

# 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 798人

事業内容 建設業

(令和5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

従業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踏まえ、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。

企業が持続的な成長を続けていくためには従業員やその家族の健康保持増進、また安心して働ける職場環境の整備が欠かせないと考え、従業員のモチベーションや生産性のアップ、企業価値の向上に繋がるよう取り組みを続けています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

健康診断や人間ドックの受診率向上と、健康管理に対する意識付けを図るため、指定医療機関での受診費用全額負担、指定医療機関以外での受診費用補助を行っています。

更に、有所見者の二次健診費用補助を行うことで受診率の向上に繋がってきています。また禁煙外来治療費用補助を行い、禁煙の後押しをしています。

社内医務室に高気圧酸素室を設置し、体の免疫力を高めたり、疲労回復の為に利用しています。他には、毎日の朝礼時にケガ防止とリフレッシュを兼ねて、ラジオ体操を行っています。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、従業員同士のコミュニケーションや体力の向上等、健康経営にも一役買っています。これらの長年続けている取り組みも健康経営に活かしていきたいと考えています。



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>

# 大江建設株式会社

所在地 北海道士別市上士別町 16 線北 2

従業員数 47 人

事業内容 建設業

(令和 5 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

働きやすい職場環境を整えることによって従業員の定着・若年層の人材確保による人手不足問題の解消に繋がると考えており、当社のSDGs宣言の取組にも従業員の安全・健康に配慮し積極的な人材育成を通じて誰もが活躍できる職場環境を維持すると共に一人ひとりのワークライフバランスを尊重した働き方を推進し、働きがいのある職場づくりの実現という内容を掲げております。

どけんぼ札幌健康支援室より「ヘルスアップチャレンジ」についてお話をいただいた取組内容と当社が実施しているSDGs宣言の取組に合致していることからヘルスアップチャレンジから健康経営優良法人認定制度への申請という流れとなりました。

## 特に力を入れた取組みとその効果

社員の運動不足解消とコミュニケーションの活性化を図るために「歩活」への参加をしました。「普段より多く歩く習慣がついた」「チームメンバーの歩数を確認しながら気持ちを奮い立たせて歩いた」などの話も出ており、社内で話題となりコミュニケーション活性や運動不足解消に繋がりました。

また、午前9時にはラジオ体操も行っており楽しみながら運動の推進に取り組んでいます。

食生活の改善に関してはベジチェックを年間レンタルし、現場事務所に出向いたり、月初に行われる全体朝礼の際に測定を行っております。数値が見える化したことで普段より意識して野菜を摂取しているなどの声も聞こえてきて、社員の健康への意識が格段に向上しております。



ラジオ体操風景



ベジチェック測定風景

ホームページ

<https://ooekensetu.co.jp/activityreport>

# 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 113人

事業内容 舗装及び一般土木工事

(令和5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

当社では従来から社員の健康に関心があったものの、健康経営についての具体的な取り組みを進めるまでには至っていませんでした。2020年に変わった経営トップの強い意向によって、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と認識しています。弊社では、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要と考えています。

弊社は社員が創出する成果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

「こころの健康づくり」に特に力を入れ、様々な取り組みを進めています。弊社では社内外にメンタルヘルス相談窓口を設置しており、社外の相談窓口は病院と公認心理士の2箇所です。相談者がセカンドオピニオンを求めた際にも対応できる体制を整えています。また、生活習慣が及ぼすメンタルヘルスへの影響について外部講師による研修を実施し、食生活、運動、睡眠の側面から「こころの健康」を見直す指導をしています。

2022年度より禁煙対策も強化し、非喫煙者には「非喫煙手当」を支給しています。同時に「禁煙治療費用補助金支給制度」を導入し、これにより禁煙を希望する社員が禁煙外来を受診する費用の自己負担がなくなります。非喫煙者へのインセンティブのみではなく、喫煙者へのサポートの両輪で禁煙対策を実施しています。

健康経営を続ける中で、社員の意識も変わってきました。「ベジチェック」をレンタルした際には興味津々、楽しんで体験したり、社員同士の運動サークルも活発に活動しています。社員は家族であり「どうしたら心身共に健康に、快活に過ごすことができるのか」を考え、改革を進めています。これからも「働きやすく働きがいのある会社」を目指します。



