

令和5年度

福島県

Case Studies

「元気で働く職場」応援事業

取り組み事例集

福島県

公益財団法人福島県労働保健センター



●社員の「成長」「健康」「幸せ」を
サポートする

- 事業内容 軌道工事・鉄道土木工事・一般土木工事業
- 設立 1974年 1月
- 従業員数 77名(男性 72名 女性 5名)
- 加入健康保険組合 全国健康保険協会福島支部
(2024.3.28現在)

健康経営への思い

代表取締役 菅澤 清様

従業員を大幅に増やした際に、従業員のコミュニケーション不足が問題になりました。それを立て直そうと取り組んだのが健康経営でした。わが社は、夜間作業など、生活リズムを整えにくい勤務となる場合があります。生活習慣病を抱える者もあり、共通の課題である『健康』がコミュニケーションのきっかけになると考えました。取り組みにより、効果は出てきていると感じます。従業員の健康意識も徐々に向上してきています。従業員が、いきいきと、健康に、長く働くことができるよう健康経営の取り組みを継続していきます。



2年連続で、ルネサンス(株)生活習慣改善教室を活用。毎日の生活の中で出来る効果的な運動を身につけました。

健康課題

- 肥満者、喫煙者、肝機能の有所見者が多い
- 腰痛、肩こり、睡眠不足の方が多し
- 交代勤務の為、1日3食たべず、食事時間が不規則な人が多い

取組と結果

『健康一番！みんなで目指そう健康経営』多角的な取組で効果を実感

運動習慣を定着させるための取り組み

⇒ルネサンス(株)生活習慣改善教室
企業プログラム&協会けんぽ出前講座

体組成測定、個別カウンセリングで自身の健康状況を確認、運動セミナーで実際に体を動かし、運動習慣の定着を目指すプログラム。R4年度は4か月間、R5年度は、協会けんぽの出前講座も活用しながら6か月間のプログラムを実施。



InBodyを用いて、筋肉量や体脂肪などの体組成をチェック

- 運動習慣をもつ者の増加 19%⇒28%
- 体脂肪率・内臓脂肪⇒減少傾向
- 筋肉量⇒増加傾向
- 運動不足、肩こり、腰痛が気になる人が大幅に減少

食生活改善の取り組み

⇒二本松市とのコラボ企画「栄養セミナー」を受講

普段の食事をチェック
適塩を減塩味噌汁で体験



減塩味噌汁を①そのまま⇒②鰹節を入れる⇒③ねぎを加えるの順番で体験。③の味噌汁でちょうどいいという方が多かったです。



セミナー後には「健康に配慮したお弁当」をいただきました。

禁煙の取り組み⇒「禁煙チャレンジ2023」の開催

- ・禁煙に取り組む人と、応援する人の2人1組でエントリー
- ・6か月間禁煙に取り組む
- ・禁煙に成功した組には会社からインセンティブを付与

このチャレンジで3組が禁煙に成功！！

これまで、職員の健康づくりの取り組みとして、「オフィスおかん」を活用した自動販売機での惣菜の提供、健康セミナーの開催など様々な取組を実施してきました。事業に参加したことをきっかけに、健康目標の認識を一致させるため、『健康一番！みんなで目指そう健康経営』というキャッチフレーズを作成、週に1回の朝礼で唱和を行うと共に、安全推進会議では「健康経営の取り組み」について文章やパンフレットを配布して理解を深めました。

運動の取り組みとして、2年連続ルネサンスの企業プログラムを活用。自身の体組成を確認した上で各種運動セミナーを受講し運動意識の向上を図りました。更にラジオ体操を導入したり、握力計を設置するなどの環境整備も合わせて実施しました。2年間の取り組みの結果、体組成測定では体脂肪率が減少し筋肉量が増えている傾向が見られ、アンケート結果からは、腰痛、肩こりなどが減少し健康課題の改善が見られました。

禁煙への後押しとして、禁煙に取り組む人と応援者の2人1組でエントリーし、禁煙した組にインセンティブを提供する企画を実施。多角的な取組により健康意識が高まり、2年間で6名が禁煙する等目に見える効果も出始めています。

