

# 伊藤組土建株式会社

所在地 札幌市中央区北4条西4丁目1番地

従業員数 400人

事業内容 総合建設業

(令和3年8月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

当社は従来から定期健診の有所見率が全国平均より高く、特に血圧、肝機能、血中脂質、血糖が高い傾向にあり、また全社的に肥満(BMI25以上)者が多く、中でも40歳～50歳代男性社員は約半数が肥満という状況もありました。

健康経営は会社の健康課題に体系的に取り組む事が出来るので、肥満者を減らす(=標準体重の者を増やす)→血圧や血中脂質の数値が改善する→生活習慣病を予防改善できる→社員の生産性が向上する、という目標に向かってやるべき施策が見えてきます。

現在は目標達成に向かって、施策を実施しながら効果を測っている段階ですが、なかなか思った通りに改善せず、試行錯誤を重ねています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

ひしこチャレンジ25は「全社の肥満(BMI25以上)者割合を2023年までに25%以下にする」という目標のもと、運動機会の増大や食生活改善のための施策を行いながら、毎年の定期健康診断結果をもとに「BMI25未満の社員」と「BMIは25以上だが、前年と比べてBMIが1以上下がった社員」に報奨を贈呈しています。

その中でも今年度からは運動機会を増やす施策として、オンライントレーニングを始めました。これは「肩こり・腰痛改善」や「からだのたるさ、不眠解消」などのテーマを決めて、週1回30分程度、外部トレーナーによるトレーニングやストレッチを、Zoomで各会議室、支店、作業所を繋いで実施するというもので、身体を動かすきっかけになるうえに、集まった人たちとのコミュニケーションも増えています。今後は、肥満解消に繋がるトレーニングなども取り入れたいと考えています。



オンライントレーニングの様子



「みんなで歩活」も毎回参加

ホームページ

<https://www.itogumi.co.jp/healthcare/>

# 岩田地崎建設株式会社

所在地 北海道札幌市中央区北2条東17丁目2番地

従業員数 761人

事業内容 建設業

(令和3年4月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

社員の平均年齢も上がってきており、定期健康診断やストレスチェックの結果をふまえ、個人の健康に対する意識の向上と改善のため健康経営に取り組むようになりました。

社員が健康管理を意識できるよう、人間ドックや有所見者の再検査の費用補助を行っているほか、産業医による健康相談も行っています。また、社内には高気圧酸素室を設置し、体の免疫力を高めたり、疲労回復のために利用しています。社員の健康状態を維持・増進することは生産性アップにもつながり、モチベーションも向上します。それに伴い、離職率の低下・医療費の負担軽減にもつながり、企業価値が向上します。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

健康診断および人間ドックの受診率向上のために、指定医療機関においての全額費用負担、指定医療機関以外での健診等受診費用の補助を行い、有所見者については、二次検診の費用補助を行っています。未受診者・有所見者の二次検診への受診勧奨も行い、受診率の向上につながっています。

従業員の運動不足解消のため、毎日の朝礼に合わせラジオ体操を行っております。肩や腰の筋肉をほぐすとともに良い気分転換とケガ防止のため、1日の始まりに行っています。

社内には、運動系のサークル(野球・マラソン・サイクル・フットサル)もあり、社員同士のコミュニケーションや体力の向上に一役買い、活動費用の補助などサポートをしています。マラソンサークルではコロナウイルスの流行により大会の開催は軒並み中止になっておりますが、アプリの導入により個別にタイムを記録しその距離を集計する新たな方式の大会に参加をしています。また、社内の電子掲示板においてコロナウイルスの情報・会社での定期健康診断の実施のお知らせ・人間ドックのお知らせなど情報提供も行っており、社員の健康意識も年々高まっています。



体の免疫が  
高められる  
高気圧酸素室



マラソンサークル 2020年秋

ホームページ

<http://www.iwatachizaki.jp/csr/csr/20200323.html>

# 株式会社岸本組

所在地 美唄市字光珠内652番地17

従業員数 40人

事業内容 建設業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

従業員の平均年齢も上がってきており、定期健康診断で要受診者やメタボリックシンドロームに該当するものが増えてきたため、会社として従業員の健康維持・増進に取り組むために健康経営優良法人を目指しました。

ヘルスアップチャレンジを経て2018年より健康経営優良法人の認定を頂いておりますが、定期健診後の要治療・再検査の受診率や特定保健指導の受診率が上がり、従業員の健康に対する意識も変わってきているのではないかと思います。

当社の経営方針の一つでもある『Humanity 働きやすい環境を作ります』をさらに推進できるよう、これからも積極的に健康経営に取り組んでいきたいと思っております。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

毎年どけんぼの保健師さんと管理栄養士さんによる健康相談を実施。昼食の菓子パンをサンドイッチに替えたり、従業員の健康に対する意識も変わってきています。

ウォーキングイベント『みんなで歩活(あるかつ)』に会社として参加し、役員や普段本社にいない従業員と競い合っています。メンバーの歩数が一目瞭然なので「足を引っ張りたくない」「負けたくない」という思いで普段より多めに歩いたり、昼休みに会社の周りを歩いたり良い運動になっています。

従業員の運動不足解消のため、全社的に毎日午後3時にタイマー予約をしたUSEN放送にてラジオ体操を実施。パソコンでの作業が多いため、肩や腰のコリがほぐれてリフレッシュに一役買っています。

社屋の出入り口には消毒液・体温計を配置。事務所内・打合せ室にはパーテーションやビニールシート等で飛沫対策、トイレには便座クリーナーと消毒液・ペーパータオルを配置し、感染予防に努めています。

子の入学・卒業、授業参観等のアニバーサリー休暇の導入により、家族との時間を積極的にとることが出来るよう配慮しています。



現場事務所でどけんぼによる健康相談を実施



地域貢献と運動を兼ね美唄クリーン作戦に参加

ホームページ

<https://www.kishimoto-group.com/category/news/ヘルスアップチャレンジ健康事業所宣言/>

# 株式会社田中組

所在地 札幌市中央区北6条西17丁目17番地の5

従業員数 166人

事業内容 総合建設業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

平均年齢の上昇に伴い、当社の基本方針である「職員が気持ちよく仕事ができる職場」という指針を健康面からもアプローチしようと考え、健康経営に取り組みました。取り組み開始から4年が経過し、人間ドック受診率が年々増加してきていることから、健康管理に対する意識の向上を実感しています。