「ベジチェック」を安全大会会場に設置！



社内サークルには会社からの費用補助あり！

ホームページ

[https://www.douken.co.jp/system/health\\_management/](https://www.douken.co.jp/system/health_management/)

# 株式会社中山組

所在地 札幌市東区北19条東1丁目1番1号

従業員数 234人

事業内容 建設業

(令和5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

社員一人ひとりが健康管理を安易に考えず、健康の重要性を意識しながら仕事に臨んでもらうため、健康経営の取り組みが重要と考え健康経営を始めました。社員は会社の大切な資産であり、社員の健康を維持することは会社の責務と考えています。知識と経験を有する社員が能力を十分発揮するため健康維持に努め、若手社員が将来に安心が持てる職場環境を整えることが必要です。働き方の見直しを会社全体で意識し進めていくことで、社員一人ひとりのモチベーションのアップとワークライフバランスの満足度を高め、企業価値の向上を図ることにより、優秀な人材の確保にも繋がるよう取り組みをつづけていきたいと考えています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

会社内で実施しております大規模な健康診断と、人間ドック・脳ドック受診助成金制度の利用促進により、定期健康診断100%の受診を継続しております。また、健診後の再検査・精密検査対象者への受診勧奨も継続し、早期治療による重症化予防の取組の強化も続けております。その結果、再検査受診率も増加し、適切な治療を続ける等、再検査に対する社員の意識が少しずつ変わってきております。

長年実施しております、土健保による健康・栄養相談を継続すると同時に、ここ数年は食生活改善の取組として、ベジチェック測定会や食生活に関するアンケート等も定期的の実施し、一人ひとりの食の重要性に関する意識も高まっていると感じております。

新型コロナウイルス感染症の5類移行により、ここ数年実施を見送ってございましたボウリング大会・親睦ゴルフ大会等の社内行事も、感染対策をとり十分に注意をした上で再開し、運動を兼ねた社員間の交流の機会も通常に戻りつつあります。今後も、状況を注視しながら親睦の機会を増やしていきたいと思っております。

長時間労働対応については、毎月の中央安全衛生委員会での時間外状況報告と対応の協議を継続しており、年次有給休暇の取得状況の確認と取得促進も同時に行っており、両者ともに良い方向に向かっております。



ベジチェック  
測定会の様子  
(2023.4)



ボウリング大会の様子 (2023.4)

ホームページ

<https://www.nakayamagumi.co.jp/healthup/>

# 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 76人

事業内容 総合建設業

(令和5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

社員が健康に働き続けられる環境づくりが生産性の向上に繋がるという理念が企業風土としてあります。

対策として、まずは想定される健康リスクを捉え、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、実践を行うことで生活習慣病の未然防止、早期発見と治療ができる体制づくりを継続しています。

活力あふれ安心、安全に働き続けられる環境づくりが、社員のみならず家族の笑顔に繋げられることを目指し取り組んでいます。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

健康診断の結果を基に経年一覧と所見や食生活、運動促進などの生活習慣改善提案資料を全社員へ個別配布を行っています。

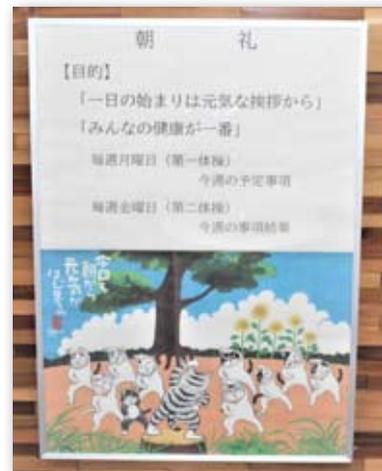
再検査は期限を設け就業時間内での受診勧奨を行い、対象者全員の再検査受診により疾病の早期発見、治療開始へ繋がり、経年所見推移を水平展開する事と併せて健康管理意識の向上を図っています。

また、トップメッセージ「みんなの健康が一番」を社内に掲示し朝礼の際に運動促進の取組としてラジオ体操を行い、社員コミュニケーション促進の取組として当番制の1分間スピーチでは、社員それぞれの様々な側面から、お互いを知り合える良い機会となっています。

