

はじめに

本編は、令和2年度愛知県委託事業「健康経営の推進に係る調査研究事業」により得られた結果を、ヒント集としてまとめたものです。

令和3年1月～3月にかけて、愛知県内21の事業所や医療保険者等にヒアリングのご協力をいただき、経営者様や健康推進担当者様にお話を伺いました。経営理念や従業員に対する想い、健康経営に抱くイメージ、健康経営を実践してみて良かったことや課題など、普段は聞けない「本音」や「キーワード」をたくさんお聴きすることができました。その言葉1つ1つには重みがあり、本当に学ぶことばかりの声でした。

皆さまからお聴きした貴重な情報を、私たちの中で留めておくのはもったいない、今、同じように健康づくりを進められている方々の自信や勇気になるのではないかと、少し悩んでいるご担当者の背中を押し得るのではないかと感じました。

そこで今回、各事業所様等の取り組みの進捗に応じてご覧いただけるよう、ヒント集という形でまとめました。「従業員が元気で働ける環境のために何かしてみようかな」と、お考えのご担当者様にとって、1歩踏み出すヒントになればと願っております。

あいち健康の森健康科学総合センターは、すべての県民の健康づくりに資するため、皆さまのお役にたてるよう努めて参ります。今後も県内関係機関の皆さまとともに「元気なあいち」を目指して、さらなる連携を深めていきたいと存じます。

引き続き、ご指導賜りますよう、何卒よろしく願いいたします。

事業所の特性に合わせて 取り組む健康経営[®]

～今より一歩先へ進むために～



会社の発展は、健康な社員あってこそ！

「会社として何か取り組みを始めたい」あるいは、
「健康経営の第一歩を踏み出したけど、今後の方向性に
迷っている」という担当者様向けのヒント集です。

本編の使い方

1

「従業員の健康管理に対して感じている想いは？」
をご覧ください、一番近いカテゴリーを選んで、
おすすめページに進んでください。

2

各ページは、



「担当者の想いや課題」



「おさえておきたいポイント」



「一歩進むための提案」という構成になっています。
お役立ち情報もご参照ください。

3

もう少し詳しく知りたい、サポートを受けたいという場合は、
P28の各サービス機関へご相談ください。

「従業員の健康管理」に対して感じている想いは？

元気で働いてほしい、
明るい職場環境にしたい、
でも本業も忙しいし・・・



元気な会社を作りたい！
この想いを形にしませんか？

4ページへ

社長の健康宣言を出したばかり、
会社として具体的な取り組みを
開始したい



まずは仲間づくり！
社内の体制はいかがですか？

8ページへ

健康づくりの取り組みはいくつか実践
しているけど、マンネリ化している



取り組みの効果は出ていますか？
事業の評価をしてみましょう

14ページへ

健康経営優良法人認定を取得、
社内でも評価されるようになってきた、
社外に向けてより発信していきたい



経営的な視点で戦略をたて、
社外にPRしてみませんか？

18ページへ

元気な会社を作りたい！この想いを形にしませんか？



経営者や担当者の想いや課題に感じていること

<従業員に対して>

- ・**家族**のように身近な存在
- ・小さな会社だから、**ひとり抜けると大変**
- ・過去に**体調を崩して入院**した、退職した従業員がいる など

<健康づくりに対して>

- ・各自がそれぞれ健康に**気遣って**働いてくれたらいいけど…
- ・会社として**何を取り組めば**良いか分からない
- ・健康分野に**詳しい人はいない**、どこに聞けば など



職場の安全衛生上やらねばならぬことと、+aで取り組む健康づくり

会社としてやらなければ(法令順守)の範囲

例) 労働安全衛生法

- 定期健康診断の実施
- ストレスチェックの実施
(50人以上の事業場)
- 過重労働対策
- 衛生管理者、衛生委員会、産業医の設置 (50人以上の事業場)
※10~49人の事業場は、安全衛生推進者の選任

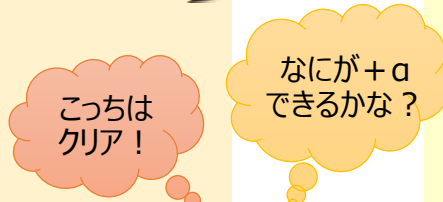


従業員の皆さんの元気のために会社として、やってみようこと

例えば…

- 人間ドックやがん検診の補助
- 健診結果をきちんと理解するための健康セミナー
- おいしく楽しく学びたい！ヘルシーランチ会
- 座りっぱなしを解消して、会議も短く！スタンディングミーティングなど

無理なくできそうなことは？



予算のかからない簡単なことからスタートでもいいですね！

元気な会社を作りたい！この想いを形にしませんか？

何をやったら良いかわからない時は、『健康宣言』からはじめてみませんか？

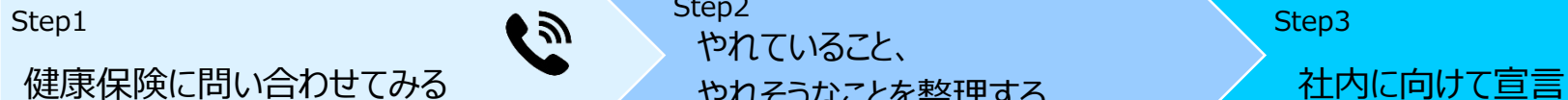


健康宣言とは・・・

「会社を元気にします」と経営者が社員に向けて宣言するものです！

加入している
公的健康保険
(健康保険組合または
協会けんぽ)の
健康宣言事業に
参加すると、

お金をかけずに
簡単に使える
サポートなどを
紹介してくれる！



訪問事業所でのやりとりをご紹介します

<A社 従業員15名>

◆社長の思い：

女性従業員も多いし、働きやすい職場にしたい

◆ヒアリングで聞き取ったこと

定期健診
全員受検

多能工制に
して残業減

困っていることを
聞き取り
台車を手作り

子育て中の
勤務体制配慮

笑いが絶えない
明るい会社
評判◎



みんなが働きやすい会社にしたいのと
社長が率先して取り組んでいること
この全てが、健康経営®と言われる項目ですよ！

社長のこの想いを、
『健康宣言』として従業員の
皆さんに伝えませんか？
手続きもFAX1枚で簡単です

え、そうなの？



簡単なことで
会社のためになるなら
やってみようかな

※会社の安全衛生のために実施していたことが、すでに健康経営®の取り組み項目と合致する場合があります。気軽に宣言してみませんか？

お役立ち情報のご紹介

医療保険や自治体が行う『健康宣言事業』とは



多くの医療保険や自治体において、中小企業の健康づくりを応援するために「健康宣言事業」を実施しています。商工会議所と連携している地域もあります。加入する各医療保険へお問い合わせください。

ここでは、協会けんぽ愛知支部の事業を紹介します！

[Ver.2021-4]

「健康宣言」

少子高齢化による働き手不足が進む中、健康経営に取り組む企業が増えていますが、協会けんぽでは、多くの企業様が健康経営に取り組みやすいよう見える化フォーマットとして「健康宣言」をご用意。参加企業を募集しています！

※健康経営とは 社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に取り組むことで会社の生産性向上を目指す経営手法のこと。「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録企業です

[Ver.2021-4]

健康宣言書

■下記の項目にご記入の上、FAXにてご応募ください

下記項目に取り組むことを宣言します

3つ以上選んでチェックしてください

☑ 健康を全社員受診 (この項目は必須です)
(※40歳以上で、協会けんぽの健康診断受診記録以外を有している場合は、健康アワードを申請します)

☑ 法令を遵守 (この項目は必須です)
(※法令を遵守しない行為が原因で、社員の健康被害等が発生した場合について責任を負いません。 (責任有))

1 受診勧奨の取り組み ★★	<input type="checkbox"/>	9 特定保健指導の実施 ★	<input type="checkbox"/>
2 ご家族の健康受診を後押し! ★ (ご家族にも健康プロジェクトへ参加)	<input type="checkbox"/>	10 食生活の改善	<input type="checkbox"/>
3 ストレスチェックの実施 ★	<input type="checkbox"/>	11 運動機会の促進	<input type="checkbox"/>
4 健康増進・退勤労働防止に向けた具体的目標 (計画)	<input type="checkbox"/>	12 女性の健康保持・増進に向けた取り組み	<input type="checkbox"/>
5 管理職及び一般社員それぞれに対する教育機会の設定	<input type="checkbox"/>	13 社員の感染症予防 ★★	<input type="checkbox"/>
6 適切な働き方の実現	<input type="checkbox"/>	14 長時間労働への対策 ★	<input type="checkbox"/>
7 コミュニケーションの促進	<input type="checkbox"/>	15 メンタルヘルス不調への対応 ★	<input type="checkbox"/>
8 病気の治療と仕事の両立支援 ★	<input type="checkbox"/>	16 受動喫煙対策 (禁煙又は分煙) ★	<input type="checkbox"/>
その他 (計画) <input type="checkbox"/>			