本年は、再検査・治療に対する勧奨方法の見直しや予約体制の整備を行い、健診の受けっぱなしを防止し再検査受診率の増加を目指しています。

また、健康管理や食生活の改善に関する情報発信を積極的に行い、職員の健康意識向上に励んでいこうと思います。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

健康維持・増進の意識を高めってもらうために、本社各フロアに血圧計の設置、自動販売機にトクホの健康飲料を追加、kencomで開催している歩活への参加促進を実施しました。また、年に一度自社職員のほか協力会社の方々を集めて行っている安全衛生大会では、医師に人間ドックの重要性や、疾病リスク低減のための生活習慣改善など、健康管理についての講話を行って頂いています。

その結果、人間ドック受診率が上昇しただけでなく、オプション検査を追加する社員が増加しました。

今後は、生活習慣病についての情報発信の強化や、人間ドック・再検査受診費用の補助を検討し、受診環境の整備に努めていきたいと思っています。



各フロアに血圧計を設置



毎年行われる安全衛生大会

ホームページ

<http://www.tanakagumi.co.jp/company/csr/health/>

# 道路建設株式会社

所在地 札幌市北区北7条西4丁目3番地1 新北海道ビル12階

従業員数 107人

事業内容 舗装及び一般土木工事

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

当社では過去より社員の健康を気にかけていましたが、具体的な取り組みレベルにおいてはさほど進んでいませんでした。2020年に変わった経営トップの強い意向をきっかけに、健康経営の概念とリンクさせながら、社員の健康を向上させる様々な取り組みをスタートしました。

経営者にとって健康経営に取り組むことは自然な流れでした。「企業は人」であり、社員の健康は最も大切にしなければいけないことです。弊社は、社員が良い仕事をするためには心身ともに健康であるべきで、ウェルビーイングが向上することにより企業業績にも反映されると考えています。また、生産性の向上及び働き方改革を推進する上でも、健康経営に取り組むことは必然でした。

弊社はアウトプットを最大化していくためにエンゲージメントを高めたいと考えていますが、大前提として社員が健康体で充実感をもって仕事に取り組んでもらうことが必要だと感じています。社員が心身共に健康だからこそ一体感が生まれる土台があり、チームワークが向上することで組織が強くなり、社員全員が楽しく仕事をすることで、お客様及び社員がそれぞれ幸せになれるよう、健康経営に全力で取り組んでいきます。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

今年度より導入した「感染症予防特別休暇」では、新型コロナウイルスを含む全感染症を対象とし、就業時間中のワクチン接種を可能としました。予約が取りにくい状況下でも、社員のワクチン接種が進んでいます。また、「V休暇」も今年度より導入しました。これは性によって身体の構造が異なることに起因した休暇制度で、有給休暇を消化せずに生理や妊活等の休暇取得ができるため、仕事と不妊治療の両立も可能です。

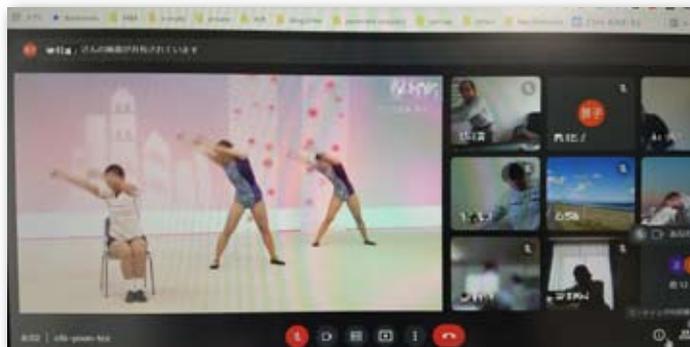
働き方改革については、モデル事務所を設定して推進しています。残業を前提としない工程設定やITを活用して2時間までの残業制限等に取り組んでいます。また、週休2日の実施によって収入減となる日給月給制の作業員に補償給を導入する等、生産性を高める取り組みを行っています。

運動の推進も行っています。テレワーク導入に伴うオンラインでのラジオ体操やサークル活動制度の導入など、体を動かす仕組みを作っています。社員にも変化があり、工事現場によってはママチャリレースにエントリーするなど、意識が改善してきました。

社員は家族であり「どうしたら嬉しいのか」を考え、改革を進めています。これからも「働きやすく働きたいのある会社」を目指します。



社員意識向上の為ポスターを作成しました



毎朝WEB上で、ラジオ体操を実施しています

# 株式会社早水組

所在地 北海道網走市南2条西5丁目1番地1

従業員数 80人

事業内容 総合建設業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

職員が健康に働ける環境づくりが会社にとって、生産性の向上に繋がるという基本方針のもと、想定されるリスクを捉え、全国土木建築国民健康保険組合のご指導、ご協力を受けながら情報提供と共有、あらゆる視点を持ちながらの実践、検証などを重ね続け、職員のみならず家族の笑顔に繋げられる健康を維持し活力あふれ 安心、安全に働けることを目指し生活習慣病の未然防止、早期発見と治療ができる体制と環境づくりが企業風土となっています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

毎年1回、衛生面における活動を都度必要とするテーマに沿って、セミナーを行っています。

運動促進であれば、社内運動会や身体の動かし方や体操、心のケアであればメンタルヘルス、ハラスメント、コミュニケーションといった分野で専門講師を招き全役職員を対象に情報の提供と実践による気づきを促しています。健康意識の向上を図る指標として実施後のアンケートにおいて概ね75%以上の高い有効性があり検証、改善を継続しています。