社員の感想として、決まった時間に社員の顔合わせができること、ラジオ体操を行うことにより、身体を動かして良いといった声があがっております。



健診結果による生活習慣改善資料の個別配布



トップメッセージ

ホームページ

<https://kk-hayamizu.co.jp/recruits/salutary>

# 宇部建設株式会社

所在地 岩手県一関市三関字桜町42番地1

従業員数 35人

事業内容 土木工事業

(令和5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

2016年に「ヘルスアップチャレンジ宣言」し、社員が健康で働けることが大切であると考え、社長自ら健康経営を推進しております。「安全大会」では、健康優良者の表彰を行う等、経営トップが積極的になることで、社員の健康に対する意識も高まりました。そして仙台健康支援室から健康経営優良法人認定制度に関する情報提供とアドバイスをいただき申請してみたところ、2017年に認定をいただくことができました。

これを契機に、さらに社員一人ひとりの健康を維持増進するために、ハードルを上げずにできる範囲で健康づくりと働きやすい職場環境整備に取り組んでおり、その結果7年連続で認定を受けることになりました。今後も取り組みを継続していくことで、仕事の生産性の向上にもつなげていきたいと考えています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

社員の健康管理については、健康診断結果により一人ひとりの健康状態を把握し、保健指導・特定保健指導の対象者には就業時間内に指導が受けられるよう設定し、指導の際には、自らの健康課題に取り組めるよう過去5年分の健診データを渡しています。再検査・精密検査の対象者には「検診休暇」を付与し受診しやすい環境を整え、検査結果報告書は提出するまで声掛けしています。

最近の取り組みでは、コロナ過で運動不足を感じている社員が多くいたので、ヘルスアップチャレンジ助成金を活用して運動器具を購入し、トレーニングルームを設置しました。さらに、体力の衰えは健康にも影響し、労働災害にもつながりかねないので、自身の体力を知ってもらうために「体力年齢測定会」を開催したところ、実年齢を上回っていた社員もいたため、これを機にさらに運動の推進を図っていききたいと考えています。

また、社員旅行が数年ぶりに復活したことにより、社員同士のコミュニケーションも円滑になりました。



トレーニングルームを設置しました



社員旅行（函館方面）

# 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 171人

事業内容 土木工事業

(令和5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

小田島組で特に力を入れている取り組みの一つが、ウェルネスルームです。

ウェルネスルームは学校でいうと保健室です。血压測定機器や、バランスボールなどの運動機器も自由に使うことができ、健康管理に役立っています。また、姿勢を良くするための調整や心のケアも行っており、心身の健康維持も支援しています。

姿勢調整は、姿勢科学士が週2～3回ほど本社に駐在するほか、時には現場を訪問し、身体の可動域を確かめながら姿勢改善を行います。また、姿勢がよくなるための講座を定期的開催しており、講座を受講することで自分の体や健康に対する意識が高まっています。姿勢調整は、しびれや痛みに対して表面的なもみほぐしを行うのではなく、それらを生じさせる姿勢のゆがみにアプローチし症状を根本から改善していきます。

また、最近では出産を迎えた社員が増えてきたため、育休中の社員を対象とした『ママさん会』を開催しています。育休中でも会社に足を運んで雰囲気を知る機会を提供することで、育休後、復帰しやすい環境を作っています。



姿勢調整講座の様子



ママさん会の様子

ホームページ

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

# 刈屋建設株式会社

所在地 岩手県宮古市刈屋11-80-3

従業員数 44人

事業内容 土木工事業

(令和4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

弊社では健康づくり担当者を設置してから数年が経ちました。活動に慣れて少し余力も出てきたので、土健保のヘルスアップチャレンジや健康経営優良法人への申請を検討し始めました。その結果、「健康経営」と特に意識はしていなくても、普段の取り組みが健康経営の項目に該当していることがわかりました。そこで健康経営優良法人のチェック項目に当てはめて今までの活動を整理し、課題を補うことで、さらに社員がいきいきと働ける環境を作れるのではないかと考えました。

建設業の現場では「安全」が最重要視されますが、「社員の健康は作業の安全につながる」と考えています。弊社は「女性活躍推進」にも力を入れており、現場の衛生管理も活躍の場の1つとしていて、女性社員による衛生パトロールを実施しています。この活動と連携しながら、これからも健康に関する取り組みや成果を「見える化」し、社員の健康意識の向上につなげていきたいです。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

