

人材育成委員会

「健康経営フォーラム」開催

「健康経営」への二歩を踏み出してみませんか？
九月十三日（金） 人材育成委員会（明石寛治委員長）は、グラントホテル白山において、「健康経営フォーラム」を開催し、会員企業より経営者および担当者、五十余名が参加しました。



当日は、明石 寛治人材育成委員長、能登 健太郎人材育成副委員長（健康経営担当）より挨拶をいただいた後、『健康経営』の取組について』と題した講演会と会員企業5社の事例発表が行われ、小柳善裕副会頭の閉会挨拶で終了しました。
講演および事例発表の概要については以降のとおりです。

■講演会

演題：「健康経営の取組について」
講師：竹口 彰夫 氏

（一財）石川県予防医学協会シニアリーダー、衛生管理署 少子高齢化と働き手の減少および高齢化により労働生産性の維持・向上が困難な中、その解決方法として「健康経営」の考え方はある程度理解されてはいたが、法規制面での安全管理にとどまっていたのがこれまでの情勢であった。

しかし、経済の先行きが不透明な昨今、従業員の身体的・メンタル的健康増進を人

的な投資と考え実行する企業が増加している。

「健康経営」は単なる「健康づくり」で終わるのでなく経営課題として取り組むことで、健康問題由来の作業低下によるコスト増を抑制・減少させることができる。まずは、予算をかけずにできるスモールチェンジから始める。そして、仕事の導線に取り入れ、無理なく実行しPDC Aサイクルを意識する。また、即効性のある手法ではないため、ある程度の長期的な視点でのゴールを目指す。最後に「手段の目的化」にならないようにするが重要であると述べられた。

■事例発表①

千代野建設㈱ 発表者：清水 百季江 氏



2.健康経営の取組について

◆健康セミナーの開催

- ・ 健診結果の見方の説明
- ・ 食事に関するお話
- ・ 生活改善のお話
(運動・睡眠・ストレス・たばこ)



◆要再検査・要診察の方への勧奨

千代野建設㈱事例発表pwf「健康経営の取組について」

業種：建設業、従業員数：十七名

取組内容

- ・ 石川県出前講座を利用した健康セミナーの開催
- ・ 要再検査・要診察の勧奨
- ・ 朝礼時に全員でストレッチ体操(肩こり、首こり、肩甲骨まわり、スクワットなど)簡単に出来る内容のものをユーチューブで調べて実施
- ・ 健康に関するチラシ等を配布、掲示

これからの取組み

- ・ 石川県「野菜一品プラス運動」に参加
- ・ 「ワクワク健康カップ2019」(県主催)に参加
- ・ 「いしかわ健康経営宣言企業」認定の申込み
- ・ 「有給休暇取得奨励金制度」の導入(3日連続の休暇を取得した従業員に奨励金を支給)

取組んで良かった点、苦労している点

- ・ 自分自身の意識の向上
 - ・ 社員の意識の変化
 - ・ ストレッチ体操の内容を選ぶのが大変
 - ・ 経営者主導で進めていくほうがスムーズ
- アドバイス**
- ・ 白山商工会議所、県、市など支援機関を利用する(まずは相談を)
 - ・ 体操やセミナーなど出来ることを継続的に実施
 - ・ 何よりも「続けること」が大事

■事例発表②

(株)ピア・エージェント
発表者：佐野 修人 氏
業種：保険代理業、従業員数：4名

取組内容

・ 会員向けスマホアプリ「ココカラダイアリー」の導入(歩数・消費カロリー・食事・体重・体脂肪・BMI値・血圧・脈拍・睡眠時間)データを記録し進捗をグラフで確認することができる無償のアプリ)

会員向けスマホアプリの導入

『ココカラダイアリー』
歩数・消費カロリー・食事・体重・体脂肪率・BMI値・血圧・脈拍・睡眠時間データを記録し、進捗をグラフで確認することができる無償のアプリです。専門家が監修するメンタルヘルスコラムもご覧いただけます。
また、スマホ端末のカメラに指先を約30秒当てることで、血流の変化からストレス状態を測定できます。

サポート1
ココロの健康：スマホでストレス状態測定

サポート2
カラダの健康：歩数や消費カロリーを自動計測

サポート3
食生活の改善：写真で食事の記録

(株)ピア・エージェント事例発表pwf 会員向けスマホアプリ事例

取組んでよかった点、苦労している点

- ・ 従業員が少なく営業等、外回りの仕事も多いため、従業員がそろって何かをするのは難しい。
- ・ アプリの導入で個人のペースに合わせた取り組みができる
- ・ 管理者にも結果が届くので管理がしやすい。
- ・ 時間の使い方に変化が生まれ、残業がほぼなくなった