社内外における感染症対策の徹底



八子抗体検査を行い陽性者へはエピペンを処方

# 株式会社小田島組

所在地 岩手県北上市藤沢20地割35番地

従業員数 140人

事業内容 土木工事業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

取り組みのきっかけは、弊社で長く勤めた社員が、体の不調が原因で退職せざるを得なくなったという出来事でした。

土木工事業は、時に過酷な環境下での作業を強いられることがあります。現場では安全訓練やパトロールを実施し、作業の注意点など業務上の指導・情報共有をしてけがや病気を防いでいますが、体調不良やストレスからくる不注意により重大事故につながることも少なくありません。どの業種でもそうですが、私たち土木工事業も健康な心と身体があってこそベストパフォーマンスを発揮できるものです。そのため、早くから健康経営に取り組むことで社員の健康意識向上を図ることが、会社・社員にとって必要不可欠なことだと考えています。

人生100年時代に突入した現代で、大きな課題となるのは健康マネジメントです。社員が健康で長く働くために健康経営は重要な取り組みのひとつと考えます。

健康で生き生きと働ける環境を整えることで、魅力ある企業づくりを目指しています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

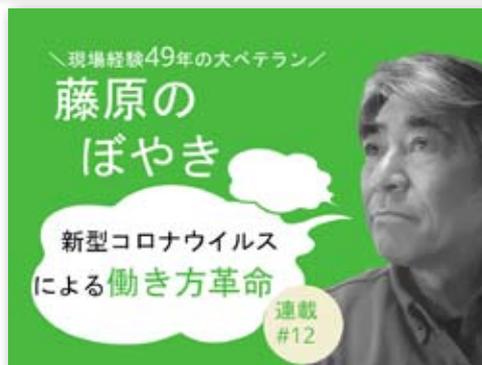
特に力を入れている取り組みは2つあります。

一つ目は『運動の推進』です。新型コロナウイルスの拡大により弊社でもテレワークを利用した働き方が推進されましたが、運動不足という新たな課題が発生しました。そこで、運動不足を解消するため実際に現役チアリーダーを講師としてお招きし、社員や地域の住民を対象とした筋力トレーニング講座を開催し、開催の様子をオンライン配信することで、会社から離れた現場にいる社員も受講できるよう工夫しました。トレーニングメニューは家庭でも実践できる内容で、参加者からの評判もよく、一緒に運動することでコミュニケーションの場の確保にもつながりました。

二つ目は『治療と職業生活の両立』です。65歳を過ぎたベテラン社員が病気を患い、地元の病院に通いながら治療を行うことになりました。働きたいという強い意欲のあった社員に対し、療養中でも時間があるときにはリモートで業務を行える環境を整えました。治療を終えた現在も自宅からリモートで現場支援業務を行っています。この働き方が会社全体へ与えた影響は大きく、リモートで業務を行うためのITツールの導入やテレワークの推進につながりました。



筋力  
トレーニング  
講座の様子です



リモートで  
ブログ記事を  
執筆しています

ホームページ

<http://www.odashima.co.jp/>

# 柴田工業株式会社

所在地 岩手県盛岡市開運橋通1番40号

従業員数 17人

事業内容 一般土木

(令和3年6月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

当社は北東北3県を中心に土木工事を手掛けている会社です。体を使う仕事のため、従業員の健康診断受診・健康管理についてはもともと意識的にやってきました。

近年、従業員の高年齢化が進み、“健康で長く働いてもらいたい”という考えが強くなるなか、全国土木建築国民健康保険組合から健康宣言事業に参加を勧められたことがきっかけで、健康経営に取り組み始めました。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

従業員に運動の機会について話を聞くと、事務所勤務の従業員はもちろん、現場に出ている従業員も仕事以外での運動の時間が少ないことがわかったので、運動の推進に力を入れました。現場では毎朝ラジオ体操がありますが、事務所でも朝と昼にラジオ体操を実施しています。朝から運動をすることでスイッチが入り、仕事にも良い影響を与えていると思います。

また、kencomのウォーキングイベントに参加し、みんなで歩数を競い合っています。イベントのおかげで従業員同士のコミュニケーションも増え、社内の雰囲気も以前より柔らかくなってきました。そして普段からウォーキングをするなど体を動かす習慣が身につき、健康に対する意識も高まってきたように感じます。



1日2回のラジオ体操



助成金で購入した熱中症対策の空調服

ホームページ

<https://www.shibatakogyo.com/>

# 株式会社タカヤ

所在地 岩手県盛岡市本宮五丁目5番5号

従業員数 235人

事業内容 総合建設業

(令和3年8月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

当社は2020年に創業90年の節目を迎えました。

健康づくりに力を入れるきっかけは、健康を害し、仕事を離れざるを得なくなった従業員がいたことです。

健康経営は、経営理念に掲げている『社員の幸せを追求する』にも通ずるものがあり、“従業員が健康であることが社員満足につながる”という考えのもと、会社をあげて、健康診断項目の充実や社内禁煙などに取り組んでいます。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

30歳以上の社員を対象に、検査項目の多い人間ドック受診を義務付け、費用を会社で負担しています。さらに健康診断・人間ドック受診時は、1日の特別休暇を取得できます。

2019年から「毎日のお昼にプラス1品」をコンセプトに、本社の昼食スペースに野菜サラダやスムージーなどを低価格で提供する「オフィスで野菜」というサービスを導入しました。コンビニやスーパーの弁当ばかりで偏りがちな食生活に野菜を1品プラスすることで、従業員の食生活改善に取り組んでいます。

また、禁煙の推進も行っており、各部署での聞き取り結果等から確認し、非喫煙者には年間6万円の禁煙手当を支給しています。給与明細にも禁煙手当の欄を設け、家族からも後押ししてもらえるようにしました。その結果、全社の喫煙率は20%未満という低い水準を維持しています。

さらに月に1度スポーツデーを設け、施設使用料は会社が負担し、社員が気軽にスポーツをする機会を提供するほか、マラソン大会参加などの活動も支援しています。

最近では、健康づくりをわかりやすく解説した雑誌を会社で定期購読し、社員向けに配信しています。



当社も協賛「いわて盛岡シティマラソン」



オフィスで野菜

ホームページ

<https://takaya-net.jp/>

# 株式会社深松組

所在地 宮城県仙台市青葉区北山1-2-15

従業員数 116人

事業内容 特定建設業・不動産賃貸業・不動産取引業

(令和3年8月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

深松組が健康経営に取り組むことになったきっかけは大きく分けて2つあります。

1つ目は、健康管理への意識の低さでした。当社は『社業の維持発展を通じて従業員の高い福祉を図っていく』という社是のもと、従業員のスキルアップサポートを長年行ってきました。しかし、健康増進の取り組みについてはあまり進んでいなかった為、社内全体で健康管理の意識が低い状態が続き、保健指導対象者の人数もなかなか減りませんでした。