2年間の活動を通しての感想

【従業員代表】

自分の生活習慣を見直すきっかけになりました。体験型の健康セミナーでは、自分の食生活の問題を実感することができ、非常に良かったです。今後も健康への取り組みを続けてほしいです。日常会話の中で健康に関する話題が出るようになりました。

【総務課 山本 桃子様】

関係機関の皆様から、様々なアドバイスやサポートを受けることができ、健康経営の取り組み内容を現状に即した効果のあるものにできました。以前は健康に対してあまり興味がなかった従業員から、新たな取組案が提案されたり、健康セミナーの内容が日常会話の中で話題となったりと従業員の健康意識の向上を感じています。

●地域のために、皆様のために、
社員ひとりひとりが健康になる

- 事業内容 土木建設業
 - 設立 昭和38年 8月
 - 従業員数 48名（男性40名 女性8名）
 - 加入健康保険組合 全国健康保険協会福島支部
- (2024.2.1現在)

健康経営への思い

代表取締役 近藤 健一郎様

我が社は経営理念に顧客の繁栄と地域社会の発展に貢献することを掲げており、達成するには従業員ひとりひとりの健康と長く元気に働ける職場づくりが必須と思い、「元気で働く職場」応援事業に参加しました。

健康課題

- 一人当たりの医療費が多い
- メタボリックシンドローム予備軍該当率が高い
- 運動習慣のない者の割合が高い
- 喫煙率が高い



運動不足の解消を目的に、会議室にエアロバイクを設置。会議や業務前に利用する方も。

取組と結果

運動機器や血圧計等を設置して、健康づくりができる職場環境に！

【健康課題の確認と共有】

⇒ 協会けんぽ「事業所健康度レポート」の活用



生活習慣病リスクの状況や医療費の状況などの振り返りを行い、健康課題を明確化することからスタート。
事業所健康度レポートをPDCAサイクルを回す指標として活用

【食生活改善の取り組み】⇒ 企業プログラムの活用
カゴメ(株)健康サポートプログラム

「食生活改善セミナー」で野菜摂取の必要性について学び、その後毎日の野菜摂取量のチェックを4週間実施。前後にベジチェック®で野菜摂取量の変化を確認するプログラム。

【アンケート結果】

食生活の改善を意識し行動を開始した人が増加

【ベジチェック結果】

野菜摂取レベルが上昇

開始時平均 5.40 ⇒ 4週間チャレンジ終了時 平均5.85 ↑ ↑

取り組みを始めるにあたり、まずは協会けんぽから発行される、『事業所健康度レポート』を元に、健康課題の洗い出しと共有を行いました。その結果、メタボリックシンドローム予備軍や、血圧・脂質などの生活習慣病発症リスク、喫煙、飲酒頻度が高いことを確認しました。

改善のための具体的な取り組みとしては、食習慣の改善を目的に、従業員全員が集まる安全大会の中で、カゴメ(株)の食生活改善セミナーを実施しました。ベジチェック®で自身の野菜摂取量の可視化をしたことで、野菜摂取への意識が高まり、食生活や野菜不足の改善に取り組もうとする意識の変化が見られました。

運動の取り組みとしては、会議室にエアロバイクを設置し、運動しやすい職場環境整備を行いました。出勤前や会議の前などに利用する従業員も見られるようになり、運動不足の解消につながればと期待しています。

また、現場従業員は毎朝血圧を測定、高い場合は上司へ報告するルールとなっています。今回の取り組みを機に血圧計を増設、健康状況の確認の為、内勤者への測定も促していきたいと思っています。

2年間の活動を通しての感想

【従業員代表】

食生活改善についてのセミナーを受けてから、意識して野菜を摂るようになりました。1日6ベジハンドを目標に、これからも健康づくりに取り組みたいと思います。

【管理部部長 山内 忠亮様】

健康についての情報や取り組みに係る時間が増えたので、自然と社内のコミュニケーション頻度や雰囲気が変わり、健康に関する意識が高まったように感じました。まだ、取り組みには個人差があるので全体的に高めていきたいと思っています。

●人と自然に優しいものづくり

人づくり 職場づくり

●事業内容 土木建築業

●設立 1963年 8月

●従業員数 30名 (男性 25名 女性 5名)

