。**全行員が活躍できる職場環境をつくるため、営業所や年代を問わず、様々なメンバーで月1回意見交換を実施。**
- ・定期健診において、**血液検査の待ち時間を利用し、管理栄養士による栄養相談を実施**している。
- ・2020年度から1on1ミーティングを実施。併せて満足度調査を行い、職場環境の見直しや行員の意欲向上などを図っている。
- ・週1回定時退行日を設定。また勤務時間外となる**18時以降の内線電話は原則禁止**としている。
- ・社内に設置している**自動販売機にカロリーを表示**。
- ・2020年に100名限定のウォーキングを実施。歩数計を配布し、上位入賞者にはクオカードを贈呈。
- ・禁煙外来者に補助。また日本対ガン協会主催「らくらく禁煙コンテスト」に参加し、禁煙への挑戦を後押し。
- ・自社の**産前産後支援制度をまとめたリーフレットを作成**。
- ・地域金融機関として、健康増進に取り組む企業を金利優遇がある融資制度により応援。

ほか



きらっat workプロジェクト



自販機のカロリー表示

◇取組のきっかけ

- ・企業において最も重要な経営資源は「ヒト」である考えから、経営理念の一つに掲げる「人間尊重」を進めてきた。2016年頃に健康経営という言葉を目にするようになり、より積極的に従業員の健康増進に取り組むように。

◇メリット・効果など

- ・再検査受診率60%→88%に増加。
- ・月の平均残業時間が7.6時間→6.3時間に減少。
- ・**男性の育児休業取得率50%**。
- ・新卒者の採用について、「健康経営優良法人のロゴマークがある企業は従業員を大切にしている」とゼミの先生からアドバイスをもらった学生もいる。

◇今後の展望

- ・試験的に始めた100名限定のウォーキングを全行員対象の取組として展開していきたい。
- ・健康アプリの導入を検討。

◇会社概要

- 代表者：ときわ会グループ会長 常盤 峻士
- 所在地：福島県いわき市
- 従業員数：825名（男性245名、女性580名）
- 事業内容：病院、クリニック、訪問介護、保育園経営等
- HP： http://www.tokiwa.or.jp/group/kenkou_company.html

◇取組の概要

- ・**産業医による職員向け研修**（管理職者研修・メンタルヘルス研修・女性職員向け健康セミナー・生活習慣病対策セミナー等）の実施。2020年度は**感染症対策として研修動画を独自に作成・編集。全職員に向け発信。**
- ・カロリー摂取量・減塩等に配慮した、ヘルシーな食堂メニューの提供。
- ・**施設内で定期健診が実施でき、診断結果を集めやすい医療機関の利点**を生かし喫煙率を調査、禁煙外来を職員向けに別枠で用意。職場内の目につく場所に禁煙ポスターを設置し、禁煙意識の高揚を図っている。
- ・「CARADA」という**アプリを活用し、健診結果をスマホ上で確認ができる**ように。職員が二次検診を受診したかどうかについても、アプリ上で確認が可能。
- ・業務時間内に委員会を実施できるよう、日程や体制を見直し、従業員に呼びかけ。
- ・コロナ禍を踏まえ、**妊娠中の女性職員に対し、産前休業前に特別休暇**を支給。無理せず休暇を取得するよう推進。ほか



職員向け禁煙外来の様子



新人職員向けメンタルヘルス研修

◇取組のきっかけ

- ・喫煙をする職員の割合が高かった。**健康管理をする立場にある保険医療機関として、まずは職員自らが率先**して、健康づくりをしなければならないと思ったことがきっかけ。

◇メリット・効果など

- ・喫煙率2018年20%→2020年16.5%に減少。
- ・大規模法人の医療機関の認定が東北で少なかったことも協会けんぽから講演の依頼があった。
- ・研修の実施等により、健康経営の取組が職員に浸透し、積極的に受け入れてもらえるようになった。

◇今後の展望

- ・グループ法人のメディカルフィットネスと連携し、エクササイズアプリ配信を、職員に割引価格で提供。
- ・時間外労働をさらに削減するため、働き方の見直し。
- ・家庭の都合により残業や夜勤ができない職員等、多様な働き方を認めていくため、新たな雇用形態の検討。