2つ目は、従業員だけでなく、普段支えてくれている家族も一緒にケアできる仕組みをつくりたいという思いからでした。従業員が健康でいなければ、十分な力を発揮できず、会社の業績に関わる大きな問題となります。そこで、従業員とそれを支える家族の健康もきちんとケアすることは、会社にとって当然の課題だと考えました。

「会社=人」という考えのもと、健康管理の意識づけをし、本人だけでなく家族も心身共に健康であるため、健康経営に取り組んでいます。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

特に力を入れているのは、こころとからだの健康保持・増進です。具体的には、管理栄養士を招いての講話や野菜摂取量チェックのイベントを実施し、従業員の健康管理に対する意識を向上させたり、ソフトボール大会やフットサル大会等に参加することで運動機会を増やす取り組みを行っています。はじめは、からだの健康が目的でしたが、大会に向けた練習によって、老若男女問わず社員同士のさらなるコミュニケーション促進の効果も得ることができ、こころの健康にもつながっているようです。

また、余暇の充実やワークライフバランスの実現ができる外部の福利厚生サービスへ加入し、従業員はもちろん、その家族へのケアも拡充したことで、従業員から「家族と過ごせる時間が増えた」という声もあがりました。

これらの取り組みを行った結果、一人一人の健康意識が高まり、保健指導対象者の人数が減少し、定期健康診断に加えて自主的に人間ドックを受ける人も増加しました。

全社的に健康に対して取り組むことで社内の一体感の構築に役立てることも期待できるため、これからも健康経営を続けていきたいと思えます。



MIFA フットボール大会



福利厚生事業主催のソフトボール大会

# 菱和建设株式会社

所在地 岩手県盛岡市みたけ1-6-30

従業員数 104人

事業内容 総合建設業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

健康経営を重要課題として取り組むようになったきっかけは2点あります。

1点目は、社員のことを第一に考え、心身ともに健康的に働ける環境を整えたいという思いからです。建設業全体の課題でもある『建設業従事者の高齢化と担い手育成・確保』の課題に取り組んでいく中で、社員の健康に注目する事が課題解決の一步だと気づきました。ベテラン社員には『1日でも長く』健康に働きながら次世代への技術継承を、働き盛りの世代には健康を維持してパフォーマンスの高い仕事を、若い世代には健康を促進させる職場環境で働く事で、良い生活習慣を身に付けて健康を維持し、長く勤めてもらうことを、と考えました。

2点目は、全国土木国保組合様から、健康経営優良法人の認定がある事を伺い、弊社の取り組みを行っている内容の延長で企業価値を少しでも向上させる事ができればと思ったからです。実際に認定を受けた事で社外に知っていただく機会も増え、学生を対象にした採用活動では、事業内容や福利厚生と併せて『健康経営の取り組み』も弊社の強みとしてPRすることができています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

社員の労働時間の改善には特に力を入れています。完全週休二日制導入や労働時間が多い社員への声掛け、有給取得の推奨、ノー残業デーの設定など、長時間労働の防止対策に努めています。これらを長期的に行い労働意識の改善に取り組んできた結果、生産性を向上させ休みはしっかり取るという意識が社内に芽生えてきました。また、定期健康診断で有所見だった者へ再検査等受診確認の徹底や、ストレスチェックを実施するほか、去年からは毎月全社員にメールでお酒の楽しみ方や、太らない食事の摂り方、ヘルシースナッキング、マインドフルネスなど、多種多様で気軽に楽しめる身近な健康情報を提供しています。

他にも、煙草への依存度の低い若者を中心に禁煙セミナーも行い、早い段階から教育をしたり、新型コロナウイルス感染拡大を受け、弊社のオリジナルキャラクター「りょーわん」マスクを作成して配布し、感染予防に努めるなどしています。

盛岡市商工会議所のウォーキングプログラムを導入し歩数を見える化をした事で、社員自身が歩数を見る癖がつき、日常的に歩く意識が身につきました。歩数に応じてポイントが付与され地域の商店街で使う事ができ、地域経済にも貢献できています。



「りょーわん」  
がマスクに  
ワンポイント！



若手対象  
禁煙セミナー  
の様子です

ホームページ

<https://ryowa-const.co.jp/archives/tag/健康経営>

# 大成設備株式会社

所在地 東京都新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビル17階

従業員数 513人

事業内容 設備工事業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

当社は「人がいきいきとする環境を創造する」という企業理念のもと、従業員一人ひとりが心身ともに健康で安心して働くことができる会社を目指しています。そこで、健康経営優良法人認定を取得し、当社の健康経営に対する取り組みを社外にアピールしたいと思いました。また、当社の位置づけや取り組むべき課題を把握し、よりよい会社作りを目指すために申請しました。初年度は認定されず、悔しい思いでしたが、考え直せば、他社はより健康経営を推進しているという事実を突きつけられたようなもの…。真摯に受け止め、課題を洗い出し、改善に向けて活動し始めました。健康経営に取り組むようになり、徐々に社員の意識に変化が生まれています。これからも健康に関する取り組みを「見える化」し、社員の健康維持の向上につなげ、企業価値を高めるため、施策を実施していきます。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

弊社は特に2つの項目に力を入れて取り組んでいます。

1つ目は、昨年度から生活習慣病対策として産業保健スタッフを採用しました。週1回看護師が出社し、健診結果の個別フォローや健康相談を受け付けています。看護師のフォローにより、要精密・再検査の受診率が上がってきており、また、メンタル不調者の発見にも繋がっています。さらに治療中であっても管理の悪い社員への働きかけにも注力しています。社員自身が看護師を身近に感じて欲しいと考えています。看護師のサポートがあることで社員の健康に対する意識が少しずつ変わってきているように感じます。