●加入健康保険組合 全国健康保険協会福島支部

(2024.3.1現在)

健康経営への思い

代表取締役社長 深谷 佳孝様

社員の高齢化に伴い肥満や高血圧、糖尿病などのリスクが懸念されていたところ、福島県の「元気で働く職場」応援事業へ2年間にわたり参加し、健康増進の取り組みを行ったことで、社員の健康意識の向上が図られました。今後も継続して社員の健康増進に取り組んでまいります。



日本生命保険(相)企業プログラムの開始に合わせ、健康づくり担当者より健康づくり宣言を行いました。

健康課題

- コレステロール、血糖、血圧、肥満など有所見者が多い
- 喫煙者が多い
- 腰痛、肩こり、視力低下、聴力低下を訴える従業員が多い



花王(株)のセミナーでは「しっかり食べて太りにくい」スマート和食弁当を試食。1か月間食習慣の改善に取り組み内臓脂肪の変化を確認しました。

取組と結果

自身の健康の見える化とこまめな声掛けで従業員の健康意識が改善

【生活習慣改善に向けた取り組み ⇒ 企業プログラムの活用】

令和4年度

日本生命保険(相)

「じぶんで血糖チェック」

持続型血糖測定器

「freestyleリブレ」を装着。

2週間、血糖値をセルフモニタリング

令和5年度

花王(株)

「内臓脂肪を測って減らすスマート和食プログラム」

内臓脂肪の測定で隠れ肥満をチェック。

食事チェックシートで食生活の振り返り

自身の健康(血糖値・内臓脂肪量)の見える化を実施

食事や運動等の生活習慣改善で数値が変わることを実感

【健診後の受診勧奨】

◎有所見者へのこまめな声掛け、朝礼時に社員全員へ周知
⇒ほとんどの対象者が医療機関を受診

【禁煙対策】

- ◎社用車の禁煙
- ◎塙町の口腔ケア事業の紹介

健診結果

- ◎肝機能値
- ◎血糖値
- ◎脂質
- ◎喫煙率

改善

従業員一人一人が自身の健康に関心を持ち、生活習慣改善に取り組む社員が増えることを目標に、取り組みを行いました。

健康意識を高めるため1年目は血糖値測定、2年目に内臓脂肪測定を取り入れた企業プログラムを活用して、自身の体の変化を数値で把握。食事のとり方で値が変わることを実感できたことで、多くの職員が食事改善に取り組むことができました。その結果、内臓脂肪が多い人(内臓脂肪面積100cm²以上)の割合が、64%から50%へ減少しました。

従業員の高年齢化に伴い、健診の有所見率が増えていることが懸念されている状況だったため、健診後の受診勧奨に力を入れました。従業員の健診結果を集計し、状況を把握した上で、精密検査の必要性を朝礼で周知したり、個別に声掛けを行ったことで、ほとんどの対象者が医療機関を受診、翌年には要精密検査該当者が減少、脂質や血糖値等の有所見率も減るといった嬉しい結果となりました。

今回の2年間の取り組みが健康づくりを自分事としてとらえ、食事や運動への関心が高まり、行動に移すきっかけになったと思います。

2年間の活動を通しての感想

【従業員代表】

血糖値の測定や内臓脂肪の測定など毎年の健診では測定できない数値が分かり、貴重な体験ができました。バランスよい食事、睡眠、運動などできることから少しずつ改善していきたいです。

【総務部長 斎藤 隆之様】

取組前は、社員の皆さんの協力が得られるか不安でありましたが、思いのほか協力が得られ、後日、感謝やねぎらいの言葉もいただきました。健診結果では、年々改善がみられ、喫煙者も減少しております。少しずつでも社員の健康づくりを推進してまいります。

●共に飛躍しましょう

社員の幸せが会社の成長を促す

- 設立 1965年 4月
- 従業員数 74名（男性40名 女性37名）
- 加入健康保険組合 全国健康保険協会福島支部

(2024.3.25現在)