以前、弊社の現場事務所でインフルエンザが蔓延し、事務所を訪問した他社の方まで感染する事態となったことがあり、感染対策の必要性を痛感しました。そこで、会社がインフルエンザ予防接種費用の一部補助を行って予防接種を受けやすい環境を整えたところ、社員ほぼ全員が予防接種を受けるようになり、以後、インフルエンザ罹患者は出ておりません。その経験から、新型コロナウイルス感染症に対しても、地域で流行する前から感染対策をしっかりと行っています。女性社員による各現場事務所の衛生パトロールでも、アルコール消毒液・除菌シートの補充や、感染する隙が無いかの点検及び助言に力を入れています。さらに、感染症予防の啓発ポスターを掲示して社員の意識を高めています。今後も取り組みを継続して行きたいと思います。

また、弊社には野球チームがあり、毎年「宮古市長杯ナイター野球交流大会」に参加しています。運動機会が増えるだけでなく、社員同士のコミュニケーションを促進する良い機会となっています。さらに会社で大会の参加費用を補助することで、社員が参加しやすい環境を整えています。



平成30年の宮古市長杯で優勝しました！



女性社員作成の掲示物。皆が和んでいます。

# 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荒巻本沢三丁目18番1号

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5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

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

# 宮城建設株式会社

所在地 岩手県久慈市新中の橋第4地割35番地の3

従業員数 327人

事業内容 総合建設業

(令和5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

健康経営の取り組みを強化することになったきっかけは、従業員の高齢化と有所見率の高さでした。特に生活習慣病に関する所見率が高く、高齢化に伴ってさらに悪化することが懸念されました。疾病の改善と健康保持、増進への取組みについて全国土木建築国民健康保険組合の仙台健康支援室に相談をさせていただき、「健康経営」について知ることができました。「健康経営」を継続していくことが、有所見率の低下につながると考えています。

「健康は全ての基盤である」との認識の下、従業員一人ひとりが、心身ともに健康で、いきいきと働き続けることができる職場環境づくりに努めています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

会社に勤めている期間のみならず、定年後も引き続き健康に過ごせるよう、生活習慣病予防のための特定保健指導の積極的な支援を行っています。実施場所の提供及び就業時間の実施とし、令和4年度の実施率は95%でした。特定保健指導対象者数は3年連続で減少しています。

また、検査項目の多い人間ドックを受診することで、健康への意識向上のきっかけとしていただきたく、従業員と被保険者であるご家族の満40歳、50歳、60歳を対象に、会社で自己負担分を全額補助しています。

運動の促進としては、kencomで開催されている「歩活」を利用した社内イベントを実施しており、上位入賞チームの副賞を食事券にすることで、コミュニケーションも図られています。

その他、喫煙率低下を目指して、禁煙外来受診料の自己負担分を会社が負担する禁煙に向けたサポート体制を整えています。

### 健康経営宣言

当社の持続的な成長のため、「健康は全ての基盤である」との認識の下、従業員一人ひとりが、心身ともに健康で、いきいきと働き続けることができる職場環境づくりに努めます。

- ・ 受動喫煙対策として、原則、事業所内（屋内）禁煙とします。
- ・ 2025年度までに喫煙率10%減を目標とし、禁煙に向けた支援を行います。
- ・ 従業員の健康保持・増進のため、特定保健指導実施率100%を目指します。実施場所の提供および就業時間内の実施とし積極的な支援を行います。

令和5年3月1日  
宮城建設株式会社  
代表取締役社長 菅原 博之



「歩活」成績優秀チームを表彰

従業員の健康に対する意識も高まりました。

ホームページ

<https://miyaginet.co.jp/>

# 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 102人

事業内容 総合建設業

(令和4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、令和2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。

また、盛岡市商工会議所様のウォーキングプログラムを導入し歩数を見える化した事で、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>