■協会けんぽ愛知支部における重点取組事項です。 ※は受診勧奨における重点取組事項です

宣言日 令和 年 月 日

事業名 所属 (部署)の 氏名

宣言をしてどんなメリットを感じていますか？

健康セミナーの講師派遣を無料でお願ひできた

協会けんぽ担当者が、健診分析データから自社の課題を説明してくれた

「健康宣言」から始める「健康経営」

■選ばれるのは「社員を大切にできる会社」

ご存知ですか。就活生が就職先に求めるもの、それは「給料」より「健康や働き方」なんです。社員の健康を考えた取り組みは、今いる社員を守るだけでなく、新たな人材獲得にもつながります。

「健康宣言」で自社の健康づくりを宣言し、PRしながら取り組みましょう！

■「健康宣言」なら、簡単に始められる & 社内外にPRしやすい！

社員の健康づくりの基本である健康診断をしっかりと実施。あとは中間の項目一覧から3つ以上選ぶだけ！具体例から貴社にあった取り組みを選べるので、簡単にスタートできます。

..... 宣言すると協会けんぽもサポート！

1 「健康宣言チャレンジ認定証」 2 「健康宣言好事例集」 3 「健康宣言優良事業所表彰」

受付欄に掲載してPRできる 取り組みに活用 優良な事業所を表彰する制度

1 「健康宣言チャレンジ認定証」 2 「健康宣言好事例集」 3 「健康宣言優良事業所表彰」

参加になる会社の取り組み実績！

運動DVDやポスターなど物販グッズもご用意！

新報や事例集等で紹介されることも！

・愛知銀行・中京銀行・名古屋銀行での金利優遇サービスもあります！
 融資の申込時に認定証(写)を各行に持参いただくことで、ローンが優遇されます。(詳細についてはお問い合わせください。)

協会けんぽ愛知支部のホームページよりダウンロードしてください
<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/aichi/cat070/201808200/201808062221/>

＜お問い合わせ先＞
 全国健康保険協会愛知支部
 企画総務グループ
 TEL052-856-1479

事業所名 _____ 電話番号 _____

健康づくりご担当者様お名前 _____ 保険証の上記にある数字です。 →

ご担当者様の健康保険証の記号・番号 _____

メールマガジン登録用メールアドレス 欄目の利用規約に同意の上メールマガジンに申し込みます。
(※健康宣言をされた事業所と所在地(市町村等)を連携し、健康を促進し、健康づくりの取り組みを支援します。)

協会けんぽ愛知支部ホームページでの掲載を希望しない

健康宣言をした事業所と所在地(市町村等)を連携し、健康を促進し、健康づくりの取り組みを支援します。

FAXにて協会けんぽへ送信ください FAX 052-856-1491

一度、健康宣言をご提出いただければ、翌年度以降の更新手続きはございません。(自動継続)

お役立ち情報のご紹介

公的医療保険（協会けんぽ・健康保険組合）って何？

日本は、国民皆保険制度を通じて、医療機関を自由に選び、世界でも高いレベルの医療を安い費用で受けられる仕組みになっています。あなたが加入している公的医療保険は何ですか？

<医療保険の種類>

- **健康保険** 全国健康保険協会（協会けんぽ）
組合管掌健康保険（健康保険組合）等
- **共済組合** 国家公務員、地方公務員
私立学校教職員
- **船員保険**
- **国民健康保険**
- **後期高齢者医療**

健康保険 被保険者証	本人（被保険者） 記号 00000000 番号 00	00000 平成00年00月00日
氏名	〇〇〇〇	
生年月日	昭和00年00月00日	性別 〇
資格取得年月日	平成00年00月00日	
事業者名称	株式会社〇〇〇〇	
保険者番号	〇〇〇〇〇〇〇〇	
保険者名称	全国健康保険協会 〇〇支部	

どの
保険に
加入して
いますか？

「協会けんぽ」とは・・・

正式名称は全国健康保険協会、
愛称は「協会けんぽ」
主に中小企業で働く従業員とその家族等を加入者とする。約4,000万人、約230万事業所からなる。
本部と47都道府県支部で構成される。

「健康保険組合」とは・・・

サラリーマンなど、民間企業等に勤めている人とその家族が加入する医療保険被保険者と
事業主が保険料を負担しあって運用。
政府に代わって健康保険事業を行う。

病気やケガで医療機関で治療を受けた時に、健康保険証を提示することで、医療費の7割は健康保険が負担してくれます。また、病気の予防のため、健康維持・増進のための保健事業もたくさん行っています。家族で参加できる楽しいイベントも多いですよ！

まずは仲間づくり！ 社内の体制はいかがですか？



経営者や担当者の想いや課題に感じていること

<健康づくりに対して>

- ・社長の健康宣言は社内に**発出したけど**、この先は何をすればいいの？
- ・保健師などの**専門職はいない**
- ・担当の**私ひとり**で企画するの？
- ・**予算をかけずに**できないかな…

<社内の反応について>

- ・健診や再検査は、**早期発見**が大事だから、絶対受けてほしいな
(忙しくて行く暇がないって人になんて言ったらいいの?)
- ・セミナーやイベントの参加募集してもなかなか**集まらない**
…参加する人はいつも同じ人
- ・無理やり**押し付け**るやり方は**嫌**だし…



担当者が事業をやらなければいけないと負担を抱えている場合も多いようです



従業員全体への周知方法とチーム作りが大事ですね



周知やチーム形成はどうしていますか？

インタビューしてみました♪

何か新しいことを始めるときは、社内から反対の声がでるものです。担当からは言いにくいこともあると思うので、工場長である自分が旗振り役となっていて、各部署に呼び掛けています。



B社工場長



C社経営管理部

経営陣にも従業員にも近い存在である自分が率先して、計画を提案しました。野菜ジュースを配りながら従業員の反応を見ています。今年は新入社員と2人で、企画から頑張っています。



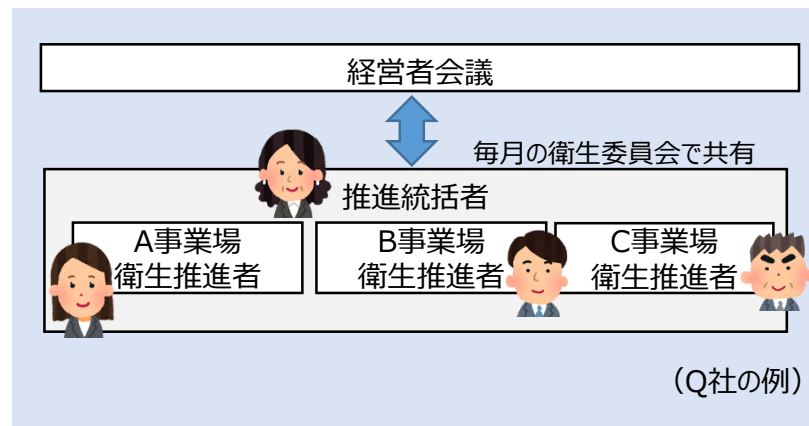
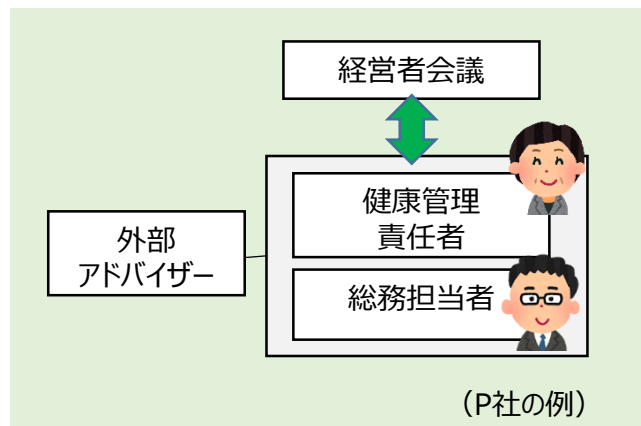
まずは仲間づくり！ 社内の体制はいかがですか？