健康経営への思い

代表取締役社長 曾根 佳弘様

弊社では、「共に飛躍しましょう」という社是がございます。これには、会社だけではなく関係する方々と共に伸びて幸せになるという思いが込められています。中でも従業員の方々は特に大切なパートナーであり、幸せな人生を送ってほしいと願っております。幸せに不可欠な要素の一つは健康ですが、自覚してもらうことを促すことはパートナーである会社としても重要な事だと考えています。



RAIZAP(株)セミナー。健康のその先へ！理想の姿を目指してグータッチ。

健康課題

- 肩こり・腰痛を訴える社員が多い
- 禁煙の取り組みを行っているが、喫煙者の減少に結び付かない
- 肥満率が高い
- スポーツクラブと提携しているが利用者が増えない

取組と結果

社員みんなで健康づくりへの取り組みに挑戦！！楽しみながら、健康意識の底上げを実現。

食生活改善
カゴメ(株)

「健康づくりサポートプログラム」

野菜摂取の重要性についてのセミナーを受講し1か月間食生活の改善にチャレンジする。ベジチェック®で野菜摂取レベルの変化を測定。

【結果】

Q 食生活を改善しようと思いませんか？

A 改善するつもりはない：33%→12%

A すでに取り組んでいる：9%→23%

★野菜摂取レベル（平均値）1.14上昇↑



運動習慣の定着・食生活改善

RIZAP(株)「結果にコミットコース（ライト）」

【結果】

参加者の半数以上が変化があったと回答した項目

健康意識、運動意識、食事内容や量、体型変化、
ポジティブになった ★体重変化 -1.2kg（平均値）

RIZAPトレーナーによる食事と運動の指導。
全5回 約2か月間のプログラム。

運動しやすい環境整備

- ラジオ体操を朝礼時に時間を設け毎日実施
- 健康器具の設置



食堂へ、ストレッチポールやマットを設置。少しずつ利用者も増えてきています。

禁煙に向けた取り組み

- アクサ生命による健康セミナー開催
- 禁煙週間に合わせたポスターの掲示

日頃、6つの委員会活動を通し経営ビジョンを形にする取り組みを行っています。また、家族も交えた社内行事や鶴ヶ城マラソン・ゴミ拾い活動等の地域行事にも積極的に参加することで体力づくりや絆づくりにも力を入れています。今回は、職員の健康に主眼を置いた新たなチャレンジを行いました。まず、健康づくりへの関心を高めるため、R4年度はカゴメ(株)、R5年度はRIZAP(株)のプログラムに取り組みました。カゴメ(株)のプログラムは全員が楽しみながら参加でき、食生活の意識の向上や、推定野菜摂取量の改善などの効果を数値で確認。RIZAP(株)プログラムは希望者のみの参加としましたが、体重が平均1.2kg減少していたことや、健康や運動への意識が変わったと感じている方が多く、十分な効果が得られました。

また、運動不足解消や腰痛予防の取り組みとして毎朝朝礼時にラジオ体操の実施や、食堂へ運動器具を配置し職場で体を動かす環境整備にも取り組みました。

このような2年間の取り組みを経て、職員間で健康に関する話題が増えたり、休憩時などにストレッチをする様子が見られたりと健康意識の底上げがはかれ、運動習慣が少しずつ定着してきていると感じています。

2年間の活動を通しての感想

【従業員代表】

私を含め、ほとんどの方が食生活の管理や運動をすることは大切だということはわかってはいるものの、実際に何をすればよいのかが分からないでいると思います。そのような中、会社の健康に対する取り組みは「的を得たテーマ」であり取り組みの機会を与えてくれていると思いました。あとは自分自身で行動し、継続と定着を目指すことが大切だと考えます。今後も定期的にセミナーなどを通じて奮起させていただければと思います。

【総務部部長 佐々木 徹様】

健康セミナーでは真剣に体を動かし、民間企業プログラムにも本気でチャレンジする社員の姿を見て、「健康づくり」は「社員の健康に対する意識づくり」からで、「機会」があればと二の足を踏むのであれば、「機会」を作ればよいのだと思いました。朝礼時のラジオ体操も定着し、さらには食堂兼休息所にそろえた健康器具に触れる社員も徐々に増えてきました。「健康管理も仕事のうち」などと自己管理を求めていた時代は遠い昔で、今は社員の健康管理も会社の責任なのだと感じました。毎春行う健康アンケートで社員自身の意識と理解に変化が起こってくればと期待しております。