# 株式会社 安藤・間

所在地 東京都港区東新橋 1-9-1

従業員数 3,332人

事業内容 総合建設業

(令和5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

少子高齢化に伴う担い手不足、長時間労働や多様なストレスに付随して生じる健康リスクへの対応は建設業を取り巻く深刻な課題であり、当社としても長時間労働の是正をはじめとした労働環境の改善に向けた取り組みを推進してきました。そして、ますます生産性の向上が求められる中、こうした時短等への取り組みに加え、会社の資本である社員のこころとからだの健康づくりへの投資をより一層強化する必要があると考え、2019年より「健康経営」への取り組みを開始しました。

当社では、「健康経営」の推進を中期経営計画における重点施策の一つとして位置づけており、重症化予防、健康リスクの低減、メンタルヘルス対策など、従業員の健康維持・増進をトータルサポートする取り組みを展開しています。

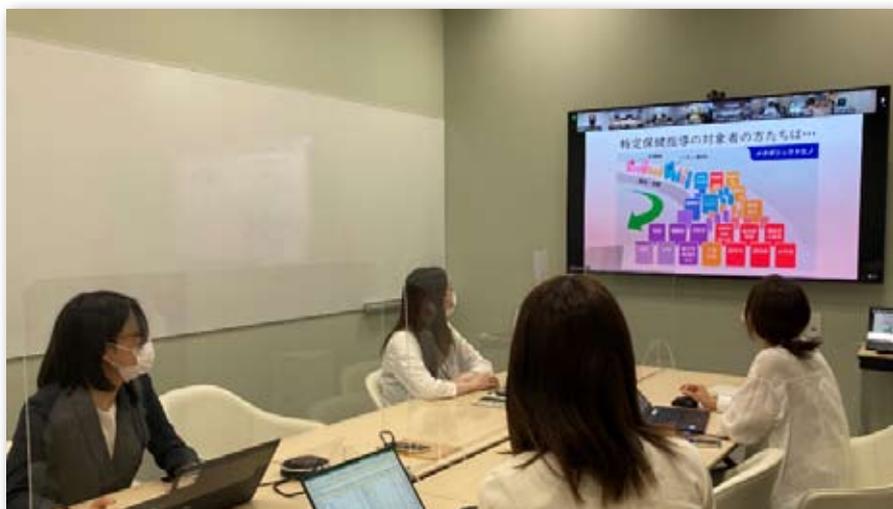
## 特に力を入れた取り組みとその効果

当社の健診結果の傾向として、運動習慣のある従業員が全体の3割以下であり、40才以上のメタボ該当者およびメタボ予備群の比率が全国平均と比較して高くなっています。運動習慣がないことは、若手社員においても将来の健康障害のリスクを高め、生産性の低下につながるリスクがあります。また、コロナ禍による生活様式や働き方の変化で運動不足がさらに増加傾向となり、深刻な課題であると捉え、2019年より年間2回保険組合が開催しているウォーキングイベントに全社運動として参加しています。その結果、2019年より2023年春まで、土建保加入事業所全国1位の参加人数を維持しており、年度末の従業員アンケートでは、「歩く意識が高まった」「歩く習慣がついた」といった回答も見受けられ、運動習慣に対する意識の変化を感じています。



組合だよりの掲載  
「みんなて歩活」

支店健康経営推進担当者との連絡会議の様子



ホームページ

<https://www.ad-hzm.co.jp/sustainability/health/>

# 株式会社大廣工業

所在地 新潟市東区臨港町三丁目 4914 番 1 号

従業員数 17 人

事業内容 建設業（舗装工事業）

（令和5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

一般的に建設業のイメージは喫煙率が高く飲酒量も多いなど、どちらかと言うと不健康なイメージがあると思います。また、従業員の高齢化や採用難による担い手不足の問題も喫緊の課題であり、事業を継続するためにも「健康」に対する取り組みは不可欠です。

当社はそのような建設業のイメージの払拭や課題解決のために「健康経営」に取り組み、従業員が在職中はもちろん、将来も含めて家族とともに健康に過ごせる環境づくりを企業として働きかけています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

当社では従業員の健康管理として、年齢を問わず全員に人間ドックの受診を推奨し、費用は原則全額会社補助とする一方、有所見者に対する再受診勧奨も実施しています。

また、ウォーキングイベントの参加等を通して自治体の健康経営の取り組みにも積極的に参加し、新潟県の「にいがた健康経営推進企業」や新潟市の「新潟市健康経営認定事業所（ゴールドクラス）」の社外認定を受けることで、企業価値の向上を目指しています。



