

石井食品株式会社

所在地 八千代市吉橋1835

電話 047-459-7541

事業内容 食品製造

従業員数 約600名

URL <https://www.ishiifood.co.jp/>



特徴的な取組のポイント



キャッチフレーズは、『毎日実行で毎日健康 心イキイキ健康職場』！

- 喫煙者の意見を聞きながら進めた、全面禁煙の取組
- 「自社の商品を味わってほしい！」社員食堂の無料化

取組
1

／ 禁煙の取組 ／

2011年から喫煙ルームのみの分煙を実施、1年後に喫煙者にアンケートを行い、「全面禁煙でよい」という意見が多かったため、2012年から全面禁煙へとしました。全面禁煙がきっかけとなり、禁煙者が増えました。禁煙成功者には、家族から喜ばれたり、味覚がよくなったという効果もありました。全面禁煙実施にあたっては、事前に労働組合と話し合いながら実施したことで、スムーズに進めることができました。組合長もヘビースモーカーでしたが、全面禁煙をきっかけに、禁煙に成功したひとりです！

取組
2

／ 社員食堂の無料化の取組 ／

社員食堂では、「自社の商品を味わってほしい」という想いから、自社で生産している製品を提供しており、約3年前から、社員食堂を無料化しています。利用率は約50%です。無添加調理や減塩等、安全・安心で、健康志向を取り入れています。また、社員食堂を利用した従業員の意見を商品の更なる改善に役立てています。

取組のきっかけ

会社の理念は「日本一 安心・安全な食品会社」であり、作り手の従業員も健康でなければならないということから、健康づくりをスタートしました。キャッチフレーズは、「毎日実行で毎日健康 心イキイキ健康職場」です。従業員の高齢化もあり、約2年前より、新社長の下で、更に健康づくり・環境整備に力を入れて取り組んでいます。



毎日の朝礼で
健康チェックと
体操を実施
しています！

今後の展望など

健康的な取組により、健康診断の有所見者率が3年前の34%から30%に低下しました！今後は、更に有所見者率を下げたいです。また、「ホワイト500[※]」にも挑戦していきたいです。地域で取れた食材で地域販売等、地域の活性化や社会貢献もしていくことで、地域を含めた健康増進も進めていきます。

(※ホワイト500：健康経営優良法人(大規模法人部門)認定法人の中で、健康経営度調査結果の上位500法人のみの通称)

☆ 事業所から一言PR ☆

「チャレンジ！」昨年と同じことをしない。新しいことを、まずは始めてみよう。

株式会社高橋工務店

所在地 流山市下花輪1251

電話 04-7158-1302

事業内容 建設業

従業員数 6名



特徴的な取組のポイント



『健康』あつての『幸せ』だから、目指せ！地域も含めた健康づくり

○社長宅にヨガスタジオ・トレーニングルームを併設し、従業員や地域住民に開放



取組

＼ヨガスタジオ・トレーニングルームでの健康づくり／

約5年前に社長の自宅を新築する際、1階にヨガスタジオ・トレーニングルームを併設しました。福利厚生の一環で、週2回、従業員が利用できます。現在は、6名中3名の従業員が利用しており、肩こりの軽減や体の可動域が広がった等の効果がありました。従業員や近隣住民の健康を願う社長の想いから、ヨガスタジオは、地域住民の利用も可能となっています。

社長も
健康づくり
実践中！

取組のきっかけ

社長が大病をした経験から、「健康はありがたいもの」という気持ちが大きくなり、従業員の健康も大切にしていきたいと事業所での健康づくりを進めています。また、ご自身も約10年間ヨガを続けており、自らの健康増進と従業員を含めた地域の健康づくりの一助にと、自宅に併設したヨガスタジオを地域に開放しています。現在は、千葉県建設業健康保険組合の理事長も務めており、健康保険組合全体の健康づくりも推進しています。