●社員一人ひとりが「健康で健やかな社会生活を送る」ことができるよう健康づくりを推奨・サポートする

●事業内容 土木一式工事

●設立 1954年 1月

●従業員数 26名 (男性22名 女性4名)

●加入健康保険組合 全国健康保険協会福島支部

(2024.3.21現在)

健康経営への思い

代表取締役 芳賀 博之様

当社は一般土木工事を主とした建設業です。従業員が退職・休職を希望する理由は健康に関するものが最も多いことから、元気に長く働いてもらうにはその健康を守ることが必要だと感じ、様々な取り組みを始めました。高齢化が進み健康課題を抱える従業員も多いうちで、会社として健康管理をサポートすることが重要だと思います。全員が一丸となって健康課題に取り組むことは、建設業として地域に貢献することにも繋がっていくと考えています。今後も会社の大切な財産である従業員の健康を守るため、健康経営に取り組んでいきます。



第1月曜日を血圧測定日とし、全員が血圧を測定。健康管理に役立っています。既定日以外も、従業員同士で声を掛け合って測定する様子が見られたりと、血圧測定が定着してきました。

健康課題

- 生活習慣病発症リスクの高い従業員が多い
- 従業員の高齢化、腰痛や膝の痛みなどの健康障害
- 喫煙者が多い、たばこ関連疾患の予防

取組と結果

定期的な血圧測定と、健康セミナーで健康課題を「自分事化」

食生活改善の取り組み⇒企業プログラムの活用
カゴメ(株)健康サポートプログラム

- 1年目「食生活改善セミナー」
- 2年目「塩との上手な付き合い方セミナー」
- ベジチェック*で推定野菜摂取量の測定
- 4週間、日々の野菜摂取量の記録を実施。



ベジチェック*の値が改善した方へは会社から表彰状と記念品が贈られました。

◎ベジチェック*値の変化

1年目開始時4.39⇒2年目終了時6.07↑

推定野菜摂取量の増加がみられた。

◎2年間の取り組みで健康意識が改善

野菜摂取量を意識している人の割合↑

高血圧の予防に気をつけている人の割合↑

今回の取り組みを始めるにあたり、カゴメ(株)食生活改善セミナーの開始時に、社長から『健康宣言』を発信。事業所全体で取り組みを進めることを従業員の皆様へ宣言しました。

高血圧や脂質異常症等の生活習慣病発症リスクの高い従業員が多いことから、食生活を切り口としたカゴメ(株)の企業プログラムを2年連続で活用。1年目は野菜摂取の必要性、2年目は減塩を意識した食生活を学んだことで、積極的に野菜を摂る人や高血圧の予防について意識する人が増えたことがうかがえました。

職場環境改善として、従業員の意見を取り入れながら、休憩スペースに健康コーナーを設置、健康情報を掲示するようにしました。

また、自身の健康状況を知り、健康意識を高めるため、毎月1回は血圧を全員測定するという取り組みを開始しました。血圧計は、外勤の従業員が戻った時に使用しやすいように、土足で入れる休憩場所と健康コーナーの2か所に設置、値は記録用紙に記載して担当者が確認できるようにしています。

さらに、禁煙対策として、南会津保健福祉事務所の出前講座「歯と口の健康」を活用し、禁煙の重要性について、歯周病予防の側面から周知することができました。

職場環境改善

血圧計の設置

健康コーナーの整備



外から戻ってきた人が、靴を履き替えなくても測ることができる工夫をしています。血圧計の前には健康情報を掲示。

禁煙対策

南会津保健福祉事務所

出前講座「歯と口の健康」の活用



カゴメセミナーに合わせ、出前講座も活用。歯周病のセルフチェックや予防について学びました。

2年間の活動を通しての感想

【従業員代表】自分一人で健康づくりに取り組むのは始めるのも続けるのも難しいことですが、従業員全員で取り組むことによって競い合い、励まし合いながら行うことができました。自分の健康を考え始めると家族の健康も気にかかり、自分が会社で取り組んだ内容を家族に伝え、共に健康づくりを続けています。