◇会社概要

- 代表者：代表取締役 小坂 仁志
- 所在地：青森県三沢市
- 従業員数：47名（男性23名、女性24名）
- 事業内容：総合建設業、不動産仲介・販売・賃貸等
- ホームページ：<http://kosakagc.co.jp/>

◇取組の概要

- ・ 毎日の歩数を記録し、総務が集計。社員のやる気を引き出すため、上位者を毎月の会議で発表。商品券等の景品も用意。社員旅行で訪れた北海道の地図上に、歩数を距離に換算し表示、社内にも掲示している。
- ・ 歩数報告や健康情報を社内のイントラネットで配信。社員全員にスマホを配布しており、コロナウイルス関連の情報等も、スマホ上でスピーディに共有。
- ・ 月に12日以上、徒歩又は自転車により通勤をした社員には、通勤手当と同額の「エコ通勤手当」を支給。その結果、近距離でも車通勤をしていた社員が、自転車通勤をするようになったケースも。
- ・ 敷地内外の清掃活動・ボランティア活動・ボーリングをはじめとした球技大会の実施により、社員の運動・交流の場を提供。
- ・ 保険会社と連携し、社内で「健康促進勉強会」を開催。
- ・ 私傷病のための「特別休暇制度」を実施。
- ・ 数年前からテレワークを積極的に導入し、産休・育休中の女性社員の職場復帰を支援。

ほか



福利厚生委員会主催の恵方巻き作り



歩数を距離に換算し地図上に表示

◇取組のきっかけ

- ・ 意識して取組を始めたわけではなく、ISO認証取得に伴い、社員への健康配慮や、より良い職場環境の形成に努めていたことが、健康経営優良法人の認定取得にもつながった。また、病氣療養中の社員が離職せず、働き続けて欲しいとの思いもあり、健康経営の取組を行っている。

◇メリット・効果など

- ・ 新聞やTV等、メディアに取り上げられる機会が増え、会社外からの反応も良かった。
- ・ 社員の意識が変化し、年休・産休取得率が向上。
- ・ 社員同士のコミュニケーションの機会が増加。

◇今後の展望

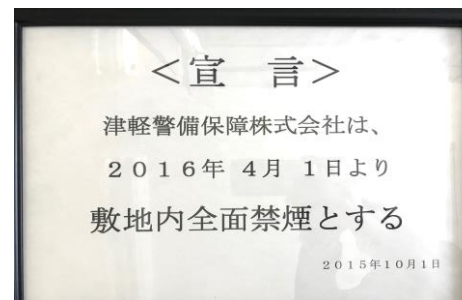
- ・ 血圧や喫煙率の低下に繋がるような取組を検討中。
- ・ 数年後の社屋建替えに伴い、社員が交流できる休憩室の設置等、より働きやすい職場環境づくりを見直し中。

◇会社概要

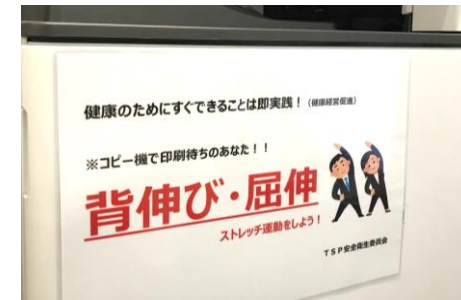
- 代表者：代表取締役 山口 道子
- 所在地：青森県弘前市
- 従業員数：100名（男性95名、女性5名）
- 事業内容：警備業務全般、損害保険代理店、機器販売及び工事・保守点検等
- ホームページ： <https://tsugarukeibi.com/>

◇取組の概要

- ・定期健診後、再検査が必要な社員が受診完了するまで、衛生管理者や上長がフォロー。**二次検診は2013年から毎年、再検査受診率100%**を達成。
- ・がん検診等の任意検診の全額費用補助。
- ・**2008年よりインフルエンザ予防接種の全額費用補助。**
- ・**禁煙を推進。**敷地内禁煙や勤務時間内の禁煙を徹底。**喫煙率0%を目指し、3カ月毎に喫煙率調査。**
- ・病気治療と仕事の両立や家庭と仕事の両立を図るため、希望に合わせ、臨機応変に働き方やシフトを変更。
- ・健康をテーマとした社内報「衛生委員会だより」を年6回発行。
- ・**健康に配慮したメニュー**の仕出し弁当を利用。
- ・職場内にストレッチ体操のポスターを掲示し運動を誘導。
- ・新型コロナウイルス感染防止対策として、マスク配布、**自社販売の体温測定サーマルカメラで毎日の検温。**
- ・年次休暇の取得促進。 ほか