会社入口に社外の認定証を掲示



ウォーキング推奨ポスターを社内掲示

# 株式会社 熊谷組

所在地 東京都新宿区津久戸町2-1

従業員数 2,635人

事業内容 総合建設業

(令和5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

熊谷組では社員のウェルビーイングが重要な経営資源の一つと捉え、継続的に従業員の健康増進を図る目的で、本社人事総務部内に統括産業医と保健師を中心とした健康推進室を設置し、全支店の産業医ならびに健康推進担当者が連携して社員の健康を全面的にサポートする体制を整えています。また、社員健康推進計画「心とからだの健康づくりプログラム」を年度毎に策定し、PDCAのスパイラルアップを図った健康推進活動を行っています。今後は社員だけではなく、当社の現場で頑張る作業員の健康施策も強化していく予定です。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

### ①ウォーキングイベントの開催について

土健保開催の「みんなで歩活」を利用し、弊社内での独自のランキングを作成して、健康の保持増進やコミュニケーションの活性化につながるイベントを毎年開催しています。上位入賞者には表彰をし、毎年参加を楽しみにしている社員が多くいます。

当社社員だけでなく、協力会社やグループ会社の社員も参加し、楽しみながら実施しています。

### ②社員の自発的な健康管理について

弊社の健康推進室前に常設している血圧計・体重計・体温計は、毎日10名前後の方が利用されています。常連社員もいれば、気になった時に測りに来る社員もいます。また、保健指導や長時間労働者面談の際には出来る限り血圧測定をしてから面談に来るよう指導しています。

### ③女性の健康理解を深める講演会の開催について

昨年度は外部から講師をお呼びして「ホルモンと上手に付き合うナレッジ」というタイトルの講演会を開催しました。本社だけでなく全支店に参加を呼びかけ、会場29名、オンライン約90名が聴講しました。また講演後には、弊社のダイバーシティ推進部長から弊社の支援制度についても説明し、制度の周知につなげました。



保健指導の様子



講演会の聴講の様子

ホームページ

[https://www.kumagaigumi.co.jp/csr/employee/health\\_productivity\\_management/index.html](https://www.kumagaigumi.co.jp/csr/employee/health_productivity_management/index.html)

# 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 537人

事業内容 設備工事業

(令和5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、一昨年から生活習慣病対策強化のため、産業保健スタッフとして看護師を採用しました。定期健康診断の血液検査などの結果を元に、重症化リスクレベル分けを行い、産業保健スタッフが健康状態の悪い社員から優先的に指導やフォローを実施しています。効率よく社員の健康に対してフォローする事ができ、また重症化する事を事前に防ぐ事に繋がっています。

2つ目は、当社オリジナルの健康イベントの実施です。弊社はBMIが高めの社員が多い事から、以前からkencomで開催する年2回の歩活に参加していましたが、運動の習慣づけのために、昨年当社オリジナルのウォーキングイベントやボーリング大会を実施しました。社員の意識醸成の健康維持・向上のためにも、今後も継続的にイベントを企画・実施していきたいと考えています。



当社オリジナル健康イベントの様子



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 1,811人

事業内容 総合建設業

(令和5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、心身ともに健康でいてほ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。「みんなで歩活」は職場や家族でチームを組み、参加が可能なため、社員が気軽に健康づくりに取り組めるのではと考え促進しました。

グループ会社とも連携して取り組み、期間中は参加促進の記事を社内報に掲載し、イベント後は上位チームと毎日8,000歩を達成した社員に賞品を贈るとともに、優勝チームの写真とコメントを社内報に掲載しました。

「みんなで歩活」参加者は徐々に増えてきており、運動不足解消やリフレッシュ、社員同士のコミュニケーション促進にもつながっています。今後も、社員の健康づくりに取り組んでまいります。



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/>

# 中野土建株式会社

所在地 長野県中野市西2丁目5番11号

従業員数 88人

事業内容 総合建設業

(令和4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

当社が健康経営に取り組むようになったきっかけは、健康経営優良法人認定制度を東京健康支援室様の紹介で知ったことでした。当社は2019年より継続して健康経営優良法人認定を頂いております。認定当初より社員の健康管理には、積極的に取り組んでおりましたが、取り組みが形として残るよう、また社員一人一人の健康管理に対する意識の向上を図るため、毎年継続して認定申請を行っております。