2つ目は、弊社にはBMIが高めの社員が多いため、運動の習慣づけです。kencomで開催する年2回の歩活には多くの社員が参加しています。新型コロナウイルス感染症が広がる中、仕事以外での社員間の交流機会を少しでも増やそうと、感染対策をしっかりとったうえで、野球、テニス、バレーボールといった有志による同好会活動を行い、会社や労働組合からは補助金を支給するなどしています。定期的な練習及び対外試合など開催しづらい環境ではありますが、運動の習慣づけや社員間のコミュニケーション増進の一助となればと考えながら企画・実施しています。



健康相談で血圧を計ってもらっている様子



秋晴れの中野球の試合を行っている様子

ホームページ

<https://www.taisei-setsubi.jp/healthmanagement/index.html>

# 鉄建建設株式会社

所在地 東京都千代田区神田三崎町三丁目5番3号

従業員数 1,817人

事業内容 建設業

(令和3年3月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

慢性的に超勤時間が長いため、長時間労働が問題になっていました。長時間労働をすることで社員の身体に負荷がかかりますし、心にも負荷がかかり、放置しておくことで心身に異変を起こしやすくなります。また、メンタルヘルス不調による長期欠勤、休職者がおり、近年増加傾向にありました。社員には、心身共に健康でいて欲しいという考えから、心身の健康状態の向上をめざし社員の健康づくりにさらに取り組むようになりました。

また、中期経営計画の中で、人間尊重企業をめざすという方針があり、働き方改革を推進しいきいきした職場、働きやすい環境を実現するため、会社として健康づくりに取り組みました。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

社員の健康づくりに向け、kencomのウォーキングイベント「みんなで歩活」への参加促進に取り組みました。職場や家族でチームを組み、毎日の通勤で参加できるので、社員が気軽に健康づくりに取り組めるのではと考えました。

グループ会社とも連携して取り組み、社内報で勧奨記事を載せ、また上位入賞者を発表しました。グループ会社全体の中でランキング上位者には当社から賞品を出し、上位入賞者の方にコメントを頂き社内報へ掲載しました。今後の参加促進につながればと考えています。

2018年度の秋から参加促進に取り組み始め、参加者は2018年度秋5名、2019年度春13名、秋7名、2020年度秋101名(春は開催されなかった)、2021年度春89名と徐々に増えてきています。



歩活の上位入賞者を社内報で発表



歩活の賞品

ホームページ

<https://www.tekken.co.jp/>

# 飛島建設株式会社

所在地 東京都港区港南1-8-15

従業員数 1,353人

事業内容 総合建設業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

今後、会社が持続的に成長していくためには、多様な人材が集まり、自らの誇りと勤労意欲を維持することのできる、働きやすい職場環境の整備に一層力を注いでいかなければなりません。当社は、「会社と従業員が一体となり、皆が心身ともに健康で、生き生きと働ける会社づくりに取り組む」を方針として掲げ、「健康経営」に取り組んでいます。会社と従業員が「健康経営」の方針を共有し、有効な施策を立案、遂行することで、従業員の活力向上や生産性の向上等、組織に活性化をもたらし、結果的に業績や組織としての価値を向上させるものと考えています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

①健康増進生活習慣病対策ほか:定期健康診断受診率100%の徹底に加え、30歳以上の従業員に対する人間ドックの費用補助と受診促進、ワクチン接種や定期検診再検査等対応時の就業時間認定及び特休制度など、体の変化を見逃さない仕組みを作っています。また、「健康づくり情報キュレーションサイト」を開設し、健康増進体操、食生活の改善、禁煙対策といった最新の健康情報を従業員へ届けています。

②運動の推進:kencomで年に2回開催されている「歩活」を活用して「トビシマ健康イベント」を実施しています。イベントには9割以上の従業員が参加し会社一丸となって取り組みました。イベント期間中は自分の順位やチームの順位の話などで盛り上がり社内コミュニケーションが活性化しました。また、2018年には数十年ぶりに社内運動会を開催しました。従業員だけでなくご家族にも参加して頂き、大いに盛り上がることができました。

③感染症対策:働き方改革の一環として推進しているテレワーク制度をさらに加速させ、オフィス内感染対策を徹底しております。オンラインツールの積極的な活用により、コロナ禍前と同等の企業活動の継続が可能となっております。



健康づくり情報キュレーションサイト「トビシマヘルスプロモーション」



2018年社内運動会の様子

ホームページ

[https://www.tobishima.co.jp/company/health\\_management.html](https://www.tobishima.co.jp/company/health_management.html)

# 一般財団法人土木建築厚生会

所在地 東京都中野区中野2-12-11 フランボワーズガーデン中野2階 従業員数 9人

事業内容 土木建築業に従事する方々の福利厚生事業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

当会は、会員（土木建築業に従事する者及びその家族等）の健康の維持・福祉の向上を目的としている一般財団法人です。

健康経営は、当会の事業目的にもマッチしていて、かねてより役職員の健康管理・健康増進を進めてきましたが、本格的に取り組むきっかけになったのは、職員の高齢化と「健康経営優良法人2017」認定制度が開始されたことによるものです。

高齢化は、健康リスクも高まりますので、職員の健康意識を高めることで、自主的に生活習慣や食生活等、健康管理に取り組んでもらえるよう健康づくりを推進しています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

新型コロナウイルス感染症については、当会が厚生会館ホテルの運営を行っていたこともあり、感染防止対策に特に力を入れて取り組んでまいりました。フロントでの感染防止のため、クリアカーテン及び手指消毒装置を設置するとともに、職員についても手指消毒装置の設置、時差出勤やシフト勤務等の就業形態を取り入れる等徹底した予防に努めました。

令和3年7月には、新事務所へ移転しましたが、新事務所においても従来の対策に加え、職員のデスク間にパーテーションを設置するなど引き続き感染防止の徹底に努めております。