禁煙宣言 ※現在は就業時間中も禁煙



コピー機へ運動促進ポップを掲示

◇取組のきっかけ

- ・定期健診の二次検診を受けていない社員の病気が進行したことをきっかけに、社員の健康を会社として見守る大切さについて考えるようになった。

◇メリット・効果など

- ・喫煙率は2016年47%→2020年19%へ大幅減少。
- ・自社ホームページや、封筒・名刺にロゴを入れることで、外部からの反応も良い。
- ・リクルート活動の際、新卒者の親からの反応が良い。

◇今後の展望

- ・一番大事なことは、取組を継続していくこと。
- ・禁煙外来の費用補助等により、喫煙率0%を目指す。
- ・ラジオ体操の実施。
- ・社員同士のコミュニケーションの場を作りたい。
- ・外部講師による「食のセミナー」の実施。

◇会社概要

- 代表者：代表取締役 菊池 透
- 所在地：岩手県大船渡市
- 従業員数：85名（男性72名、女性13名）
- 事業内容：建設コンサルタント、測量調査、地質調査、補償コンサルタント等
- ホームページ：<https://www.k-giken.co.jp>

◇取組の概要

- ・2019年度に花王株式会社との直接契約により、**全社員にホコタッチ（加速度センサー付き高機能歩行計）を配布**し、運動促進。毎月、歩行データのランキングを発表し、成果の見える化に取り組む。
- ・**会社独自の「健康経営アワード」を開催**。当日は外部講師による健康講話や研修を行う。健康増進優良者に対する表彰も実施。
- ・**非喫煙者に対して、毎月健康増進手当を支給**。
- ・1963年の創業以来、毎朝ラジオ体操を実施。**年5回、拠点毎の健康増進ウォーキングを開催**。
- ・定期健診受診率100%。会社負担で必須項目以外の受診（定期健診+胃カメラ、人間ドック受診も可）。
- ・社員に健康ニュースや健康レシピの情報提供。 ほか

◇取組のきっかけ

- ・東日本大震災をきっかけに、業務が膨大に増え、社員の心身の不調が続いたことから「健康経営」を意識するようになった。



ホコタッチを活用し
ウォーキング後に楽しく歩数を確認



会社独自の「健康経営アワード」の様子

◇メリット・効果など

- ・ホコタッチによる取り組み開始から1年4カ月が経過し、**全体の歩行生活平均年齢が約10歳も若くなった**。朝・昼・午後の休憩時間にウォーキングをする社員が増えたりと、健康に対する意識が向上し、社員同士のコミュニケーションの機会も増えた。
- ・本認定に加え、岩手健康経営アワード2019県知事賞（最優秀賞）受賞により、取材依頼や講演依頼が増え、会社の認知度が高まった。
- ・求人説明会等で話題となり、学生からの反応も良く、会社のイメージアップにつながった。

◇今後の展望

- ・さらなる禁煙の推進。
- ・同じ取組を続けていくだけでなく、マンネリ化を防ぐため、社員にアンケートで案を募集し、新たな取組も取り入れていきたい。

◇会社概要

- 代表者：代表取締役社長 小野寺 真澄
- 所在地：岩手県一関市
- 従業員数：70名（男性53名、女性17名）
- 事業内容：産業廃棄物処理業、一般廃棄物処理業、くず再生業、貴金属の再生・販売、化学薬品の販売等
- ホームページ：<http://www.nikkofm.co.jp/>

◇取組の概要

- ・ **独自の健康管理チェックシートを活用**。体重測定や鈴木式アイチェックチャート結果を記録し、毎月提出。「禁煙をする」「体重3kg減量」等の年間目標を掲げ、**達成状況を会社の評価制度に反映**したことで、目標達成者が増加。
- ・ 年1～2回ウォークラリーorスポーツ大会を実施。ウォークラリーは**コースにクイズを設置し、社員が楽しみながら歩けるよう工夫**。全問正解者は会長からヘルシー野菜のプレゼントも。
- ・ 社内の自動販売機では、**特定保健用食品のお茶を100円価格で販売**し、糖分の含まれる飲料などの代わりにお茶を飲むよう推進。
- ・ ドライバーの喫煙状況改善のため、営業車含め全車両禁煙化。
- ・ **一関市内の福祉施設で栽培された野菜をつかった総菜を、月1回の会議の場で提供**。普段の食事に、野菜サラダを1品追加することを推奨している。
- ・ がん検診の腫瘍マーカー検査に対する会社負担。ほか