ヨガインストラクター
による本格的な
ヨガを体験！

今後の展望など

ヨガの取り組みは、利用時間の関係上、事務職員の利用が中心となっていますが、今後は参加できる従業員を増やしていきたいです。「健康であれば何でもできる」「従業員にも健康に生活を送ってほしい」と思っていますので、そのための手助けならば、何でもしていきたいです。

☆事業所から一言PR☆

事業所での健康づくりは、トップの旗振りが重要です。
時には、従業員の抵抗があるかもしれませんが「健康にいい」という信念を貫いて、
一度決めたら変えない決意も必要です。

南総通運株式会社

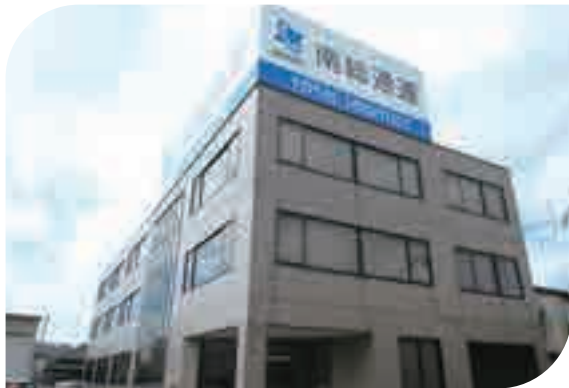
所在地 東金市東金582

電話 0475-54-3581

事業内容 運送業

従業員数 約1100名

URL <https://www.nanso.co.jp/>



特徴的な取組のポイント

『知る』ことは健康への一歩！

○家族にも健康情報をお届けしたい 社報誌を使った取り組み



取組

社報誌を使った家族へのアプローチ

年に4回、社報誌を発行しています。健康に関する相談先や研修会の案内、レクリエーション活動参加の呼びかけ等、健康についての話題を入れ、健康情報の発信をしています。食事や睡眠、運動等、家庭での生活習慣が健康に大きな影響を与えるため、社報誌を従業員と家族の健康づくりの重要な手段として活用しています。多くの家族に見てもらえるように、家族の写真や子どもが描いた絵を載せる等、興味をもってもらう工夫をしています。レクリエーション活動は、社報誌での呼びかけもあり、毎回多くの従業員が参加してくれます。

取組のきっかけ

運転手という職業柄、運動不足になりやすく、肥満や高血圧、糖尿病が多いです。従業員が多く、支店に分かれていますので、なかなかきめ細やかな個別の支援が難しい中で、広く健康情報を周知できる社報誌を活用しました。

従業員の健康管理に積極的に取り組む事業所であることを宣言しています！



今後の展望など

親睦会旅行、スポーツ大会への参加等、レクリエーション活動への参加も活発です。今年度は、トラック健康保険組合の野球大会で優勝しました。優勝の写真を会社の入口に飾る、社報誌で特集を組む等して、会社を挙げて盛り上げています。仕事以外の楽しみを見つけ、積極的に活動する従業員が多いです。今後も、社報誌によって広く健康情報を周知し、会社の行動指針「自ら考え、行動する」にある様に、従業員自身が健康を気に向け、健康行動をとれるよう、社報誌の内容を工夫していきたいです。

☆ 事業所から一言PR ☆

社内にとどまらず、県内、全国等、広く目を向け、情報交換の機会をたくさん持つことが大切です！情報のアンテナを高くしていくことをおすすめします。

株式会社ベンチマーク

所在地 白井市富士32-4

電話 047-445-8811

事業内容 新聞販売

従業員数 41名

URL <https://benchmark-inc.co.jp/>



特徴的な取組のポイント

健康づくりで新聞業界のイメージを変えたい！

○たばこの残り香がない新聞をお届けするために
～従業員・購読者の健康を考えた全面禁煙の取り組み～



取組

禁煙者へ禁煙手当

2016年から、正社員に対して、禁煙手当を支給しています。禁煙の取り組みを進めていく中での課題として、喫煙者の強い結束がありました。喫煙スペースでは、喫煙者のコミュニティができており、禁煙に賛同できない1人が退社すると、次々に従業員が退社しました。社長は、従業員へ変わる機会の提供、気づきを与えられる立場にいるという信念を大切に、禁煙対策を進めてきました。その結果、取り組みに賛同する従業員全員が見事禁煙に成功しました。