持続的に進めていくために、動きやすい組織体制を作りましょう

会社の規模や事業場の数によってチームづくりは様々ですが、取り組みの方向性や呼びかけがスムーズに届くためのチーム体制ができていますか？ 誰かに負担が偏りすぎていませんか？



どんなチームが
動きやすい？



社内の反応は
いかがですか？



インタビューしてみました♪

社長や部長も毎月の衛生委員会に参加し、進捗状況を気にしてくれています。
(A社総務課長)

セミナーも毎年繰り返していると、「今回は自分が呼ばれるかな」なんて、参加を意識している従業員もいる。
(B社担当課長)

禁煙対策は、まだまだ反対意見もでるし、非喫煙者からは「禁煙した人だけ褒美もらえるのは不公平」なんて声もでるので、時間をかけてじっくりとですね。
(E社担当者)



お客さまから、「職場の雰囲気明るくていいね」と褒められたことで従業員のモチベーションがあがっているようだ。(D社社長)

最初は、野菜ジュースをちらっと見るだけだったのに、数か月経つと「今日は何もらえるの？」とか、野菜の話題が自然と出てきたり…
(C社経営管理部)

お役立ち情報のご紹介

最近、耳にする「健康経営®」って何？

「健康経営」とは、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することです。企業理念に基づき、従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらす、結果的に業績向上や株価向上につながると期待されます。

※健康経営はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

(経済産業省ヘルスケア産業課)

コロナで健康に対する意識も変化しました！

新型コロナウイルス感染症の流行によって私たちの労働環境は大きく変化しました。経済産業省の調査によると、コロナをきっかけに健康意識が変化したという人は約7割、体重が増加したという人は3割以上でした。テレワークの導入に伴い、従業員の健康状態や労働時間を管理しにくくなったなどの声も聞かれます。

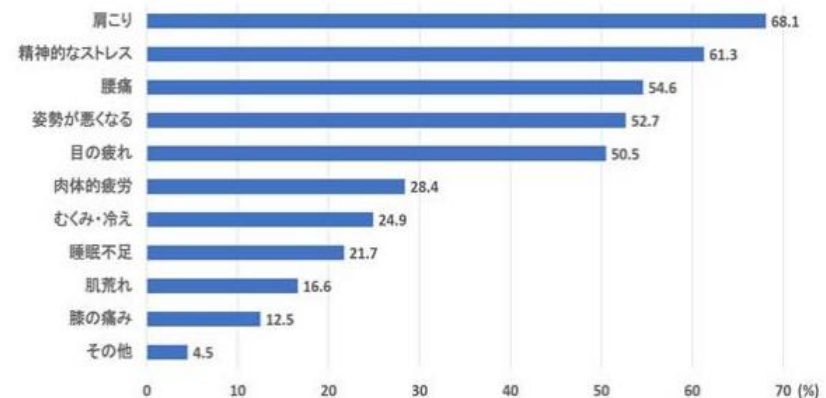
各企業においては、これまでも従業員の安全衛生管理を主軸に様々な取り組みを実施しています。コロナによって、私たちの生活が大きく変化した今だからこそ、改めて、従業員の健康管理について、戦略的に実践する健康経営をはじめませんか？

テレワークによって感じる不調

オムロンヘルスケア株式会社による、20代から50代のテレワークをしている男女1,000人を対象とした調査では、テレワーク開始後31%の人が身体の不調を感じていた。

主な不調は「肩こり」「精神的なストレス」「腰痛」であった。

テレワークによってどんな不調を感じていますか？(n=313)



(出典) オムロンヘルスケア株式会社 ニュースリリース「テレワークとなった働き世代へ緊急アンケート」
<https://www.healthcare.omron.co.jp/corp/news/2020/0428.html>

お役立ち情報のご紹介

健康経営をサポートする地域の関係機関をご活用ください

協会けんぽ愛知支部では、愛知県内全54自治体と協定を締結しており、現在24自治体が、協会けんぽと自治体で健康経営をサポートする「健康宣言Wチャレンジ」を実施しています。

さらに、日頃から中小企業の経営に密接に関わっている商工会議所とも連携し、三者で協力し事業所支援を行っている自治体もあります！

(令和2年度末：大府市、蒲郡市、豊橋市)

【Wチャレンジ実施自治体】

(令和3年度) 50音順

愛西市、あま市、安城市、犬山市、大治町、大府市、岡崎市、春日井市、蟹江町、蒲郡市、刈谷市、小牧市、田原市、知立市、津島市、東海市、飛島村、豊明市、豊川市、豊橋市、名古屋市、東浦町、みよし市、弥富市

商工会議所

地域の総合経済団体として、日頃から中小企業の経営支援を行う

【例）蒲郡商工会議所】

セミナー開催
健康宣言勧奨
広報活動

申請手続き
相談

ヘルスケア
ツーリズム等

東三河地域
広域的な推進



商工会議所自体も健康経営に取り組み、近隣事業所への訪問は自転車で行う



『医+衣食住』の新産業創出
癒しとアンチエイジングの郷

自治体

まち全体の健康施策とともに、様々な住民サービス、職域との連携を行う

【例）大府市】



「健康都市
おおぶ」



健康都市推進課・商工
労政課・健康増進課が
一緒になって
事業所支援
を行います

【例）豊橋市】

「健幸なまちづくり条例」
「とよはし健康宣言
応援事業」



プロバスケットレーナーが
出張運動指導！

<参考> 健康経営取り組み内容一覧

- ・ 今回ヒアリングに協力いただいた事業所が行っている主な取り組み例をご紹介します

取り組み項目	具体的取り組み例
①健診受診	<ul style="list-style-type: none"> ・ 課長職以上は人間ドックを受診する ・ 健診受診日は会社が日程調整 ・ 社内共有カレンダーに受診日掲載
②再受診勧奨	<ul style="list-style-type: none"> ・ 社長から再受診を声掛け ・ 健保から要再受診者に対し通知してくれる
③ストレスチェック	<ul style="list-style-type: none"> ・ ストレスチェックの実施と不調者への面談実施
④健康増進・過重労働防止の 具体的目標	<ul style="list-style-type: none"> ・ 社長から有給休暇奨励日を発信する ・ リフレッシュ休暇を年度初めに申請する ・ 残業時間管理、業務内容と人員配置の見直し
⑤教育の機会	<ul style="list-style-type: none"> ・ 社内SNSを活用し情報発信 ・ 健康経営担当者が社外セミナー受講 ・ 外部講師を招き、社内セミナー実施 ・ 健保と健診機関協力のもと、健康セミナー実施
⑥コミュニケーションの促進	<ul style="list-style-type: none"> ・ ボーリング大会、バス旅行（今年度は中止） ・ 毎月1日は誕生日会 ・ 年3回食事会の実施→豪華お弁当配布に変更 ・ 家族も含めたバーベキュー大会（今年度中止） ・ 慰安旅行、職場懇談会

取り組み項目	具体的取り組み例
⑦病気の治療と仕事の両立	<ul style="list-style-type: none"> ・勤務時間内に通院可能
⑧保健指導の機会	<ul style="list-style-type: none"> ・協会けんぽの保健師が来所指導 ・提携するクリニックで健診と保健指導実施
⑨食生活の改善	<ul style="list-style-type: none"> ・カロリーオフ、無糖飲料を自販機に入れる ・健康に配慮したお惣菜の販売 ・毎月1日家族の日、健康の日として、野菜ジュースと健康コラム配布 ・環境整備の一環で無農薬米作り、社員総出でさつま芋づくり
⑩運動機会の促進	<ul style="list-style-type: none"> ・毎朝ラジオ体操を実施 ・30日チャレンジ参加（市のキャンペーン） ・運動会実施（今年度は中止） ・あいち健康プラスの導入 ・徒歩、自転車通勤者に手当支給 ・ストレッチタイム ・ロコモチャレンジ、運動機能チェック
⑪女性の健康保持・増進	<ul style="list-style-type: none"> ・女性の健康相談窓口を設置
⑫感染症予防	<ul style="list-style-type: none"> ・アルコール手指消毒、パーテーション、非接触型体温計設置 ・PCR検査を自己負担3,000円で受けられる ・インフルエンザ予防接種全額負担
⑬長時間労働への対策	<ul style="list-style-type: none"> ・月80時間超えた場合、産業医面談実施
⑭メンタルヘルス不調者への対応	<ul style="list-style-type: none"> ・復職希望者に対し産業医と社外で三者面談実施、段階的復職
⑮受動喫煙対策	<ul style="list-style-type: none"> ・屋外喫煙所を1か所に減らした ・全工場屋内禁煙

