

# 健康経営のPDCA

～取り組みと効果検証～

令和5年10月

# 目 的

本所は令和5年3月8日付で「健康経営優良法人2023（中小規模法人部門）」に認定されました。

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。

本所では職員の労働時間の適正化・ワークライフバランスの実現に向けて取り組むと同時に、会員事業所に対する普及啓発を通じて、健康経営の輪を広げ、地域経済の振興と発展、豊かな地域社会づくりに向けて先導的役割を果たしてまいります。

# 森光孝雅氏(本所会頭)による 健康経営協業セミナーの開催

## 健康経営協業セミナー ～(株)八天堂の健康経営の取り組みについて～



6月17日(金)、アクサ生命保険(株)と本所の共催による「健康経営協業セミナー」を開催しました。(参加者17名)

講師には(株)八天堂 代表取締役 森光孝雅氏(本所会頭)を迎え、自社の健康経営に関する取り組みについて紹介をいただきながら、健康経営優良法人の認定を受けたことによる効果や感想などについて、お話を伺うことができました。

参加者の方からも、有意義なセミナーで参加してよかった等の感想がありました。



健康経営とは、事業所の健康課題に即した取り組みや日本健康会議が進める健康増進の取り組みをもとに、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。本所では、有給休暇取得率の向上を目標に掲げて実践しています。

健康経営について詳しく  
知りたい方は  
こちら→



# 「商工みはら」で実践企業の紹介



## 健康経営のススメ

Vol.3

## 「働きやすさ」×「やりがい」＝「働きがい」を実践

「健康経営」を考える上で、社員の働きやすさ（衛生要因）とやりがい（内発的動機要因）を両立させ、「働きがい」につなげることが大切です。今回は、「食のイノベーションを通した人づくりの会社」を標榜している、(株)八天堂の代表森光孝雅氏にお話を伺ってみました。



(株)八天堂  
代表取締役  
森光 孝雅氏

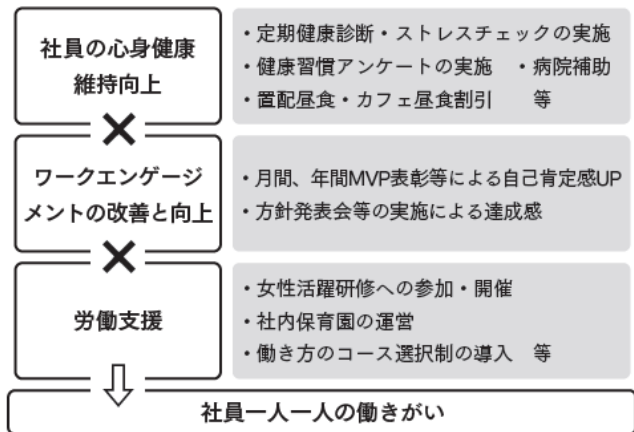
### ◆健康経営に取り組みもうと思ったきっかけ

八天堂の信条(クレド)は、“八天堂は社員のために お品はお客様のために 利益は未来のために”です。食のイノベーションを通じて、社員の成長による人づくりを目的として取り組んでいたところ、アクサ生命保険(株)さんからお声かけいただき、「人づくり」の手段のひとつとして、健康経営を考えるようになりました。

### ◆『健康経営』を考える上で、大切にしていること

(株)八天堂では、働きやすさ(衛生要因)とやりがい(内発的動機要因)を両立し、「働きがい」につなげられるよう、「社員の心身健康維持向上」「ワークエンゲージメントの改善と向上」「インクルージョンと労働支援」の3軸で活動をすすめています。

#### 【取り組み例(一部)】



### ◆週休3日制を導入予定

創業90周年を節目として、来年度4月から、兼ねてより計画していた週休3日制を導入することにしました。

これからの企業に必要なのは「イノベーション」、つまりアイデア。良いアイデアが生み出されるためには、仕事とリフレッシュする時間のメリハリが必要です。今後、社員の方には、心身を休めたり、自己研鑽・自己投資の時間として感性を豊かにしてもらい、仕事に励んでもらう。個の力が高まり、集まって会社の力となり、ひいては地域の活性化につながると思います。



### ◆『健康経営』は一日にして成らず

健康経営の取り組みは、一朝一夕でできるものではありません。ただ、目標を設定し、少しずつでもいいから継続することで、効果は出てくると感じています。

健康経営優良法人やプライト500に認定されることは、あくまでも「人づくり」という目的を達成するための手段です。大切なのは、経営者、社員が心身ともに健康で、会社が活性化し、それが波及して、周囲の皆様に貢献できること。今後、三原で健康経営の輪が広がり、たとえ業種が違ったとしても、「健康経営」という新たなつながりのコミュニティができれば、さらに三原も活性化していくと感じています。