健康経営の活動は認定申請に紐づけ、社員の健康増進や健康意識の向上を図り、また社員の働きやすい環境づくりが出来るよう日々取り組んでおります。そして同時に業界及び企業のイメージアップになるよう、今後も積極的に活動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

当社が特に力を入れた取り組みは二項目あります。

一つ目は健康増進生活習慣病対策です。内容としましては、日頃から目につく所に生活習慣病予防に関するポスターの掲示、セミナー視聴、健康増進に関するDVD上映です。ポスターの掲示は、ふとした時に立ち見できる事で瞬間的に健康に意識が向くようにと掲示しております。セミナーやDVDの上映は、会場を設けて実施しておりますが、参加者からは「意識が変わった」「少し興味が湧いた」といった声がありました。

二つ目は運動の推進です。ここ数年はコロナ禍で開催を見送っておりましたが、運動のきっかけづくりとして湖畔周回の社員マラソン大会を例年行なっております。散策も可能でメンタルケアにも寄与しております。また上位者で社員のマラソンチームを作り、地域のマラソン大会へ参加もしております。また日頃の活動としましては、日常的に運動へ意識が向くように階段利用の推奨ポスターを掲示しております。ちょっとした掲示ですが、社員の意識改革に繋がっていると感じております。



DVD 視聴風景



社員マラソン大会

# 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/>

# ファインロードコンサルタント株式会社

所在地 新潟県新潟市西蒲区大潟 2031 番地

従業員数 15人

事業内容 建設コンサルタント業、測量業

(令和5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

舗装構造診断、路面調査、測量、各種土質試験、アスファルト試験を営む弊社は、従業員の平均年齢が50歳近いことに加え、主要業務が室内試験及び現場作業という体を動かす仕事メインとなっており、心身の健康を維持することが業務を遂行していくうえで最も大切なことだと思っています。これらのことがきっかけとなり、心身の健康維持を継続するという目的で、健康経営に積極的に取り組むようにしました。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

生活習慣病対策と健康維持のために、定期健康診断を充実させ、人間ドック、がん検診、婦人科検診の推進を行い、費用補助、特別休暇付与を実施しました。さらに検診で異常が見られた方は再受診を推奨するなど、積極的に恒常的な健康維持の確保に努めました。

また、禁煙日(スワン(吸わん)デー)を設定し、受動喫煙ゼロを目指す雰囲気作りに努めると同時に、適度な運動を行うということを目的に従業員参加型のウォーキングイベントを開催し、健康維持の意識付けを行いました。

さらに、従業員の健康意識を高めるために外部より管理栄養士を招き、従業員の食事のとり方などについて受講させています。

一方、コロナ及びインフルエンザ等のウィルス感染予防対策としては、従業員の毎朝の検温・記録を実施し、手洗いの励行、消毒液の設置などを細かく指導しています。



感染症予防対策 受付に消毒液を設置



組合管理栄養士による講義風景

# 福田道路株式会社

所在地 新潟市中央区川岸町1丁目53番地1

従業員数 734人

事業内容 建設業（舗装工事業）

（令和4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

「人生100年時代」にあっては、企業人生における健康維持はもちろんのこと、その後の健康寿命延伸を現役時代から意識づけることで「人生設計」をアシストできます。従業員の健康管理は職員自身とその家族にとって、極めて重要な項目である一方、会社としても組織の総合力発揮に深くかかわり、かつ経営的観点からも極めて重要との判断から、中期経営方針に「健康経営」を盛り込み、担い手不足が深刻化する建設業界において、従業員が生き生きと元気に働ける快適な職場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

健康管理や健康増進支援のための「FRCヘルスサポート2020」と称した取り組みを実施しています。

就業時間内完全禁煙の全事業所実施や、ほぼ全社員が参加するウォーキングイベントの開催、人間ドックの受診推奨と会社費用補助や対象年齢の大幅拡大、有所見者に対する再受診勧奨等を実施しています。