取り組みの効果は出ていますか？事業の評価をしてみましょう

経営者や担当者の想いや課題に感じていること

<健康づくりに対して>

- ・医療機関再受診を対象者全員に声掛けし、**100%受診**した
- ・今年は社員**運動会ができなかった**
- ・ランチ会を豪華ヘルシー弁当配布に変更したけど、みんな**喜んでくれた**
- ・**感染症対策**で、体調確認やマスク、手指消毒を徹底した

<健康経営優良法人認定制度に対して>

- ・認定取得は**嬉しいけど**、毎年、**膨大な提出書類**を作成するのが大変、営業の電話が増えた
- ・認定取得したことへのメリットは特に感じていない

<健康経営に対して>

- ・健康づくりの取り組みは増えたけど、だんだん**マンネリ化**してきている
- ・取組んだことで、何の**効果**がでているのか**分かりにくい**

効果を見える化するために、定量的な評価指標も重要です

継続が必要かどうかを検討するためにも、**定量的な指標**で評価してみることが大事ですね！

コロナ対策が影響してか
今年はインフルエンザに
かかる人がいない

ノー残業デーは、
定時退社が定着してきた

通勤方法を自転車に
変更して頑張っている
人がいる

コミュニケーションが活性化し、
仲間意識が高まった

数値的な効果がでて
いるかは分からない

肌感覚として、取り組みによって会社が
元気になってきたと**実感**している担当者が多い
数値的な効果も気になっているようです

従業員が元気で働ける環境

病気があっても
仕事と両立

体や心の病気に
かかるリスク減少

ストレス減少で
休日もリフレッシュ

健診受診・
再検査受診
率向上

運動習
慣者増
加

メタボ
該当者
減少

喫煙率
減少

高ストレス者減少
満足度上昇

受診勧奨

運動の機会増やす
健康な食生活普及

禁煙
対策

コミュニケーション
残業対策

取り組みの効果は出ていますか？事業の評価をしてみましょう

PDCAをまわして、事業の効果を確認しよう

例) 事業名：歩数アップ作戦！みんなで歩いて運動不足を解消

健診の結果から運動習慣がある人は20%と低く、3年後までに**50%**まで引き上げることを目標に設定

Plan

- ・県の健康アプリを部署ごとで導入
- ・毎月平均歩数を算出し公表
- ・年度末に表彰式予定
- ・商品購入の予算確保



Action

- ・年度末に社長表彰、上位3グループに副賞（健康器具）贈呈
- ・経営会議で実施報告、平均歩数は目標8,000歩までもう少し、次年度も継続決定



Do

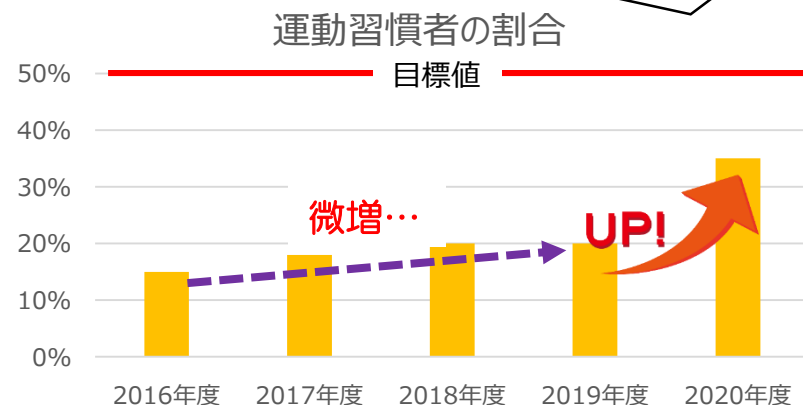
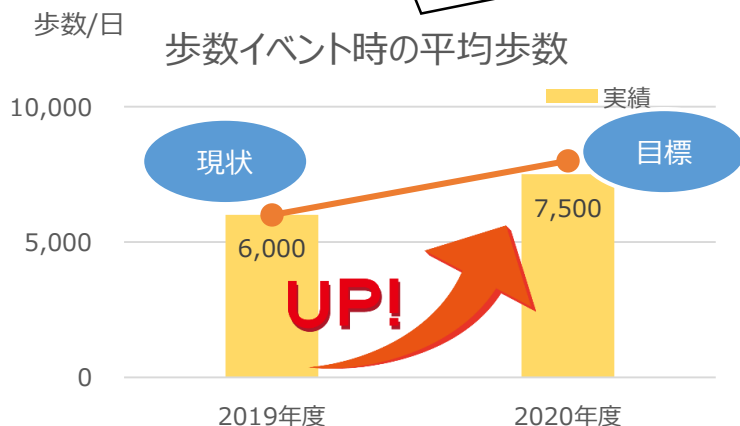
- ・5つの部署でチーム名を決定しスタート
- ・総務でイベントチラシを作成し周知
- ・階段室にも応援ポスターを掲示した

Check

- ・月末にチームの平均歩数を算出して、メールで発表
- ・最初の1か月はどの部署も7,000歩以上！
- ・3か月目で少し歩数下がってきた？
- ・部署によって特徴があるかも・・・

3月の評価時に平均8,000歩を目指します
実際は7,500歩でした、あと一步！

このイベントで運動習慣者の割合が少しずつあがってきました！
次は、「昼休み活用して+10分」を推奨するのはどうでしょうか？



お役立ち情報のご紹介

事業の評価は、保険者の得意分野です！

コラボヘルス

事業所

保険者



<コラボヘルスとは>

健康保険組合等の保険者と事業主が積極的に連携し、明確な役割分担と良好な職場環境のもと、加入者の予防・健康づくりを効果的・効率的に実行すること

参考：厚生労働省保険局「コラボヘルスガイドライン」

医療保険者は、事業所の健診・医療レセプトデータを保有しています。従業員全体の健康状態や生活習慣の推移を経年的なグラフで表したり、同業種との比較を見たりすることも可能です。保険者とコラボすることで、取り組み事業の評価が簡単に！

健保さんとは頻りに打合せをしています。セミナー評価や会社全体の健康状態も健保さんが数値化してくれて、とても助かっています！

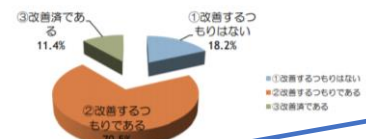


(愛鉄連健康保険組合と鈴豊精鋼株式会社とのコラボヘルスの一例)

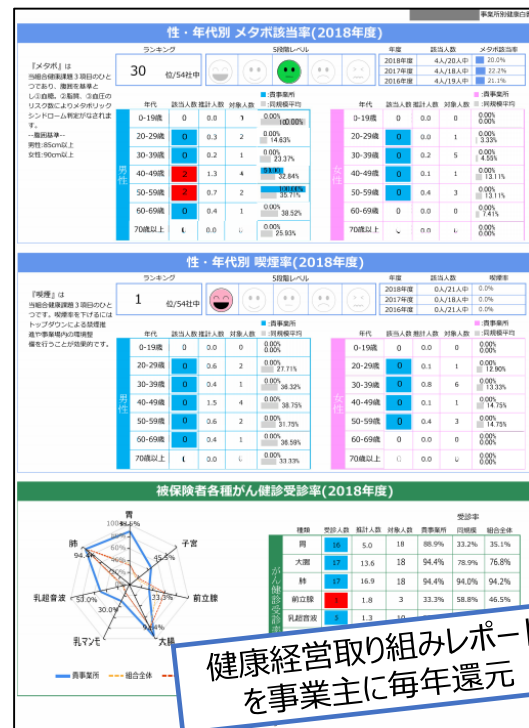
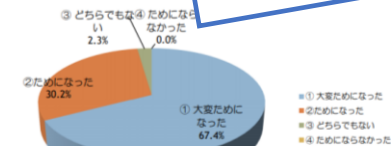
健康保険組合、健診保健指導機関、事業所がコラボして毎年健康セミナーを企画開催

“これからの「健康づくりについて」の考え【食事】(総数)