月1回市内で採れた野菜のおかずを提供



毎朝のラジオ体操

◇取組のきっかけ

- ・ 車内で過ごす時間が多いドライバーの運動の機会が少ないことや、食生活の偏り等により、定期健診でのBMI値が高い結果に。社内の健康づくりを模索していた中で「健康経営」という言葉をよく聞くようになったことから、意識して取り組むようになった。

◇メリット・効果など

- ・ 運動機会増加の他、社員同士のコミュニケーション向上にもつながった。
- ・ 認定について求人票に記載することで、働く環境を気にされる再就職者の面接時に、会社の取組を自信をもって伝えられるようになった。
- ・ 新聞掲載等、取材依頼が増えた。

◇今後の展望

- ・ 定期健診結果の更なる改善。
- ・ 休暇制度の拡充。

ハリオコミュニケーションズ株式会社

◇会社概要

- 代表者：代表取締役 針生 英一
- 所在地：宮城県仙台市
- 従業員数：34名（男性22名、女性12名）
- 事業内容：印刷、製本、HP制作、印刷物の企画等
- ホームページ：<https://www.zundanet.co.jp>

◇取組の概要

- ・健康づくり担当者、健康相談担当者、ハラスメント相談員、企業在籍型職場適応援助者などを配置し、**日常の健康観察、健康管理を実施。個別のケアを推進**し、社員の様々な悩みや相談に対応。
- ・**健康づくり推進委員会、職場安全衛生委員会**の設置。
- ・定期健診後の保健指導、喫煙者への啓発・健康相談。
- ・健康づくり研修会開催、各種研修会への派遣。
- ・個人毎にノー残業デー、清掃の日を設定（週1回）。
- ・**インフルエンザ予防接種の100%接種**（全額補助）。
- ・有給休暇取得の推奨、（学校行事などの）行事休暇の導入。
- ・**健康づくり担当者が中心となり、旬の野菜たっぷり、バランスの良い手作り「社食」**の実施（月1回）。
- ・**スポーツ活動**（登山・ソフトボール・ボーリング等）コミュニケーション活動への支援。
- ・**医療機関との連携**（病院の紹介、受診時の付き添い等）。
- ・休養・コミュニケーションスペースの充実。 ほか



社食の一例（ほうれん草とチキンのカレー、ヨーグルト、野菜ジュース）



登山部の活動

◇取組のきっかけ

- ・生活習慣病予備軍や、基礎体力の低下、ストレスによる心身の不調が増えたこと。
- ・健康で働き続けて欲しい、心身の**健康課題を解決し、豊かな人生を送って欲しい**との思い。

◇メリット・効果など

- ・社員の健康への関心が高まった。
- ・採用時の人材確保につながった。
- ・営業活動での話題となったり、他社との交渉がスムーズになった。

◇今後の展望

- ・快適な職場環境、作業環境、人間関係、家庭環境等の環境整備の充実。
- ・メンタルヘルス（個別相談）の充実、知識教育。
- ・意識改革（働き方改善）、生活習慣の改善、健康習慣の定着。

◇会社概要

- 代表者：代表取締役 佐藤 嘉晃
- 所在地：秋田県秋田市
- 従業員数：52名（男性35名、女性17名）
- 事業内容：情報サービス業、システム販売・開発業
- ホームページ： <http://www.alpha-sy.jp/>

◇取組の概要

- ・市町村向けに実施している「フレイル健診」で使用している体成分分析装置を社員にも活用。**社員の好きなタイミングで体脂肪や筋肉量を細かに測定し、メタボ対策。**
- ・定期健診の受診率100%。全員が就業時間中に受診できるように設定。
- ・週1回は必ず実施する「ノー残業デー」。
- ・**毎日の検温、血圧測定**の結果を独自開発したスマホアプリに入力し、**数値が見える化**。管理職が測定結果を把握。
- ・**禁煙の啓発**、推進。禁煙の目標期日の設定、禁煙外来の費用補助。**禁煙ワークショップ**の開催。
- ・**会社内でのインフルエンザ予防接種**の実施、接種費用の一部補助。
- ・保険会社と連携し、健康経営セミナーのオンライン開催。
- ・感染予防対策としてデスクにパーテーション設置。 (ほか)

