

# 「健康経営」普及拡大へ

主に中小企業の従業員が加入する全国健康保険協会（協会けんぽ）愛知支部（名古屋市中村区）は、「健康経営」の普及拡大の一環として、「健康宣言」に取り組む事業所を募集している。

「健康経営」は、従業員の健康を重要な経営資源と捉え、積極的に社員の健康づくりを行う経営手法である。

健康宣言事業所の登録数は、初年度は57事業所だったが、18年末まで

に2763事業所と大きく伸ばしている。

これは就職先に求める条件として「働き方への配慮」「福利厚生充実」が挙げられ、働き方改革が叫ばれる中、従業員の健康への配慮や増進をアピールすることが浸透してきたことによると言える。

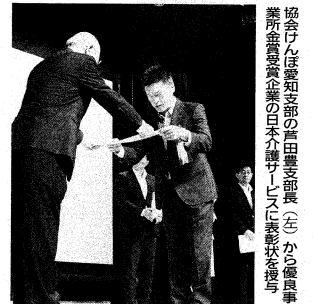
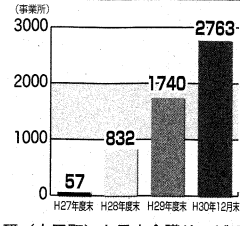
「健康宣言」の取り組み項目は、定期健診の全員受診をはじめ、健診後の保健指導、食生活の改善、運動機会の促進、受動喫煙対策、メンタ

ルヘルス対策など多岐にわたる。協会けんぽでは定期健診にがん検診をプラスした「生活習慣予防健診」や、生活習慣病が懸念される従業員に無料で保健指導を実施するなどのサポートを行っている。

また、「健康宣言」の実施事業所の中から毎年、優良事業所の表彰式を行っており、昨年6月には優良事業所として金賞5社、銀賞25社を表彰した。

このうち、金賞を受賞した千秋技

### 健康宣言事業所数の推移



研（大口町）と日本介護サービス（豊田市）の健康経営への取り組みを紹介する。

協会けんぽ愛知支部の戸田豊支部長（左）から優良事業所金賞受賞企業の日本介護サービスに表彰状を授与

## 日本介護サービス

## 楽しんで自然に健康に

### ポイント

- 介護事業を手掛ける日本介護サービスは、従業員の健康を重視し、健康経営の推進に取り組んでいる。
- 18年度は「オールA」の健康診断結果を達成し、従業員の健康意識向上を図っている。
- 禁煙宣言プロジェクトなども随時実施。相談室を設け、全職員を対象に定期的な心の健康の面談を行っている。

## 千秋技研

## 「無理のない健康経営」推進

### きつかに

- 自動化・省力化による業務効率化を図り、従業員の負担を軽減している。
- 「無理のない健康経営」を推進し、従業員の健康意識向上を図っている。
- 禁煙宣言プロジェクトなども随時実施。相談室を設け、全職員を対象に定期的な心の健康の面談を行っている。

## 日本介護サービス

## 楽しんで自然に健康に

# ポイント制で優秀者を表彰

介護事業を手掛ける日本介護サービス（本社愛知県豊田市樹木町、安藤憲昭社長、電話056535-1550）は、2011年から健康づくり活動に取り組んでいる。介護関連業務は身体面への負担が大きい。職員に安全で健康に働いてもらいたいという目的から始まった活動で、毎年、テーマを変え、具体的な目標を設定して推進。現在では職員間に意識が浸透し、身体と心のケアに大きな成果を上げている。



健康診断評価「オールA」の表彰を受けた職員

同社では、取り組みを始める以前、介護職特有の腰痛問題やストレス過多などで毎年、3〜5人程度が退職していたという。職員の高齢化も進む中、「高齢者を中心とする介護サービス利用者」に元気や笑顔を届けるためには、職員が元気で健康であることが必要との方針のもと、健康経営の実行に動き出した。

11年2月から約1年半、毎月1回、勉強会を開催後、12年9月に健康づくり活動の母体となる衛生委員会を発足。13年度からは毎年度、年間のスローガンと活動計画を掲げて取り組んでいる。

18年度のスローガンは「心も身体も【オールA】」。健康寿命を延ばそう。昨年4〜12月の期間、①毎月第3水曜日に「早く帰ろうキャンペーン」の実施②ワークライフバランスや食生活改善などを喚起する推進ボスターの掲示③健康づくりカレンダーの配布などの活動を毎月展開している。

さらに、1か月間の健康チャレンジ宣言や、禁煙宣言プロジェクトなども随時実施。相談室を設け、全職員を対象に定期的な心の健康の面談を行っている。

同プロジェクトでは喫煙者3人が参加し、現在も禁煙を継続している。同社では禁煙運動に積極的に、職員の喫煙率が3年前の約25%から現在では18%に低下。19年度も健康意識向上を図るため、日常の運動や食生活改善と並び、喫煙者ゼロを目指して喫煙者減少の活動を継続する方針だ。



協会けんぽ愛知支部から「健康宣言」優良事業所表彰の金賞を受賞した

健康経営に取り組んだ当初は、健康や活動目的に対する意識を持ってもらうことに苦労したそうだが、ポイント制度を導入して優秀者を表彰するなど、職員が楽しみながら参加してもらえる内容を進めたことで、職員間に徐々に意識が拡大している。

同委員会の責任者を務める阿部耕造施設部長は「委員会の会話に健康面の話題が増え、職場も明るく、活気がある」と活動の効果を指摘。最近3年間は腰痛問題などの退職者が激減したなど、着実に進めてきた活動の成果が評価され、18年に協会けんぽ愛知支部の「健康宣言」優良事業所表彰で金賞を受賞した。

阿部次長は「職員の健康意識が広がり、実際に行動に移して効果が出ている。一過性で終わるのではなく継続させるために、より効果が明確に分かる仕組みや評価をつくり、楽しんで自然に健康になるというふうな形にしていきたい」と話している。