選択数	回答者数
①改善するつもりはない	8
②改善するつもりである	31
③改善済である	4



セミナー報告書を還元



健康経営取り組みレポートを事業主に毎年還元

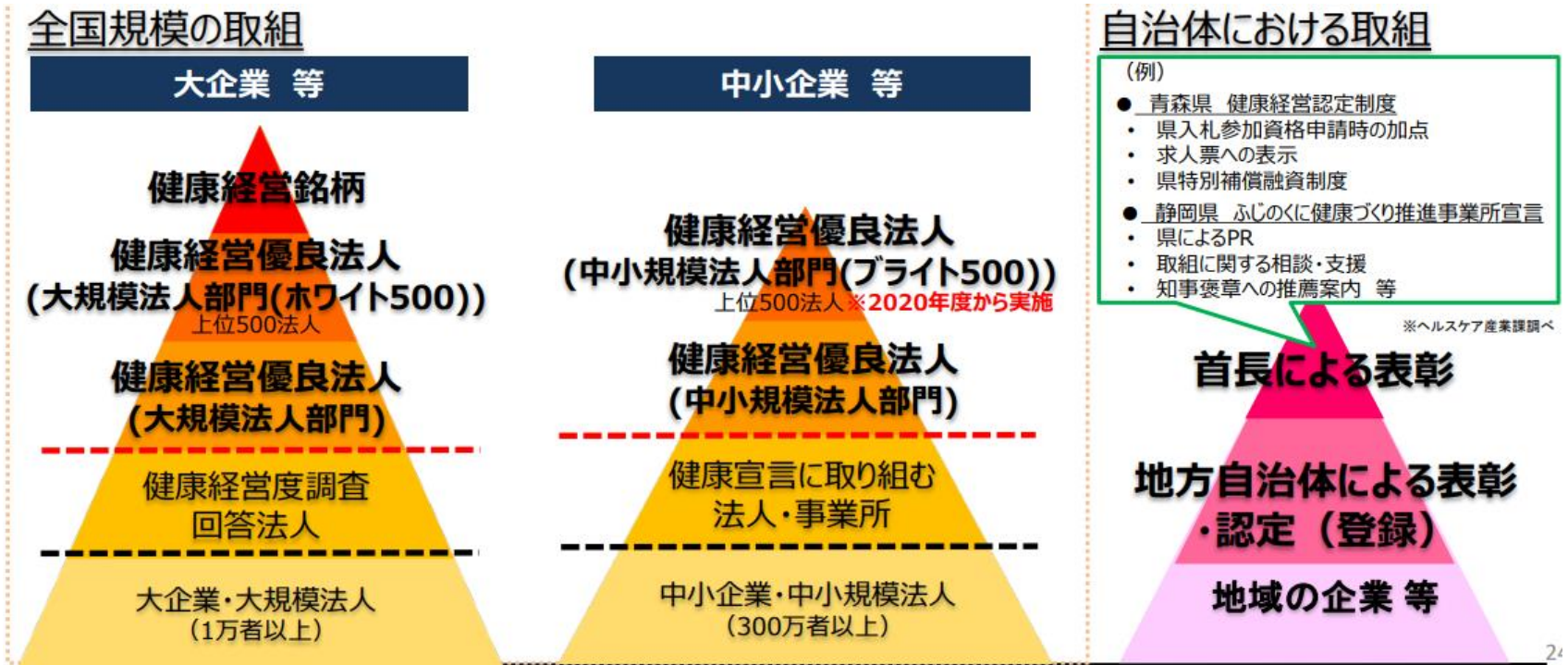
お役立ち情報のご紹介

健康経営優良法人認定制度とは？

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。

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出来る環境を整備することを目標としています。

本認定制度は、中小規模の企業や医療法人等を対象とした「中小規模法人部門」と、規模の大きい企業や医療法人等を対象とした「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。
(東京商工会議所 健康経営ハンドブックより)



経営的な視点で戦略をたて、社外にPRしてみませんか？



経営者や担当者の想いや課題に感じていること

<健康づくりに対して>

- ・長年続けてきたことで、会社をあげて健康づくりに**取り組む風土**ができてきた
- ・最初はプロジェクトチームを立ち上げたが、今は**組織体制**の中で運営を続けていけそう
- ・会社として従業員の健康管理を行うことは大切だ

<取り組みの効果に対して>

- ・病気やメンタル不調で**休職**する職員が**ゼロ**になった
- ・**離職者減少**、リクルートにも**良い影響**になっている
- ・一部、健康に無関心な従業員もいて、対策も頭打ちになってきている
- ・個々の取り組みに対しての評価はできているが、**経営的な効果**が出ているかは分からない



経営的な視点から、目標値を設定していますか？

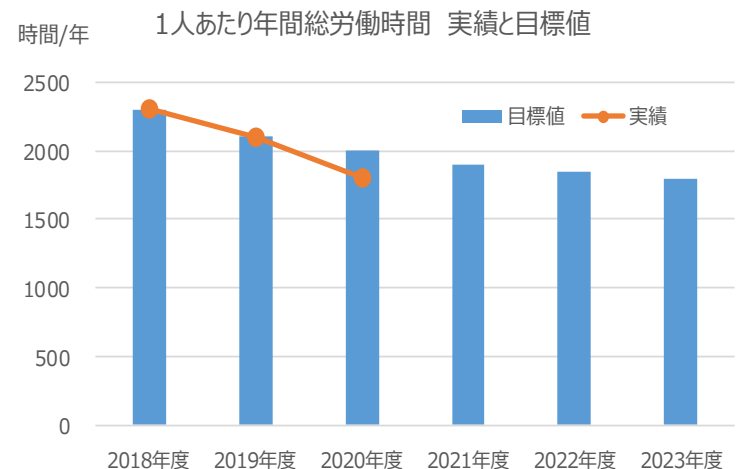
健康経営優良法人2020（中小規模部門）認定申請書の集計データを分析したところ、「健康増進・過重労働防止への具体的目標設定」において、愛知県は実施率55.2%（全国35位）と低い傾向でした。