◇取組のきっかけ

- ・事業の2本柱となっている「医療IT」「ヘルスケア事業」の最前線にいる営業・技術担当者が**健康で澁刺と活躍**してもらうため。



毎日の血圧測定



デスク周りにアクリル板のパーテーション

◇メリット・効果など

- ・この結果、1年間で喫煙率が42%→12%に大幅減。
- ・社のキャッチコピー「Digital Healthcare Innovation」に信頼性を持たせてアピール出来る。
- ・会社案内や採用募集の冊子にエンブレムを掲載し、質の高い経営姿勢をPRすることが出来る。

◇今後の展望

- ・管理栄養士による食生活、運動習慣の改善指導などを通じ、社員のメタボ対策を強化。フィットネスジム契約も行いたい。
- ・社内喫煙率をゼロにするために、禁煙外来の受診を促進し、自発的な禁煙意識を醸成する。喫煙者をチームに分け、禁煙達成を競うことにより、目標達成を目指す。
- ・医療ITのノウハウを活かし、社員自身の健康を体現した「健康の価値」を広くアピールしたい。

◇会社概要

- 代表者：代表取締役 沓澤 淳利
- 所在地：秋田県横手市
- 従業員数：129名（男性102名、女性27名）
- 事業内容：部品加工、金属加工、ロボット開発等
- ホームページ：<http://www.kutuzawa.co.jp/index.html>

◇取組の概要

- ・社内イントラや各棟の掲示板を利用し、精密検査を推奨。
- ・全社員の月ごとの有給取得率を各所属長に提示。**業務の手順書を作成し、属人化を防ぎ休暇取得しやすい体制に。**
- ・社員主体で社員間の家族ぐるみでの交流会を企画し（年1、2回）、BBQや職場のロボット工房見学等実施。
- ・**コミュニケーション促進を目的とした「ありがとうカード」の実施。社員同士で日頃の感謝の気持ちをカードに書き、社内に設置したBOXの中に投函。**受取枚数が多い社員を表彰し、中には1年で50枚以上受け取った人も。
- ・社員食堂で栄養バランスを考えたメニューを考案。週5日で献立を変え、低価格で提供している。また、食堂には食事に関するポスターやパンフレットなどを掲示し、健康への意識啓発も行っている。
- ・**社内の床6箇所に身長別の歩幅（4段階）をラインで示し、歩幅を意識して歩くことを心がけている。**
- ・禁煙の推進。禁煙ポスターの掲示や社内イントラで意識啓発を行っている。



ありがとうカードと
BOX



身長別の歩幅ライン

◇取組のきっかけ

- ・社長は「社員と家族が安心できる職場」に重きを置いている。以前社員が心筋梗塞で倒れたことから、健康経営に力を入れるように。

◇メリット・効果など

- ・優良法人の認定はFacebookやInstagram等で公表し、発信している。
- ・健康経営が自社の強みと言えるようになった。
- ・喫煙率が68%→40%に減少。

◇今後の展望

- ・会社周辺のゴミ拾い活動。
- ・定期的なラジオ体操の実施。
- ・**歯周病が心筋梗塞に繋がる可能性があることから、定期健診に加え、歯科検診も取り入れたい。**
- ・インフルエンザ予防摂取率向上のため、産業医の先生を招いて会社内で予防摂取が出来るよう検討している。
- ・男性社員の育児休暇取得推進。

◇会社概要

- 代表者：代表取締役 佐藤 啓
- 所在地：山形県山形市
- 従業員数：78名（男性70名、女性8名）
- 事業内容：自動車の製造・修理・販売等
- ホームページ：<https://www.sanics.co.jp/>