### 株式会社八天堂

住所：三原市宮浦3-31-7

電話：0848-62-2645



その他健康経営の取り組みについてはこちら



※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

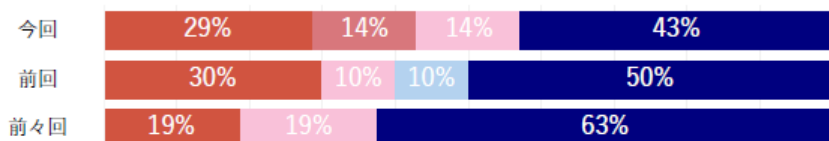
# 本所職員の生活習慣における行動傾向<2021年～2023年の経年比較>

具体的な健康課題把握のため、年に1回従業員向けアンケートを実施しています。

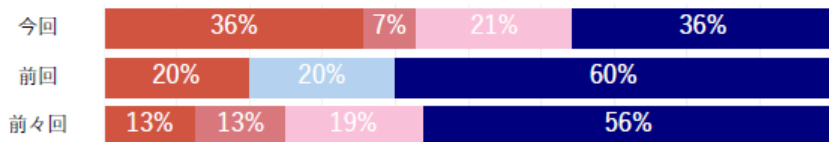
## <本所職員にみられる健康課題>

・職員の禁煙率の低下が見受けられる一方で、健康経営の取り組み当初からの課題であった食生活や運動に関して課題が解消しておらず、各施策を継続し健康づくりを促すことで、職員の生活習慣病の発症を予防したい。

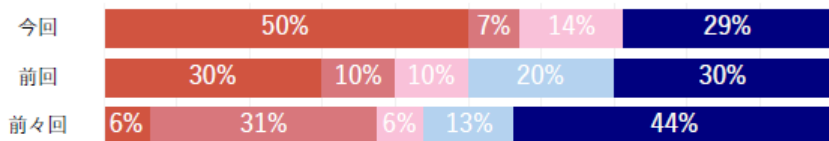
### 飲み物



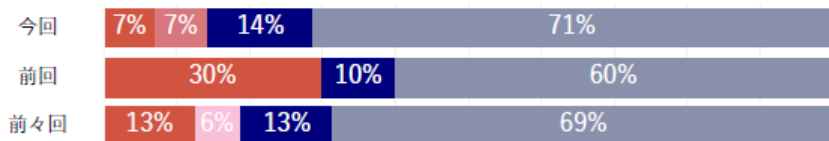
### 食べ物



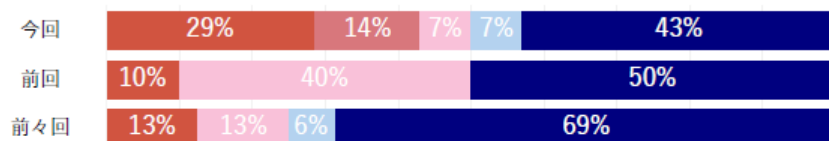
### 運動



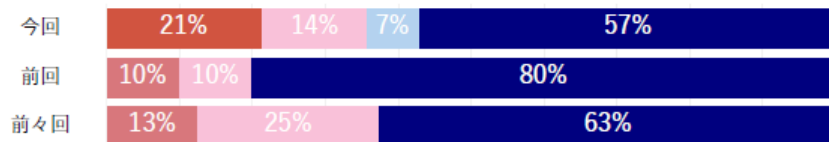
### 禁煙



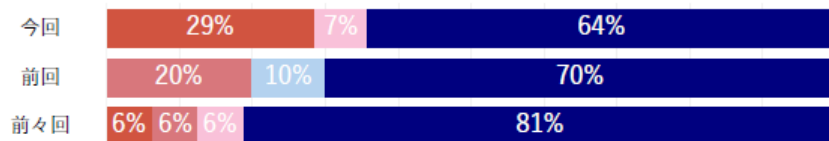
### 心の健康



### 睡眠



### 適正飲酒



**無関心期** 6ヵ月以内に健康づくりを始める意思なし  
**関心期** 6ヵ月以内に健康づくりを始めた  
**準備期** 1ヵ月以内に健康づくりを始めた  
**行動期** 6ヵ月以内に健康づくりを始めている  
**維持期** 6ヵ月以上前から健康づくりを始めている