また、午後3時にラジオ体操を行うなど日々の健康管理にも留意しています。



机にはパーテーションを設置しています



毎日ラジオ体操を実施しています

ホームページ

<http://www.dobokukenchiku-kouseikai.or.jp/others/torikumi.html>

# 西松建設株式会社

所在地 東京都港区虎ノ門1-17-1 虎ノ門ヒルズビジネスタワー

従業員数 2,762人

事業内容 総合建設業

(令和3年3月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

年1回の法定健診を必ず受診しているにもかかわらず、疾病を発見することができず、治療が遅れ重症化してしまう社員が毎年数名いました。疾病の重症化は長期入院や後遺症が残ることが多く、労働力の損失・技術力の低下を招き、労働生産性の低下に至ることから、疾病の予防や早期発見・早期治療が重要であると認識しました。そして健康は個人の責任で管理するという発想を転換し、会社が社員の健康を支援し、社員と一緒に取り組んでいくことが必要だと考えました。

また、会社がどんなに良い制度を導入し、疾病を早期に発見できたとしても、社員が健診結果を正しく理解できなかつたり、治療が必要な社員の理解不足により治療が遅れると、早期治療に繋がらないことから、併せて健康意識を向上させる施策が必要だと考えました。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

疾病の早期発見・早期治療を目的として、年2回の健康診断を実施しています。この内1回を、30歳以上の社員は人間ドック受診とし義務化しています。この人間ドック受診に対し、補助金の支給と有給休暇とは別に休暇を付与しています。また女性がん検診に対し年齢制限なく補助金を支給しています。さらに配偶者の健康にも配慮し、30歳以上の被扶養配偶者に対し、年1回の人間ドック受診を奨励し、補助金を支給しています。これらの施策により、社員の間ドック受診率は2020年度96.1%と高く、疾病の早期発見・早期治療に至った社員が2018～2020年度の3年間で16人いました。また、産業看護職を増員することで、全国の現場に勤務する社員も含め、Webを利用した保健指導体制を新たに構築しました。

kencomで開催している「みんなで歩活」にも積極的に参加しており、2020年秋には過去最多の960人が参加しました。2021年6月に実施したアンケートによると、「みんなで歩活」に過去1度でも参加したことのある社員の割合は49%でした。社員の約半数の参加経験のあるイベントであり、会社としても運動習慣の定着とコミュニケーションを生む良い企画と考えています。今後も社員に対し広く参加を呼び掛けていきます。



本社社員食堂に「ヘルシーメニュー」がスタート



組合だより掲載「みんなで歩活」インタビュー

ホームページ

<https://www.nishimatsu.co.jp/csr/n-vision/kenko2019.html>

# 日舗建設株式会社

所在地 神奈川県横浜市青葉区さつきが丘25-5

従業員数 28人

事業内容 建設業

(令和3年8月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

当社は1973年に創立し今年で48年になります。当時は若い社員が多く、平均年齢も30歳でした。健康のことなど考えなくても、全員が元気で明るく働いておりました。10年程前より平均年齢が高くなり、動きが遅く感じられるようになりました。若い人を募集しても応募がないため入社はありませんでした。若い人が入社したくなる会社、また、年をとっても働きやすい会社になるにはどうしたらいいか考えておりました。

そんな時に、研修会で「健康経営」のお話を聞きました。当社では無理だろうと思っていましたが、担当者を決め、全国土木建築国民健康保険組合の方々からもご指導を受けてまいりました。その結果が実ってか2016年11月にチャレンジし、2017年2月21日に認定されました。

認定後も、社員で歩数を競い、ランキング化したり、年に一度健康診断と保健指導を受けたりして活動を続けております。そして2021年に入社した新入社員からは「健康経営があったのが決め手になりました。」と嬉しい言葉をもらいました。また、山梨から入社した、18歳の社員のお母様からも「信頼できる取組と伺っているので、安心して息子を預けられる」と入社を喜んでいただきました。結果として身体と会社相互に良く作用していると感じられます。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

当社が最も力を入れていることは運動の推進です。歩くことで予防できる病気があるという思いを持ち横浜市で行われている「よこはまウォーキングポイント」に全社員が参加しています。1日7,000歩、1ヶ月200,000歩の目標をたて、社員一人一人の歩数を月末に集計し、ランキング化しています。それを月初の定例会議で発表し一番良く歩いた人には景品などを贈呈し、少ない人には意識の向上を促し、社員一同で楽しく取り組んでおります。また社内アンケートを取ったところ、健康になったと感じた割合が半数以上あり、効果を実感しています。

次に当社は受動喫煙対策にも力を入れており、屋内での禁煙、屋外での喫煙場所の指定をしていました。しかし、喫煙者が減少しない為、会議で何回も話し合い、禁煙者には手当を支給することにして、喫煙者が12人から9人に減少しています。

更に体の内からも体調管理をしようと考え、水素水整水器を設置しました。電解水素水による胃腸症状の改善が目的です。免疫力を高めることで、ウイルスなどの病原体から体を守ります。胃腸症状が良くなり、便秘も良くなり、胃の調子も良くなったと好評です。



出勤時の測定風景



健康管理に関するポスターの掲示

ホームページ

<https://www.nichiho-kensetsu.jp/>

# 坂川建設株式会社

所在地 福井県福井市宝永3丁目3番24号

従業員数 92人

事業内容 総合建設業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

当社は総合建設業を営んでおり2021年で創業111年を迎えます。近年の公共工事の入札制度により実績のある技術者を工事に専任させる事を求められ、当社は定年60歳から62歳、継続雇用は65歳から67歳に延長をするようになりました。これによりいまままで退職していたはずの60歳以上の社員で病気を患う者が発生してきました。

そこで社員の健康問題をできるだけ発生させないために、2016年度より従来の無事故運動とは別に、健康経営、メンタルヘルス対策などにも取り組むようになりました。2016年に就任した現社長が、以前から健康経営に興味を持っていたところ、医療保険者である全国土木建築国民健康保険組合の協力を得て健康宣言事業を開始しました。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

ISOの経営方針に、「健康と安全はすべてに優先する」と明記することにより、健康に関する活動をシステムの一部とし、経営者や従業員が取り組みやすい環境づくりを行いました。

【健康維持・治療の強化】①春季に定期健康診断、秋季に40歳以上の社員に対し1日人間ドックの受診②年2回行われる社員勉強会で食生活等の改善を教育、毎月メールで食事改善方法等を配信③各事業所(現場)に設置する自動販売機は、低糖等の健康に考慮した飲料水を設置し、糖分等のカロリー等を表示したポスターを掲示