健康経営に関する取り組みを行った結果、会社としてどんな課題を解決したいのか、どんな**経営的な効果**を期待しますか？

<労働生産性に関する指標>

長時間労働者、年間総労働時間数、有給取得状況、そのうち病気で休んだ日数、欠勤や休職、傷病休業、平均在職期間、年間離職率、昇進率、業務パフォーマンス など

例) 年間総労働時間推移と目標値



経営的な視点で戦略をたて、社外にPRしてみませんか？

健康経営戦略マップを活用して、取り組みの全体像を描いてみませんか？

戦略マップのメリット

💡 解決したい課題から取り組みまでの結びつきをストーリーとして見える化できる！

💡 経営者や従業員等の内部での意思統一、社外との対話に活用できる

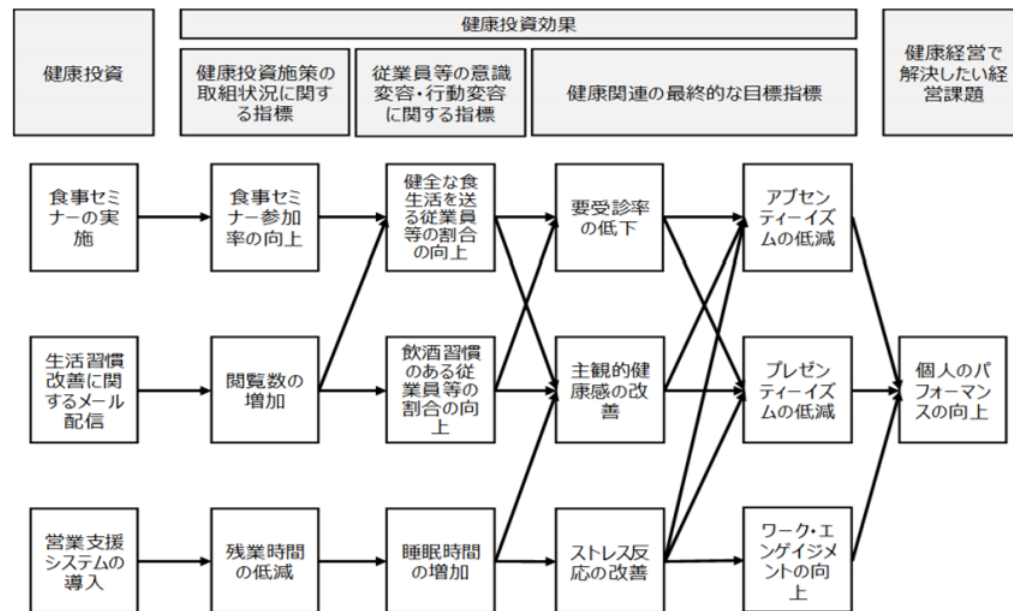
インタビューしてみました♪
実施時期：2021年1月
佐久間特殊鋼株式会社

戦略マップを作成したきっかけは？

健康経営度調査時に、健康投資について任意回答の質問がありました。今後はこんなことが聞かれるんだろうなと準備のために、戦略マップも試しに作ってみました。

健康経営と経営課題のつながりの例

経済産業省 健康投資管理会計ガイドライン



作成してみた感想は？

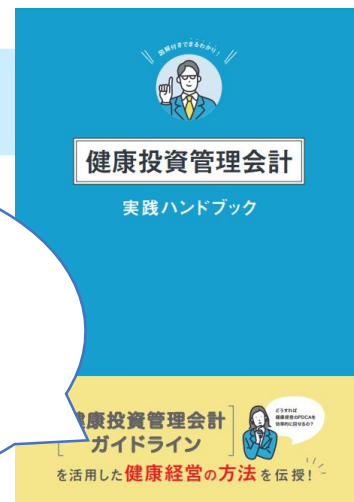
経営理念目標への道筋が見えるように意識しました。健康や幸福をどう数値で示すか、数値目標の設定は経営層と一番頭を絞りました。数値化したことで、ゴールへ向かって取り組みを考えやすくなり、効果も意識するようになりました。社内や健保から意見をもらいつつ、じっくり取り組んでいきたいです。*戦略マップは、ホームページに掲載されています。

お役立ち情報のご紹介

健康投資管理会計ガイドラインとは？

企業等における健康経営の取り組みをさらに促進することを目的とし、「健康投資の見える化」のために2020年6月に策定されたもの。より継続的かつ効率的・効果的に実施するために必要な内部管理手法を示すとともに、取り組み状況について企業等が外部と対話する際の共通の考え方を提示。

2021年3月
経済産業省より
健康投資管理会計
実践ハンドブックが
できました！



経済産業省 https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoutoushi_kanrikaikei_guideline.html

- ・まずは部分的に出来る範囲だけでも良いので作成してみることをおすすめ
- ・施策と効果の繋がりや根拠が明らかでなく難しいという声もありますが、自社内で繋がりがあると思ったものをストーリーとして描くことがねらいです

使い方手順

①戦略マップ → ②健康投資シート → ③健康投資効果シート → ④健康資源シート

- ・解決したい経営課題
- ・取り組みによって改善する健康指標 (KPI)
- ・実施する健康施策と
そのための投資

- ・戦略マップに記載した施策について具体的な活動と費用を入力
- ・外注費、減価償却費、人件費、その他経費

- ・健康投資施策の取り組み状況に関する指標
- ・従業員等の意識変容・行動変容に関する指標
- ・健康関連の最終的な目標指標

- ・環境健康資源 (内部の環境)
- ・人的健康資源 (従業員の健康状態やヘルスリテラシー)
- ・会社の資源をいつでも活用できるよう見える化

お役立ち情報のご紹介

愛知県全体の健康づくり普及のために、ぜひPRしてください

あいち健康経営ネット

健康経営支援
ポータルサイト

①【あいち健康経営アワード】

愛知県保健医療局
健康医務部健康対策課

2020/03/30

印刷する

藤久運輸倉庫株式会社

101~300人

観光業/その他

ドライバーの健康起因事故を防ぐため毎日のデータ収集で社員とその家族を守る



刈谷市・東京・大阪に拠点を置き、商品輸送・保管・荷役を中心に日本の物流を担う藤久運輸倉庫。トラック輸送だけでなく、グループ企業で貸切バス・観光バスの運行などのバス事業、自動車整備業も手掛けています。運輸業界を取り巻く厳しい現状の中で、中小企業としてドライバーの健康管理をいかに適切に行うか。そして、社員とその家族に対して心身の健康をどうサポートしていくか。全社一丸となって取り組まれる健康経営とその成果について伺いました。

令和元年度
中規模法人部門受賞
藤久運輸倉庫株式会社

②【健康宣言好事例集】

協会けんぽ愛知支部

全国健康保険協会 愛知支部
協会けんぽ③【各自治体で行う健康経営推進に
関連するインセンティブ】

大府市

大府市働きやすい企業

蒲郡市

企業の健康宣言

取り組み優良事業所選定

津島市

企業の健康宣言Wチャレンジ

刈谷市

かりや健康づくりチャレンジ宣言

東海市

健康づくり推進優良事業所

豊田市

働く人がイキイキ輝く事業所表彰

お役立ち情報のご紹介

あいち健康プラザ：出張型プログラム ～講師派遣・コンサルテーション～

出張体力チェック・講師派遣を組み合わせた例

(20名の場合)

内容：40歳代節目健康セミナー

ねらい：メタボリックシンドローム予防・健康づくりの動機付け

事前打合せ

依頼内容、場所など様々です。目的に応じたプログラムをご提案。



オンライン打合OK!

運動分野

保健分野

食生活分野

口腔分野

様々な派遣内容をご用意しております

当日

設営もお任せください。



9:00～ 体力測定

事前に保健師による問診の確認を行い実施します。

体力測定



10:30～ 運動講義・実技

メタボリックシンドローム予防のための運動のお話や日頃から取り組めそうなストレッチや筋トレをご紹介します。

運動講義・実技



11:30～ 保健師結果説明

おひとりおひとり1枚、体力測定の結果をフィードバック。

結果票



12:00 終了

まずはご相談ください！ お話をお聞かせください。

コンサルテーションの例

- 保健事業の計画などに関する相談支援
→PDCAの回る進め方の提案
- 地域や企業等における健康課題の解決に向けた相談支援
→健康課題の整理と各事業評価の実施方法等の提案
- 従業員の健康意識向上のための相談支援
→出張健康講話や体力チェックの実施と評価方法の提案 等



より踏み込んだ相談・技術支援（有料）も実施しています。

- 市町村や事業場等、健康課題の抽出、および対応策の検討などの相談支援
- データヘルス計画の評価、策定支援
- 健康経営の取り組みについての評価 等

お役立ち情報のご紹介

あいち健康プラザ : 来館型プログラム ~健康づくり教室~

「来てよかった!!」「今日から実践してみよう!」と実感していただけることにこだわり、多職種が連携してサポートいたします。

養成講座の
一環として



若年層の
健康づくり



特定保健
指導の
動機づけ



生活習慣病
・
重症化予防



生活習慣病
予防
動機づけ



1日実践クラスの例

時間	カリキュラム	内容
9:00	入館開始	
9:15	主催者挨拶	「教室の意義について」 自己紹介タイム
9:45	健康度評価B	オリエンテーション 【メディカルチェック】 問診、腹囲、身長、体重、体脂肪率、血圧、 安静時心電図、負荷心電図、歯科測定、骨密度、尿検査 【食事バランスチェック】 【体力チェック】 運動負荷試験（推定最大酸素摂取量：全身持久力）、 長座体前屈（柔軟性）、重心動揺（バランス）、 全身反応時間（敏捷性）、脚伸展パワー（筋力）
12:25	昼食	バランス弁当
13:20	食事講義	「生活習慣病予防のための食事ポイント」
13:50	運動講義	「生活習慣病予防のための運動ポイント」
	運動実技	運動プログラムの実際 ・目標心拍数を活用したウォーキング ・職場、自宅で活用できる+10分の運動
15:20	講義・ 結果説明	健康度評価結果説明 「自分のデータで確かめる5年間の成果」
16:05	歯科結果説明	歯科結果説明 「歯周病やむし歯と全身の健康について」
16:50	健康目標設定	「今日から実践！わたしにピッタリな健康づくり計画」
17:10	終了	