◇取組の概要

- ・ 毎月22日を禁煙デーに設定。一日禁煙を目指し、口寂しさが紛れるようアメやガムを配布している。
- ・ がん治療と仕事を両立できるよう治療費を補償。
- ・ 事務所の各デスクに終業予定時刻カードを設置。帰宅時刻の目安を表示し、残業削減に取り組む。
- ・ 有給休暇取得促進のため、誕生月に連続休暇を取得できる誕生日休暇制度を導入。
- ・ LINEワークス（ビジネスチャット）を利用し、会社連絡や情報交換のほか、健康掲示板には個人目標や成果を発表するなどして、自由に発信をしている。
- ・ 年4回社内報を発行し、社員の家族に近況をお知らせ。高校、専門学校、大学等にも送り、社内情報の可視化、情報発信を積極的に行っている。
- ・ 社長と社員がディスカッションする機会をつくり、社員の発案や意見を社内制度等に反映。
- ・ 新年会では、様々な分野で活躍した社員を表彰（永年勤続や安全スローガン優秀作品、会社の改善策を提案・実行した「ベストUDE（ウーディー）賞」など）。

ほか



新年会での社員表彰

禁煙デーに
配布された
メッセージ付き
お菓子▶



終業予定時刻や
◀休暇をカードで表示

◇取組のきっかけ

- ・ 社員と気持ちを合わせる目的で朝礼を始めた。毎日社員同士、顔を合わせるようになり、ラジオ体操や委員会発足など、社員の主体的な行動が増えてきた。
- ・ 従業員の声を拾うため、2018年「社員満足度調査」を独自で実施。回答には「言っても無理だから」というショックな意見もあり、そこから社長と社員の意識乖離を埋める重要性に気付いた。

◇メリット・効果など

- ・ 二次検診受診率100%。
- ・ 喫煙率50%→40%（2018年度比）。
- ・ お金をかけてPRすることが難しい中小企業にとって、認定を企業の強みとして発信することができ、リクルート活動にも効果的。

◇今後の展望

- ・ 禁煙の取り組みを加速させる。
- ・ 社員の休憩スペースの設置。
- ・ 有給休暇の質（自分のための休暇）を向上させる。

◇会社概要

- 代表者：代表取締役 佐藤 公啓
- 所在地：山形県山形市
- 従業員数：180名（男性168名、女性12名）
- 事業内容：トラック輸送、JR コンテナ、倉庫業など
- ホームページ：<https://yamagatarikuun.jp/>

◇取組の概要

- ・毎朝ラジオ体操・社内清掃を実施。
- ・**インフルエンザ予防接種費用は全額会社負担。**
- ・定期健康診断で法定健診の外に35歳以上の社員は大腸ガン、胃ガン検診を受診。
- ・**脳ドック検査の費用を負担。**産業医が健康診断結果から判定し該当者に通知。早期発見につなげる。
- ・**要精密検査受診率100%。未実施の社員には警告書の通知や所属長が有給休暇付与等を行い受診を促す。**
- ・屋内全面禁煙及びトラック運転席内の禁煙。
- ・**全社員にスマートウォッチを配布し、健康ウォーキングを実施。**3カ月の平均を測定し、前回より5%アップした社員にクオカードを贈呈。
- ・「子どもの出産時休暇」男性取得率100%。
- ・健康づくり・社員交流のため年1回ダーツ大会を実施。
- ・栄養士による「食事と健康の話」研修会の実施。
- ・小集団活動を導入。**各班ごとに安全や健康など独自の目標を立て、達成者には社長から表彰の授与**がある。

ほか



「食事と健康の話」研修会



熱戦のダーツ大会

◇取組のきっかけ

- ・喫煙者が多く、ドライバーの不規則な食事などで健診結果の有所見率が高かった。
- ・20年以上前から健康経営という意識なく社員の健康を考えた取組を実践してきた。新たな施策の実施や改善、継続していくことが会社、ひいては運送業界の全体的なレベルアップになると期待している。

◇メリット・効果など

- ・社員の約半数が喫煙者であったが、4割に減った。
- ・新聞や発行誌等で取組が認知され、**同業他社から見学等の問い合わせ**がある。
- ・求人の応募者が増え、人材確保につながった。

◇今後の展望

- ・心筋梗塞・脳梗塞検査の助成。
- ・歯周病等予防対策として歯科検診を検討。
- ・喫煙者への禁煙研修の実施。

◇会社概要

- 代表者：代表取締役 大槻 博太
- 所在地：福島県福島市
- 従業員数：87名（男性82名、女性5名）
- 事業内容：電気工事、通信工事等
- ホームページ：<http://www.otukidensetu.co.jp/>