取組のきっかけ

新聞業界は喫煙率が高く、取り組みを始めた当時、正社員14名全員が喫煙していました。新聞は、小さな子どもも読みます。たばこの残り香のない新聞をお届けしたいという想いと、喫煙者が非常に多い新聞業界のイメージを変えたいという想い、従業員に健康で過ごしてもらいたいという想いから取り組みを始めました。



今後の展望など

不規則な勤務の影響か、肥満等、健康診断の結果が悪い従業員が多いです。健康診断受診率は100%ですが、精密検査につながらないのも課題です。健康には、適度な運動が大切と考えますので、野球やマラソン等、従業員からの要望は、できる限り支援をしていきたいです。また、禁煙や適切な体重の維持等、清潔感のある従業員を増やしていきたいです。

☆事業所から一言PR☆

これからは、人材の確保が難しくなる時代です。なるべく元気に長く働いてもらう環境づくりが、事業所にとっても従業員にとってもよいと考えます。

株式会社ヒカリシステム

所在地 千葉市稲毛区山王町277-3
電話 043-424-0611
事業内容 遊技場（パチンコ店・カラオケ）
温泉施設、介護、メンテナンス
従業員数 460名
URL <https://www.haps.co.jp/>



特徴的な取組のポイント

健康づくりは、人への投資 ～70歳までいきいき元気に働ける事業所を目指して～

- 経営計画書に安全・健康に関する方針を明記し、事業所全体で健康づくり
- 人事評価に関係する月次面談と健康をリンクし、インセンティブ※の提供

※インセンティブ：成果報酬、目標や目的を達成させるための刺激策



取組

1

経営計画書に安全・健康に関する方針を明記

経営計画書に安全・健康に関する方針を定めて、事業所全体で様々な健康づくりに取組んでいます。方針は、①禁煙、②体重管理、③バランスの良い食事と運動習慣、④感染症予防の4本柱になっています。経営計画書は、全従業員に配付して、毎日朝礼で読み合わせを行い、目標を全従業員と共有し、意識づけをしています。また、部門ごと・個人ごとに作成する実行計画書で、健康に関する実行項目を上げてくる従業員も多く、個人でも健康づくりに取り組んでいます。

取組

2

健康を月次面談でチェック

毎月、上司と部下で実施する、人事評価に関係する月次面談において、朝食や睡眠時間、BMI等、健康に関する項目を確認しています。上司が部下の健康を把握し、仕事量や内容を調整することができますので、メンタル不調等を予防することができます。また、自然と部下の健康に配慮する雰囲気生まれています。BMI等の数値の良い従業員には賞与アップのインセンティブがつくことで、従業員自身の健康づくりのモチベーションにつながっています。

取組のきっかけ

職業柄、コミュニケーションとしての飲酒や夜間勤務による夜遅くの食事、短い睡眠時間等の課題があります。良い仕事をするためには良いプライベートが必要です。健康に関する知識を提供することで、従業員の力を最大限発揮できるよう、また、長期間働いてもらえるよう従業員の健康づくりを推進しています。



今後の展望など

自動販売機には、飲み物に含まれる糖の量を角砂糖数で表示したり、オフィスでは椅子の代わりにバランスボールを使用する、健康保険組合の出前健康講座に参加する等、様々な健康的な取組を楽しく実践しています。健康的な取組は、他社に視察に行き、よい事例は各支店で横展開しています。今後も70歳まで元気に働いてもらえるような、健康的な職場づくりを進めていきたいです。



協会けんぽ主催の
出前健康講座に参加

☆ 事業所から一言PR ☆

経営者にとって一番大切なのは人材です！健康に力を入れているかいないかで差が出ると思います。雇う側と雇われる側がwin-winの関係が理想です。