【健康増進】①全社員に万歩計を支給し、毎日7,000歩を18日間以上、合計180,000歩以上歩いた場合、もしくはスポーツジム毎週3回以上利用した者に対し毎月3,000円を支給②上記の運動を3ヶ月続けた者に対し、健康食材を支給③健康活動を行った結果、少しずつ変化が見えてきました。

- 定期健康診断、メンタルヘルスチェック、40歳以上の人間ドックの受診率100%
- 年2回行なう病院での診断により病気が早期発見され、1週間程度の休業で済んでいます。
- 健康診断の平成28年と令和3年を比較した結果、胸部X線 -3.9%、糖代謝 -5.9%の改善がみられました。



食育教育で食事をしながらの講習



自動販売機に  
カロリー表示の  
ポスターを掲示

ホームページ

<http://sakagawa-kk.jp/>

# 株式会社オカモト・コンストラクション・システム

所在地 兵庫県尼崎市七松町2丁目27番23号

従業員数 50人

事業内容 総合建設業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

当社では、建設業において建設現場の安全確保は最も重要なものであり、従業員の心身の健康維持・増進はその基礎となるという考えから、健康診断受診率100%や任意健診勧奨等健康促進に力を注いできた。

また建設現場では大勢の人達がチームを組んで仕事をするため、従業員及び協力会社間のコミュニケーション促進の機会として新年会などを会社が開催していたが、それは職場風土づくりやメンタルヘルスにもプラス効果をもたらしている。健康経営に積極的に取り組むことで働きやすい職場環境をつくり、仕事に対するモチベーションを上げることも目的のひとつである。

当社は2019年度から経産省の健康経営優良法人認定を取得しているが、目に見える形で、より効果的な健康経営の立案・実施、企業イメージアップに繋がっており、今後もブラッシュアップしながら認定取得の継続を目指す方針である。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

健康診断受診率100%を継続し、再検査・精密検査が必要な社員には個別勧奨や人間ドック等の任意健診の受診を促すなど健康維持の施策に取り組んでおり、現時点において生活習慣病重症者0人を維持している。また、定期的に産業医による講話や社内報、土健保からのけんこう通信により、健康関連情報の周知を図っている。

社内に階段移動を促すポスターを掲示したことで、階段利用者が増加し従業員への運動の習慣付けに成功した。また、運動機会の増進を目的に自転車通勤を勧奨したところ、利用者が1割増加するとともに公共交通機関利用者も減少し、コロナ感染対策に繋がった。

コロナ感染対策については、各フロアにパーテーションやアルコール、空気清浄機を設置し、1日2回消毒・換気のアナウンスをするなど社員総出で感染予防に取り組み、習慣付けている。現場事務所においても同様にパーテーションの設置やポスターを掲示し感染対策を徹底している。またZOOMの普及や遠隔操作機材を強化し、会議の質を落とすことなく3密の回避を浸透させることができた。

上記のとおり感染対策を徹底し、コロナ感染者を1人も出すことなく仕事に従事している。



全社員へ向け  
産業医による  
健康講話の実施



各階にて徹底的なコロナ感染対策の実施

# 豊開発株式会社

所在地 大阪府大阪市中央区上汐2丁目5番29号

従業員数 17人

事業内容 建設業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

2017年に土健保の健康経営を応援する事業としての取り組みである「ヘルスアップチャレンジ」の健康事業所宣言の申込を行い、健康経営について考える機会を得ました。

かねてより社員の高齢化に加え、新たな人材確保が困難であるという問題を抱えていた為、主戦力であるベテラン社員の健康維持と、健康を通じ会社の価値を向上させることを目標に「健康経営」の取り組みをスタートさせました。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

運動推進としてウォーキングイベント「みんなで歩活」に2018年から参加している。当初参加者は2名であったが、毎年参加人数が増え2021年春の開催には、遠方出張者と新入社員がエントリーに間に合わなかったものの他の社員は全員参加でき、運動習慣とコミュニケーション促進に効果があった。

新型コロナの感染防止対策として、出入口へ検温器付きの非接触消毒液設置、長期休暇明けのPCR検査の実施、社内各所に消毒液配置、社員全員にパルスオキシメーターを配付し、感染予防に効果があった。

テレワーク環境を整備し希望する社員にはテレワークを実施し、乗換の多い通勤時の感染リスク回避とともにライフワークバランスの実践につながった。



みんなで歩活の案内ポスターを掲示



出入口の検温器付き非接触消毒液

# 株式会社共立エンジニア

所在地 島根県松江市西津田三丁目13番7号

従業員数 62人

事業内容 建設コンサルタント

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

全国土木からのお話をきっかけに健康経営に取り組み、企業価値の向上と生産性の向上を目指し、社員の健康を第一に考え取り組んでおります。

社員が心身共に健康であるために、会社として社員の健康に配慮し、長く健康に働ける環境を整えるよう、より良い健康経営に取り組んで参ります。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

毎日、朝礼前にラジオ体操を行っています。運動不足の社員も多く、社員の健康の為に少しでも運動の機会を作ろうと始めたラジオ体操。初めは久々にする体操で、思い出すのが精一杯だったこの時間が今ではすっかり思い出し、毎日朝からしっかり体操をしています。少しの時間ではありますが、リフレッシュもでき、運動不足が少し解消されています。(運動の推進に向けた取り組み)

コロナ対策として正面玄関、社員通用口に非接触式検知器サーモグラフィーカメラ付を1台ずつ設置。感染症予防、社員の感染症対策に対する意識を高める事ができています。(感染症対策に向けた取り組み)



朝からみんなでラジオ体操！



入社時、来社時に体温を測り体調をチェック

# 日本インフラマネジメント株式会社

所在地 岡山県岡山市北区田益1388-7

従業員数 156人

事業内容 建設コンサルタント業等

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

当社では平成26年度の中期経営計画頃から、「社員生活の向上を図る」ことを経営基本方針の一つとして掲げるようになりました。具体的には下記の項目を推進することとしました。

①働きやすい環境づくり ②福利厚生充実 ③余暇の充実 ④健康診断やメンタルケアの実施

これらの対策の一環として活動する中で、保険組合から「健康経営優良法人」認定制度を紹介していただき、目的が当社方針に合致するため毎年の認定を目指しています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

新型コロナウイルスの影響があり従来行っていた各種行事を悉く中止する中、社員同士の交流や運動をする機会について頭を悩ませていました。

そこで、kencomのウォーキングイベント 2021年春「みんなで歩活」に弊社も参加し、事業所としての平均歩数は4,014歩/日と少なくはありますが、運動の推進と社員同士のコミュニケーション活性化に繋げることができました。

集団になることが避けられる現在、共通目標を達成するために個人で参加できるイベントは大変ありがたかったです。また、一日の歩数を気にかけることが健康意識を高めるきっかけになったのではないかと思います。今後も引き続き参加したいと思っています。

血圧計も社員全員が使用できるよう、本社各フロアに設置しており、毎日の血圧測定が習慣となった社員もいます。



社用自転車：車より自転車で活動量 UP !