～職員アンケート結果より～

# 職場・組織の活性化

「そうだ」=4点、「まあそうだ」=3点、「やや違う」=2点、「違う」=1点とした平均値

・ストレスチェックおよび産業医によるチャット相談等の具体的なサポートを活用することによって、継続的に職場や組織の活性化に結びつけることが課題である。

## 仕事満足度

今回



前回

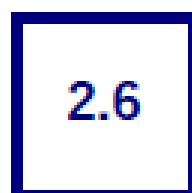


前々回

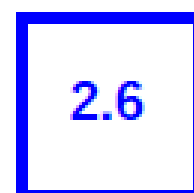


## 職場の一体感

今回



前回



前々回

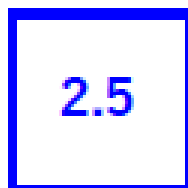


## ワークエンゲージメント

今回



前回



前々回



## 創造性

今回



前回



前々回



～職員アンケート結果より～

# 健康関連指標の変化と目標値

・特定保健指導やストレスチェックの集団分析を活用し、職員の主体的な健康づくりの促進や環境づくりを行い、職員一人ひとりがパフォーマンスを最大限発揮できるよう、以下の重点指標の改善に取り組んでおります。

健康関連指標	2021年	2022年	2023年	目標値 (2026年)
アブセンティーイズム (傷病による平均欠勤日数)	1.1日	2.3日	1.6日	1.5日以下
プレゼンティーイズム (東京大学1問方式による生産性低下率)	25%	21%	27%	20%以下
ワーク・エンゲイジメント (新職業性ストレスチェックのワーク・エンゲイジメントに関する設問(2項目)によるスコア)	2.4	2.5	2.5	2.8以上



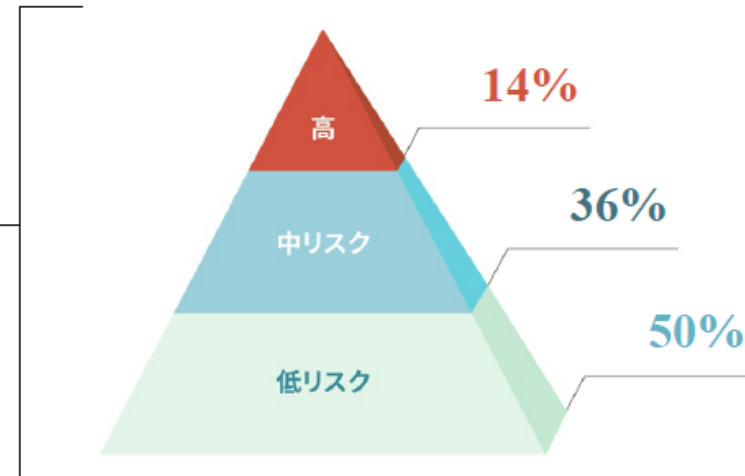
# 健康課題の改善に向けて

職員の健康に対する意識や行動の変化は、職員のパフォーマンス向上の指標としているアブセンティズム・プレゼンティズム・ワークエンゲイジメントの3つの指標とも結びついております。  
プレゼンティズムについては、相関性の高い因子を9つに区分し、該当個数に応じて職員を3つのリスク区分に分類したうえで分析を行っており、健康リスクの高い職員割合の改善によって、職員のパフォーマンスの向上を実現させたいと考えております。

健康リスク評価項目と従業員の該当率

健康リスク	項目	従業員の該当率
生活習慣	喫煙習慣あり	14%
	飲酒習慣あり	0%
	運動習慣なし	86%
	睡眠休養不十分	36%
疾病・病気	不定愁訴あり	21%
メンタルヘルス	主観的健康感不良	14%
	生活満足度低	21%
	仕事満足度低	43%
	ストレス高	29%

従業員の健康リスク評価該当数による分類



プレゼンティズムは健康リスクの上昇に伴って増加する構造であることが指摘されています。※1

低リスク者の割合が50%以上となることが望ましいとされています。

※1 日本労働研究雑誌  
平成30年6月号「中小企業における労働生産性の損失とその影響要因」  
東京大学 古井・村松・井出

～職員アンケート結果より～

生活習慣、疾病・病気、メンタルヘルスの9項目の該当数から、回答者の健康リスクを評価し、高、中、低の三つのリスク群に分類します。

1. 該当したリスク数を足し算

2. 健康リスクを評価（標準）

- リスク数： 0-2 ⇒ 低リスク
- リスク数： 3-4 ⇒ 中リスク
- リスク数： 5- ⇒ 高リスク



# 健康経営の個別施策に対する投資額

・ストレスチェックおよび産業医によるチャット相談等の具体的な支援をはじめ、職場や組織の活性化を目的とした健康投資策を持続的に取り組んでおります。

	取り組み内容	実施目的	投資額
1	<b>法定ストレスチェックの開始</b> ・ストレスチェックの実施*労働安全衛生法に準拠 ・年間を通じた産業医によるチャット相談サービスを開始	メンタルヘルスケアの充実 職員のこころの健康サポート	年間148千円
2	<b>健康増進アプリの導入と利用勧奨</b> (食事・栄養管理支援アプリ/運動機会増進アプリ/ 睡眠チェックアプリ、チームで進める健康増進アプリを提供)	ヘルスリテラシー向上と 行動変容	民間保険付帯 サービス利用