アドバイス

・無理をせず楽しく続けられるために、経営者や管理者がいろいろ考えて実行することが大事。

■事例発表③

北崎自動車工業㈱
 発表者：北崎 浩幸 氏 業種：貸切バス事業、旅行業、自動車整備業、従業員数：三十七名

■取り組みに至ったきっかけ

1. 企業リスクの低減を図りたい
 - ・疾病が原因となる業務中の事故が増えていると思った
2. 生産性の確保と健康管理を強化したい
 - ・社員の平均年齢が高くなってきている
 - ・社員の成人病リスクが心配
3. 健康寿命を意識して豊かな人生を送ってほしい
 - ・自分も含め病気や薬の話題が増えてきた

北崎自動車工業㈱事例発表 pw「取り組みに至ったきっかけ」

取組内容

- ・血圧計、体組成計、視力検査表の設置
- ・健康促進コーナーに健康に関する書籍やチラシを掲示
- ・石川県出前講座を利用した「健康づくり出前講座」を実施
- ・塩分に配慮した食事を取り入れる（カツプラーメンを食べる際は、スープをすべて飲み干さない等）

・インフルエンザワクチンの接種（費用の一部を負担）
 ・運転手に睡眠時無呼吸症候群（SAS）検査の実施（日本バス協会の助成金を利用）

これから取組み

・歯科検診、脳ドック健診（二部助成、体力測定など定期的に検査する機会を作る）
 ・過剰な塩分摂取の防止や社員食堂の運用を通して、食生活への「おせっかい」をする
 ・注意喚起と情報提供を促すため、定期的な健康セミナーを継続的に行う。

■事例発表④

共和産業㈱ 発表者：葭森 佳子 氏
 業種：建設機械、農業機械等のキャビン（運転室）の開発、製造、販売、従業員数：四〇六名（正規雇用のみ）

取組内容

・定期健康診断（受診率、ガン検診受診率、精検結果の報告率ともに一〇〇%を継続）
 派遣社員も含む全員が対象で、社内就業時間内に受診できるようにしている。また精密検査が必要と診断された人には、医療機関受診後書面にて結果を提出してもらっている）
 ・インフルエンザ予防接種（派遣社員を含む全員が対象。就業時間内に社内で接種を行っている）
 ・メンタルヘルス不調者には心理カウンセラーによる個人面談を行い、復職支援を行っている。
 ・管理監督者対象に、自分の性格を分析する研修を行い職場内のコミュニケーションが円滑になるように工夫している。

・スポーツジムの法人契約
 ・スポーツサークル（野球、マラソン、ゴルフ）への活動費等支援

健康経営への取り組み

取り組みへの想い

従業員自身、また、何かあった時に残されたその家族が
 つらい思いをしないため。
 従業員には、いつも健康な状態で、職場で輝いてほしい。

そのため、会社で出来ることとして、

『病気の予防と早期発見』

をメインテーマに複数の取り組みを行っている。

共和産業㈱事例発表 pw「健康経営への取り組み」

取組んでよかった点、苦労している点

- ・一人ひとりが健康づくりを意識して取り組めるよう、サポートを続けることが大切
- ・継続していくうえで重要なのは、個々への対応
- ・担当部署だけで進めるのは難しい（横のつながり、働きかけが肝心）

■事例発表⑤

㈱金沢シール 発表者：島津 弘之 氏
 業種：シール・ラベルおよびステッカーの印刷販売、従業員数：一七〇名

取組内容

- ・健康診断、人間ドック（四〇歳以上の希望者、一部負担）の実施
- ・産業医との個別面談

KANAZAWA SEAL INC.

2019 健康経営優良法人 Health and productivity

取組みのメリット

- 採用関係
 - 優秀な人材の確保、定着
- 休職者、欠勤者の減少
 - ・メンタルヘルス不調者の減少、その対応の減少
 - ・長時間労働、休日労働の減少
- モチベーションの向上
- コミュニケーションの向上

生産性向上、業績向上

認定証
 株式会社金沢シール
 貴法人は、従業員の健康増進を積極的に行っており、健康経営の推進に貢献する旨を「健康経営の取組報告書」で提出されたことにより、2019年度に認定されました。

㈱金沢シール事例発表 pw「取組みのメリット」

- ・特定保健指導（協会けんぽ利用）
- ・受動喫煙対策（建物内分煙）
- ・残業時間管理（月の残業時間四〇時間以内、労使合意の場合でも七〇時間以内）
- ・ノー残業デー（月二回の実施）
- ・年次有給休暇の取得促進（休暇届の理由欄を外す）
- ・レクリエーションクラブ（野球・テニス・釣り等）の促進（活動費一部補助）
- ・従業員満足度調査の実施と、結果をもとに全社、個別対応の検討・実行。