食事の量とバランスを
目とお腹で実感

各分野の専門スタッフが
検査数値の見方や
改善方法を提案します

実践可能な目標を
自ら設定できるように
スタッフが応援します

教室受け入れ人数：10～15人/日
（日帰りマイプラン 1～5人も可）

開催日：月曜日を除く平日・土曜日

教室費用（単価/人）：健康度評価料金（6,490円）
+ 教室代（1,040円）

昼食（単価/人）：バランス弁当（1,020円）、
特別ヘルシーランチ（820円）
バランスよくカロリーを抑えた内容です

※送迎無料マイクロバスあり。

距離や時間によってご希望に添えない場合があります。



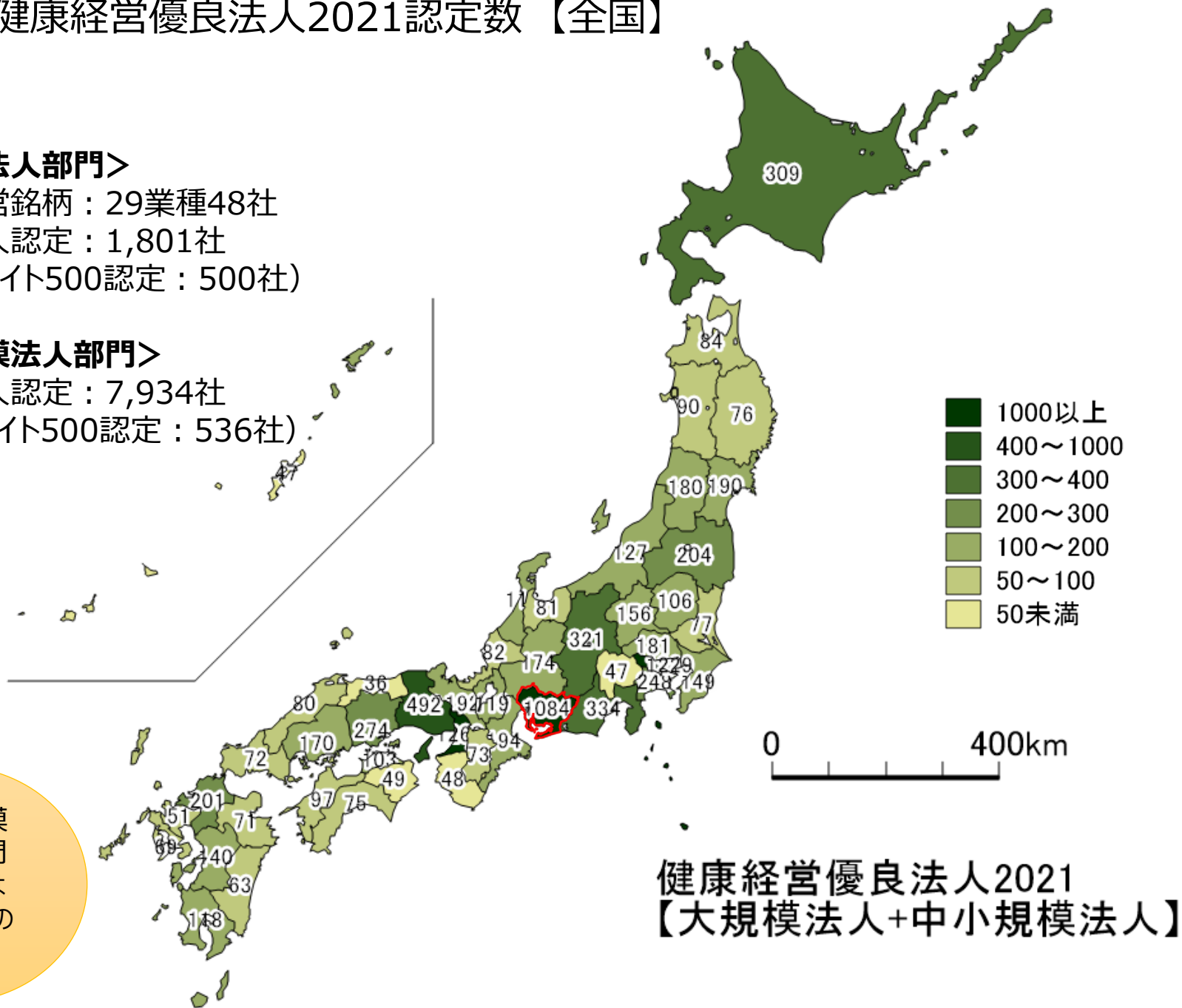
<参考> 健康経営優良法人2021認定数 【全国】

<大規模法人部門>

- ◆健康経営銘柄：29業種48社
- ◆優良法人認定：1,801社
(うちホワイト500認定：500社)

<中小規模法人部門>

- ◆優良法人認定：7,934社
(うちブライト500認定：536社)



中小規模
法人部門
愛知県は
全国2位の
認定数！

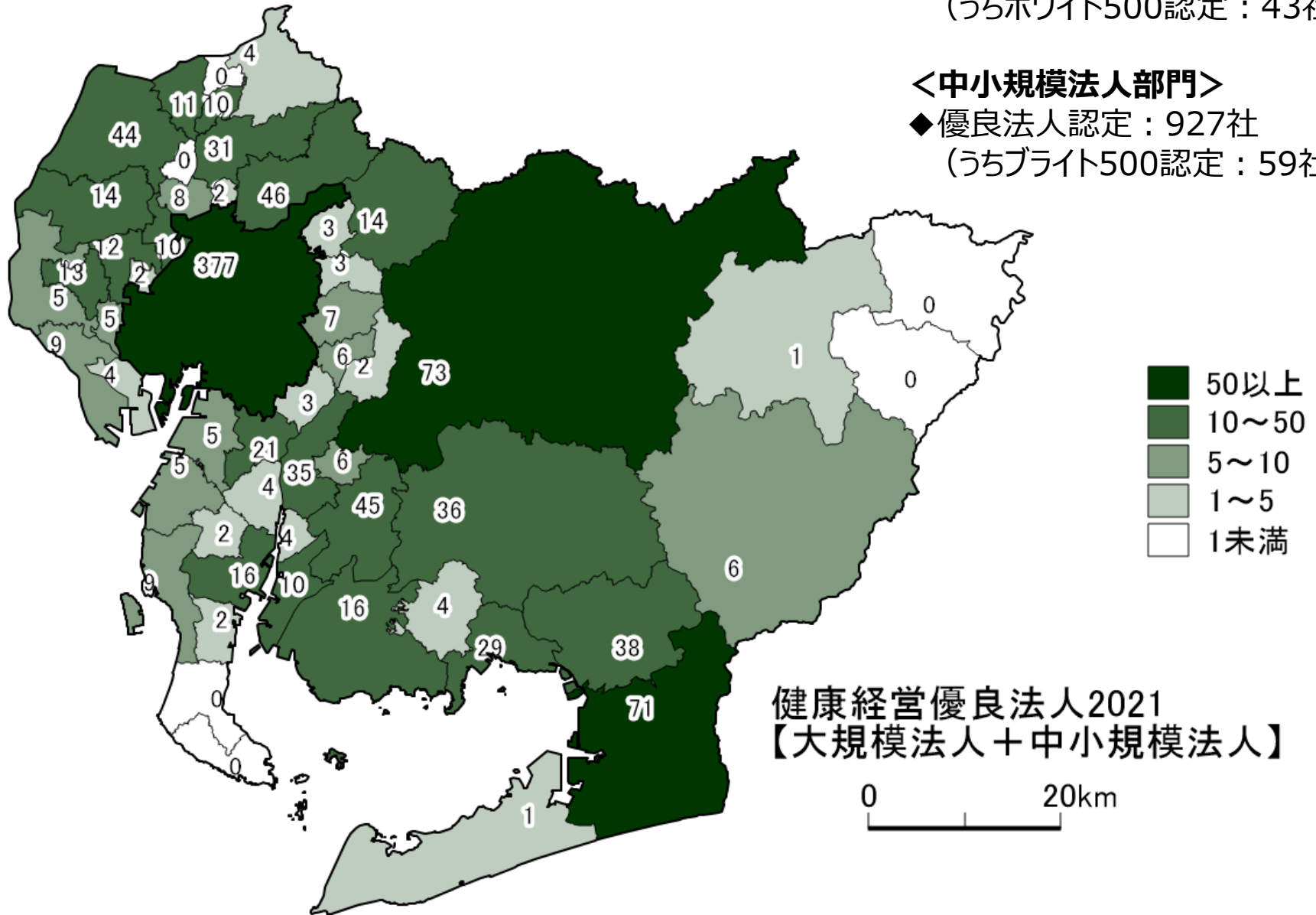
＜参考＞健康経営優良法人2021認定数 【愛知県】

＜大規模法人部門＞

◆優良法人認定：157社
 （うちホワイト500認定：43社）

＜中小規模法人部門＞

◆優良法人認定：927社
 （うちブライト500認定：59社）



ヒアリングにご協力いただいた事業所一覧

(50音順)