【営業部長 星 秀紹様/阿久津 優子様】「元気で働く職場」応援事業を活用し、一人ひとり抱える健康課題の違う従業員が全員で取り組むことによって、健康課題の「自分事化」ができたと感じています。健診結果を見て終わり、ではなく二次健診や特定保健指導を積極的に受診し、自らの健康を真剣に考える従業員が増えました。現在も野菜飲料摂取の継続、ベジファーストを心がける、食品の成分表示を確認する等、それぞれ取り組みやすい方法で自分に合った健康づくりを実践しています。当初は興味関心のなかった層への意識付けをできたことが、大きな成果だと考えています。

●訪れる人の安心と安全は

従業員の健康から！

●事業内容 サービス業（宿泊・飲食・温泉）

●設立 平成5年 4月

●従業員数 83名

●加入健康保険組合 全国健康保険協会福島支部

(2024.3.27現在)

健康経営への思い

代表理事 松本 栄樹様

職場で働く従業員の皆様が健康で元気に働けていれば、お客様を笑顔にできると信じています。そのため、会社として、安心・安全に働いていける環境を整えたい。



各部署にベジチェック®を配置。出勤時間に合わせて、自由な時間で測定できるようにしました。

健康課題

- 従業員の生活状況が詳しく把握できない
- メンタル不調による欠勤や離職が多い
- 栄養バランス不良の恐れ
- 喫煙している従業員が多い

取組と結果

取り組みを通じて、健康意識の改善とコミュニケーションアップを図る

【従業員への健康経営の取り組みの周知】

①「元気で働く職場」応援事業ポスター掲示



相双保健福祉事務所で作成したポスターを掲示し従業員へ周知しました。

②「健康経営推進」について従業員へ発信



カゴメ(株)健康セミナー開始時に支配人鈴木様より健康宣言を発信。

就業場所が複数あり、業務内容や勤務体系も多種多様であることから、従業員同士のコミュニケーションがとりにくい状況でした。その為、健康課題も見えにくく、健康づくりの取り組みに関しても、周知やセミナー等集合開催が難しいと感じていました。

そこで、今回の取り組みでは、事業所全体の健康課題について、協会けんぽ「事業所健康度レポート」を活用し振り返りを行い従業員の健康課題を共有することから始めました。

また、健康づくりの取り組みを従業員へ周知するため、元気で働く職場応援事業参加のポスターを掲示。更にカゴメ(株)セミナー冒頭に支配人より「健康経営の推進」について宣言を行いました。

セミナー実施にあたっては、部署ごとに協力を配置することで、アンケートの回収等円滑に行うことができました。また、職場の健康づくりについて部門長の集まりで話し合う機会を持てるようになり、今後の取り組みの幅が広がっていくと感じています。

コミュニケーションの機会を増やす取り組みとして、檜葉町のクリーン作戦へ参加しています。今後は各部署ごとの参加とし、部署内でのコミュニケーションアップにつなげていきたいと思っています。

【食生活改善の取り組み】⇒ 企業プログラムの活用 カゴメ(株)健康サポートプログラム

1年目 食生活改善セミナー

2年目 食生活改善セミナーアドバンス版

2会場に分かれて、それぞれの会場でオンラインでセミナーを視聴。当日参加できない方は後日、動画配信を利用するなど離れた部署や勤務時間に配慮した形態で実施しました。

4週間プログラムの前後で改善した項目

- ◎食生活を改善してみようと思う
- ◎野菜不足の改善に取り組もうと思っている
- ◎健康的な生活習慣を意識している

【コミュニケーションの機会を増やす】

檜葉町クリーン作戦への参加

例年参加していますが、今年度からは部署ごとの参加としました。コミュニケーションを図る場として、今後も順番に参加を促していく予定です。

2年間の活動を通しての感想

【総務係 佐藤 堯文様】

完全シフト制のため、セミナー参加やプログラム実施を周知するのが大変でした。実施してみて、従業員の皆様の健康の状況が改善してきているように感じ、とてもうれしく思います。