◇取組の概要

- ・年3回社内報を作成し、健康づくりを啓発。社内回覧のほか、社員の家族宛にも通知をしている。
- ・**60歳は脳ドック検診費用を全額補助**。65歳以上も継続した費用補助を実施。
- ・部門長が社員の健康診断の結果を把握し、指導を行う。
- ・毎朝体温とアルコールチェック、血中酸素濃度の測定、体調記録を行い、日々の体調管理を徹底。
- ・**自転車通勤手当の支給**。
- ・年2回（6月、10月）地域のごみ拾いをする「クリーン作戦」を実施。会社から1.7km離れた場所まで清掃することもあり、運動の取り組みにもつながっている。
- ・**社員の家族を集めてイベント・会食・旅行等を行う「家族会」を2年に一度開催**。職場を家族に理解してもらうきっかけづくり、またインフォーマルコミュニケーションを促進する機会としている。
- ・社員だけではなく、社員の家族奉仕も大事にしている。
ほか



家族会での交流



体を目覚めさせるラジオ体操

◇取組のきっかけ

- ・1991年から始めたラジオ体操が取組のきっかけ。
- ・**「お金をかけず、日常の中で出来ること、普段行っていることを健康につなげていく」**が社長のポリシー。
- ・健康診断後の再検査を受診せず、病気の治療が遅れた社員がいたことから、健診結果を家族宛てに通知するようにした。

◇メリット・効果など

- ・喫煙率54%→39.7%（2018年度比）。
- ・メディアに取り上げられることが増え、社員の意識が向上。
- ・再検査受診率が上がった。

◇今後の展望

- ・社内のクラブ活動を検討。
- ・長く健康に働いてもらえるよう、体力維持のための取り組みを検討。

◇会社概要

- 代表者：代表取締役会長 西山 由美子
- 所在地：福島県双葉郡富岡町
- 従業員数：111名（男性92名、女性19名）
- 事業内容：建設業、貨物運送業、廃棄物収集運搬処分等
- ホームページ：<http://marutou010.com/>

◇取組の概要

- ・参加費とユニフォームを会社負担し「**ツール・ド・いわき2018**」に参加。チームは30代～60代まで幅広い。
- ・事務職社員の運動不足解消のため、**毎日昼食後30分の運動**（ウォーキング・サイクリング等）を実施。
- ・**会長自ら糖質ダイエット等、健康づくりに積極的に取り組み**、社内全体に良い影響を与えている。
- ・**春はゴルフ、夏はバーベキュー、秋はトレッキング、冬はボーリング**、と毎年季節ごとに社内行事を実施。2020年度は、感染症対策のため規模縮小しながら実施。
- ・敷地内や営業車内は全面禁煙。**事務室内の全室に手作りの禁煙ポスターを掲示**し、積極的に禁煙を推進。
- ・定期健診受診率100%。二次検診も呼びかけ・病院の紹介を行い、検診後の報告を徹底している。
- ・**敷地内の一部で家庭菜園**を始めたことをきっかけに、野菜を意識して摂取するように呼びかけ。近隣の農業施設で採れた野菜を社員に配布。
- ・感染症予防対策として、消毒液・マスクを社員に配布、長期休暇時の行動記録、PCR検査キットの準備等を行う。
- ・週1回ノー残業デーを導入。有給休暇や男性社員の育児休暇取得も推進。

ほか



ツール・ド・いわきに参加



バーベキューでの集合写真

◇取組のきっかけ

- ・東日本大震災に伴う避難生活・業務量の増加等により、社員の健康面での不調が続いたことがきっかけとなり、社員の健康面に寄り添うようになった。

◇メリット・効果など

- ・喫煙率が**2017年30%→2020年6%**と大幅減。
- ・有休取得率が**2018年4.9日→2020年8.1日**と大幅増。
- ・社員が体調不良や病気を隠すことがなくなり、「相談しやすい職場環境」へとつながった。
- ・ホームページ上で健康経営に関する取組紹介を見て、興味を持ち、入社志望をした学生を新規採用。

◇今後の展望

- ・社内の高齢化が進んでいるため、健康年齢を上げていくような取組。
- ・メタボリックシンドロームに関する指導の強化。
- ・SDGsと健康経営を組み合わせたような新たな取組。