事業所名	事業内容	従業員数	加入健康保険
A-Riding株式会社	OA機器販売、ネットワーク工事等	11名	協会けんぽ愛知支部
SAロジテム株式会社	保険サービス、運送業	25名	協会けんぽ愛知支部
株式会社小垣江鉄工所	産業機械、工作機械、半導体部品の加工	126名	愛鉄連健康保険組合
金印株式会社	食品の製造・販売	224名	協会けんぽ愛知支部
佐久間特殊鋼株式会社	特殊鋼材料および加工部品の販売	189名	愛鉄連健康保険組合
鈴豊精鋼株式会社	自動車用鉄鋼二次加工製品・冷間鍛造部品 製造販売	199名	愛鉄連健康保険組合
竹内浴槽株式会社	ガス機器、住宅設備機器販売施工	17名	協会けんぽ愛知支部
地域スポーツ研究所	幼児・児童体育指導	7名	協会けんぽ愛知支部
株式会社テクニカ	墓石および石材の加工、販売、施工	8名	協会けんぽ愛知支部
東洋フォーム印刷株式会社	納品書、請求書などの伝票、名刺、パンフレット等の印刷	13名	協会けんぽ愛知支部
ネットヨタ東名古屋株式会社 キリックスリース株式会社 (キリックスグループ)	新車中古車販売、板金塗装、整備点検、保険代理、 車リース	ネット503名 リース237名	協会けんぽ愛知支部
株式会社服部商会	NC工作機械・工具の総合商社	25名	協会けんぽ愛知支部
株式会社富士精機	自動車部品、産業機器、工作機械製造	205名	愛鉄連健康保険組合
三笠電子工業株式会社	電子部品、自動車部品製造	68名	協会けんぽ愛知支部
山八商事株式会社	寝具・インテリア製品製造・販売 不動産開発・賃貸業	35名	協会けんぽ愛知支部

事業所サポートの立場でヒアリングにご協力いただいた団体一覧

(50音順)

団体名	団体概要	会員団体数	健康経営に関連する主な事業
愛鉄連 健康保険組合	機械器具製造業の事業所を対象とした総合型健康保険組合	569事業所	<ul style="list-style-type: none"> ・事業所訪問（事業所別健康レポートの配付） ・健康宣言事業、健康経営優良法人取得支援 ・専門職による健康講話 ・禁煙お助け事業 ・機関紙による健康情報発信 ・けんぼれん主催健康ウォーク ・事業所別ウォークラリー（Pep Up） ・愛けんぼファミリー健康相談 等
愛知県農協 健康保険組合	愛知県下の農業協同組合や厚生病院などが加入する総合型健康保険組合	46事業所	<ul style="list-style-type: none"> ・保健事業推進訪問：事業所ごとの健康レポートを作成して説明する。 ・健康宣言事業 ・健康経営優良法人取得のための支援 ・日々の記録チャレンジ（Pep Up） ・卒煙チャレンジ、禁煙補助剤助成金 等
全国健康保険協会 愛知支部	主に中小企業で働く従業員とその家族などの加入者、事業者を対象とする健康保険組合	県内の約14万事業所（うち8割が従業員10人以下）	<ul style="list-style-type: none"> ・健診、保健指導、未治療者受診勧奨 ・重症化予防対策 ・事業者健診の結果データの取得 ・健康宣言への取り組み ・事業所コラボヘルス推進セミナーの開催 ・事業所と連携した被扶養者受診率向上 ・ヘルスアップ通信簿
豊橋市保健所 健康政策課 健幸なまちづくり グループ	保健所・保健センターの管理運営、地域保健に係る協議・調整、健康施策の企画・推進、健康危機管理の総合的企画・調整等	豊橋市民、在勤 在住する住民	<ul style="list-style-type: none"> ・とよはし健康宣言事業所認定制度 ・健康宣言応援事業（三遠ネオフェニックストレーナー監修運動プログラム、健康セミナー、女性の健康支援講座など） ・とよはし健康マイレージ ・豊橋市健幸なまちづくり条例 等
大府市 健康都市推進課	健康都市関連施策の総合企画・調整・広報、健康都市おおぶ推進会議、健康都市連合に関すること、地域医療連携や地域包括ケアの企画及び調整等	大府市民、在勤 在住する住民	<ul style="list-style-type: none"> ・企業チャレンジ（健康宣言事業） ・出前講座（市の保健師、管理栄養士、歯科衛生士等が事業所で講座） ・禁煙・受動喫煙対策（敷地内禁煙にチャレンジする事業所を募集） ・チャレンジカレンダー、健康プログラム ・働きやすい企業表彰（3部門に分け表彰） 等
蒲郡商工会議所	産業・経済の振興・発展に努め、地域経済の健全な発展に寄与している公共性の高い「地域総合経済団体」	蒲郡市内の様々な業種・規模の事業所約1,700社	<ul style="list-style-type: none"> ・「働く人の健康づくりの推進」「アンチエイジングサービス事業化の促進」 ・蒲郡商工会議所の相談員が協会けんぽや蒲郡市と一緒に企業に訪問し、健康面と経営面の両方で健康経営実践のサポートが可能になる取り組みを行っている

愛知県内の中小企業、働き盛り世代を支えるため、こんなサービスを行っています

サービスの種類	サービス機関	お問い合わせ
労働基準・安全衛生・労災補償に関すること等	愛知労働局 労働基準監督署（14か所）	下記一覧より、お近くの労働基準監督署をお探してください https://jsite.mhlw.go.jp/aichi-roudoukyoku/kantoku/kantoku.html
法律や税務など経営上の相談等	愛知県商工会議所連合会 商工会議所（22か所）	下記一覧より、お近くの商工会議所をお探してください https://www.aichipf-cci.jp/list/index.html
働く人の健康増進、健康相談、健康指導、心の健康に関すること等	愛知産業保健総合支援センター・ 地域産業保健センター	地域窓口（地域産業保健センター）では50人未満の小規模事業場を対象にサービスを行っています （健康相談、健診結果医師意見聴取、長時間労働者面接、高ストレス者面接、保健指導等） https://www.aichis.johas.go.jp/local_center/
健康宣言事業、健診、がん検診、保健指導等	医療保険者 （協会けんぽ・健保組合等）	保険証に記載される加入健康保険にお問い合わせください
働き方改革関連法に関する相談、労働時間管理等	働き方改革推進支援センター	愛知働き方改革推進支援センター 名古屋市千種区千種通7-25-1サンライズ千種3階 0120-006-802
働く人の安全と健康づくり、メンタルヘルス等	中央労働災害防止協会 （中災防）	中部安全衛生サービスセンター 名古屋市熱田区白鳥1-4-1 052-682-1731
こころの不調、メンタルヘルス対策等	こころの耳（働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト）	個人に対するセルフチェックや事業者向けのサービス等 https://kokoro.mhlw.go.jp/
健康づくり・生活習慣病予防に関すること等	あいち健康の森健康科学総合センター（あいち健康プラザ）	個人に対する健康チェックや企業・自治体向けの事業支援 http://www.ahv.pref.aichi.jp/www/index.html

その他、愛知県や各市町村、関係機関など様々なサービスを行っています

勝手に名言集！ ～ヒアリング調査より～

全国的に健康経営®という概念や認定制度などの情報が多く発出される中、「経営者や担当者の方々は、実際にどのように感じているのだろう」という思いから、今回の調査研究事業では中小企業を中心にお話を聞きしました。会社創設のヒストリーや理念、率直な想いを聞くことができ、多くの学びと感動がありました。

その中から、私たち立場で「これは名言！」と感じた、素敵な言葉を紹介します。

- ◆会社とは、社員の安全と衛生がベースである
- ◆企業にとって、安全はシビアな問題だが、衛生は疎かになりがち
- ◆お客様の好評価が励みとなり、1年目の社員がここに就職して良かったと言ってくれたことが嬉しかった
- ◆従業員は家族のように身近な存在
- ◆採用難という課題から、まずは1年先に目標をおいて、やってみようと思った
- ◆経産省のマークをとるためにやっているのではない
- ◆残念な結末を迎えてしまった社員がおり、二度と同じ悲しみは味わいたくない、と強く思ったことが取り組みのきっかけ
- ◆社員の理解を得るには長年の時間が必要、最初は反発も多かった

謝 辞

最後に、本ヒント集作成にあたり、ご協力いただきました事業所・医療保険者・商工会議所・自治体の皆さま、愛知県全体の健康経営推進に向けてご協力・ご助言いただきました健康保険組合連合会愛知連合会様に、心より感謝申し上げます。