今後も心身の健康に繋がるプログラムを会社として取り組んでいきたいと考えております。また、当施設を従業員のみならず、利用していただく皆様が健康になれる施設として充実させていきたいと思っています。

市町村
ご担当者様
からの
お声

埴町 健康福祉課 健康推進係
副主幹兼係長
寺内 仁美 様



職域との連携は今回の事業を通してあらためて大切と感じました。連携の方法を対個人の相談というイメージでしたが、それぞれの役割を理解し、それを実践している機会にふれることができました。ありがとうございました。

これまで関わった事例では体脂肪測定と血管年齢測定にとどまり、個別面談がありませんでしたので、これでいいのか?という思いがあり、生活習慣等まで振り返ることができたのか、せめて資料配布をすればよかったか、もう少しできることがあったのではなど思い出しました(事業所の勤務時間や内容により面談時間がとれなかったかもしれませんが)。

石川町 保健福祉課 健康増進係
課長補佐兼健康増進係長
小木 五織 様



石川町の職域を対象とした健康づくり事業は、健康イベントに参加の呼びかけをする事が多かったかと思います。

今回地元企業様が事業に参加され、町の運動教室事業の紹介をする機会をいただきましたが、住民の方だけでなく企業様への周知も大切であると感じました。

石川町は高血圧や肥満の方の割合が多いため、野菜摂取を意識した食生活の取り組みは、是非継続していただきたい内容です。毎日の取り組みで、気が付くと血圧が下がり、体重が減少する方が増加することを期待します。

檜葉町
保健福祉課
課長補佐兼保健衛生係長
藤田 恭啓 様



日々の業務では働き盛り世代の方々と関わる機会がほとんど無いため、働き盛り世代の方々の健康課題を知ることができる貴重な機会となり、とても勉強になりました。従業員の健康課題を解決するための方策を検討するうえで、意思決定に携わる方の人数が非常に限られていることを知りました。担当しておられる方は様々なプレッシャーに直面しておられるであろうことは容易に推察されるため、労働保健センターや保健福祉事務所のサポートが求められているのだと強く感じました。

町づくりを考えるうえで、地域に暮らす方々だけではなく、地域で働く方々へも思いを馳せる必要があると考えています。ただ、従来の枠組みでは、職域保健との協働といった概念が存在しない(ほとんど無い)ため、「初めの一歩」を踏み出すことが躊躇われていたことも事実です。この事業に参加することができたことをきっかけとして、職域保健との協働を視野に入れて、保健事業を推進したいと思います。

当町の国民健康保険における医療費の状況を見てみると、60歳を超えた辺りから生活習慣病関連の医療費が急激に増加しています。もしかすると、就労中は社会保険に加入していた方が、定年を迎えて国民健康保険に加入することで、60歳以上の医療費にも影響を及ぼしているのではないかと推察されます。保険者ごとにバラバラに取り組むのではなく、「健やかな町づくり」に向けて、あらゆるステークホルダーが一堂に会して、一丸となって取り組むことができる仕掛けが構築される姿を思い描いています。

二本松市
保健福祉部健康増進課
成人保健係 主任主査
本田 里美 様



菅澤建設さんでは「禁煙ダービー」「家庭菜園部」など、従業員本人だけでなく家族や同僚・上司を巻き込んだ、バラエティに富んだユニークな健康イベントを開催しています。イベントを通して、人と人が集まり話をするきっかけになり、人と人が交流する。会話が増えて笑顔になり、職場の一体感が生まれる。菅澤建設さんの取組を通じて「会社を支える従業員やご家族が喜びや幸せを感じ続けること」は、「事業所の活力を生み続けること」につながる、まさに「元気で働く職場の体現」なのだと感動しています。(※従業員のアンケート結果からも体調不良によるパフォーマンス低下は抑止されて、仕事に対する活力や情熱の度合いは高まっていました。)

新型コロナウイルス感染症大流行の影響で、本市の中小企業事業所の経営ダメージは計り知れませんでした。多くの事業所が経営の立て直しに懸命に立ち向かっています。本市は健康経営の普及を通して、地元の中小事業所が少しずつでも笑顔や元気が増えるように、今後も地域保健と職域保健の連携強化に向けて活動いたします。