血圧計:常連さんです(\*^^\*)

ホームページ

<https://www.ej-jimco.co.jp/health.html>

# 株式会社 穴吹工務店

所在地 香川県高松市藤塚町1丁目11番22号

従業員数 565人

事業内容 不動産開発、不動産販売、建設請負

(令和3年8月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

穴吹工務店は経営理念を構成する「経営姿勢」で、「社員・家族が誇りを持てる職場をつくる」ことを明記し、その実現を目指しています。社員は、会社が永続的に発展していくための大切な「財産」です。社員が健康かつ安全に働ける環境を整備することが、経営の基本だと考えています。経済産業省が推奨する「健康経営」は、まさにそれを具現化するための考え方や手法が、集約されており、その理念に共感し、毎年、定着させるためのチャレンジをさせていただいております。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

毎年恒例の「歩活」は、社員一同楽しみにしており、参加させていただいております。社内で、フットサルやゴルフ、マラソン、ヨガなどスポーツが盛んになったのも、「歩活」への参加がきっかけかもしれません。会社の一番の課題は、建設業に「働き方改革関連法」が適用されることによる2024年問題への対応です。長時間労働を改善するための施策は、業務改革と合わせて取り組んでおります。皆さん頑張りましょう。



「歩活」の社内表彰



ベジタブル摂取量測定イベントの実施風景

ホームページ

<https://www.anabuki.co.jp/profile/health.html>

# 株式会社ヒカリ

所在地 香川県丸亀市田村町1238

従業員数 102人

事業内容 建設業 フィットネスクラブ運営他

(令和3年6月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

3年前、健康経営優良法人認定制度を初めて知り、社員が心身ともに健康で元気に働ける会社を目指して、健康経営に取り組んできました。

以前から取り組んでいる、健康診断の全員実施、毎日のラジオ体操や感染症対策などに加え、こころの健康づくりや長時間労働への対応を行い、健康経営をさらに意識するようになっていきます。

生涯ありがたい笑顔を数多く作りたい、様々な生活のシーンでお客様や地域の皆様のお役に立ちたい、との思いで、ファーストコールカンパニーを目指しています。社員が心身ともに健康で、生き活きと仕事ができるように今後も積極的に健康経営に取り組んでまいります。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

当社においては、自社で運営しているフィットネスクラブレフコを定期的に開放し、社員が自由に利用できるよう運動機会を提供し、運動不足の解消やリフレッシュを図っています。

感染症対策として、インフルエンザ予防接種費用の会社負担、マスク、アルコール消毒液等の配布を行い、徹底した対策を行っています。

また、コロナの影響で昨年からの延期していますが、社内運動会や社内旅行などコミュニケーション促進を目的としたイベントを実施しています。

社員の働きやすい環境を整え会社全体の生産性向上に繋がればと期待しています。



社内旅行集合写真



フィットネスクラブレフコ利用時の写真

# 株式会社中野建設

所在地 佐賀県佐賀市水ヶ江2丁目 11-23

従業員数 267人

事業内容 総合建設業

(令和3年7月末現在)

## 健康経営に取り組むようになったきっかけ

弊社は、総合建設業として社員と社員の家族の健康と安全を守り、地元佐賀県と共に発展し、地域に貢献する企業を目指して邁進しています。

昨今の建設業を取巻く環境の変化は著しく、団塊の世代の定年、就労者の高齢化、若年技術者及び女性技術者の不足など、建設業に携わる労働人口の大幅減少の問題に直面しており、弊社でも同様の問題を抱えています。そのため、ICT技術の活用による建設現場の生産性向上、IT活用による経営・事務作業の効率化等により、建設業として取り組みが遅れがちな「働き方改革」にも率先して取り組んでいます。効率的な生産活動を継続する為には社員と企業が健康でなくてはならないという理念の下、企業と社員が健康でやりがいを持って生き生きと働ける企業として成長していくことが不可欠であることから健康経営に取り組みました。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

弊社の定期健康診断結果を見ると、有所見率が43%、その中でも肝機能障害、腎機能障害の有所見率が高くなっていました。これらの改善のためにアルコール対策に特化し、社員に対して「アルコール性肝機能障害」について、掲示板にて情報発信を行い、有所見者数の減少に取り組んでいます。また、有所見者を所属長へ報告し、所属長より再検査へ行くよう指導しています。毎月の安全衛生会議にて、有所見者の再検査報告を行い、100%達成まで進捗報告を行っています。

佐賀県が推奨するウォーキングアプリ【SAGATOCO】を活用し、ウォーキングを推奨しました。役員を筆頭に多くの社員が登録しており、毎月、ウォーキング歩数上位者にはクオカードを贈呈し、ウォーキングを通じた社員の健康づくりの推進を行っています。

新型コロナウイルス感染症予防対策として、社屋内に消毒液、検温機、空気清浄機を設置。対面が考えられる全ての場所にパーティションを設置し、定期的に窓を開け換気を実施しています。来客は基本、アポイント有りのみとし、受付対応は対人ではなく、電話対応へ変更しました。また、テレワークを導入し、出勤率は50%です。



アプリの紹介と表彰に関する社内掲示板内容



感染症対策として社内に設置しているもの

ホームページ

<https://www.nakanet.co.jp/?page=topics&no=984&cate=&yy=2021&#topics>