また、時間外労働の削減に向けては、振替休日の事前申請による休日出勤許可制等の徹底により、完全週休二日を実施し、勤怠管理の面からも職員の健康に配慮しています。

項目	費用	補助額
人間ドックの受診費用補助拡大	45,000円	20,000円
がん検診費用等の補助拡大	45,000円	3,000円
がん検診費用	20,000円	2,000円
がん検診	30,000円	4,000円

人間ドック推奨を社内報でも告知

22 禁煙の日

2のつく日は  
スワン（吸わん）デー

Direction for Relation  
福田道路株式会社

禁煙開始のきっかけを社内で啓発しています

ホームページ

<https://www.fukudaroad.co.jp/news/5099/>

# 丸善土木株式会社

所在地 長野県松本市南原三丁目20番4号

従業員数 18人

事業内容 土木・舗装工事

(令和5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

健康経営への取り組みを強化することになったきっかけは、従業員の有所見率の高さでした。疾病の改善や健康保持について、全国土木建築国民健康保険組合の東京健康支援室に相談させていただき、健診内容やオプションをどうグレードアップさせていくかを議論してきました。その中で健康経営としての取り組みや健康経営優良法人認定制度についても情報提供があり、働きがいのある職場づくりと職場だけではなく家族の健康にも力を入れるため毎年様々な提案をいただきながら、可能な限り実践しております。また、2021年度から重点課題として取り組んでいる『こころの健康づくり』ですがストレスチェックの実施だけではなく、2023年度は睡眠モニター機能付きスマートウォッチを配布し、睡眠を数値として可視化する取組を進めています。「からだ」と「こころ」の両方の健康を保持できるように最新の情報等を取り入れ活動して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

- ① 定期健康診断受診率100%の徹底に加え、30歳以上の従業員は人間ドックに変更した。(各種補助制度の説明を行い「女性特有の健診等」オプション追加も可能)
- ② 食生活の改善として2022年度に塩分計を全社員に配布
- ③ 運動の推進として2020年度にバランスボールを全社員に配布、kencomで年2回開催されている「歩活」への参加
- ④ 感染症対策として2021年度には「マスク・アルコール消毒液」の配布や各工事現場へのアルコール消毒液の設置を行った。
- ⑤ こころの健康づくりの活動として2021年度からストレスチェックの実施を行っている。  
※2023年度はヘルスアップチャレンジ助成金を活用し、睡眠モニター機能付きスマートウォッチを購入・全社員に配布
- ⑥ 社内インターネットを利用し、どけんぼ保健師・管理栄養士作成の動画配信や東京健康支援室発行の「けんこう通信」の配信
- ⑦ 禁煙対策として屋外喫煙所の設置



スマートウォッチを配布し、睡眠とこころの健康づくりに役立てます

厚労省「こころの耳」サイトを利用して睡眠の大切さを学ぶ



ホームページ

<https://www.maruzendoboku.co.jp/pages/38/>

# 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5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2023年で創業113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8,000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4年を比較した結果、腎機能-4.1%、糖代謝-1.6%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5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ました。

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おり、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ます。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す。

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ますが、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しています。

## 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人を維持しています。また、定期的な産業医による講話や社内報および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ます。

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社員への運動の習慣付けに成功しました。2022年からは歩活にも積極的に参加し、社員同士でチームをつくり競うことで、運動面のみならずコミュニケーションの活性化にも繋がるなどプラス効果を実感しています。

コロナ禍においては綿密な感染対策を計画し、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・換気を社員総出で行うなど感染予防に取り組み、事業所内での感染者0人を実現しました。現場事務所においても同様に感染対策を実施しました。またZoomなど遠隔操作機材を強化し、会議の質を保ちつつ3密の回避と効率アップを図りました。

以上のような感染対策を徹底することで、感染症の影響にも揺るがない事業所づくりに成功しました。



全社員へ向けて  
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

# 株式会社中和コンストラクション

所在地 奈良県桜井市桜井281番地7

従業員数 58人

事業内容 総合建設業

(令和5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

60歳になった管理職が総務部に相談に見えたことがきっかけです。パソコンを使っただのデスクワークが増え、眼精疲労により帰宅時の運転が不安であり、目の負担を軽減するため大きなモニタが欲しい、という要望でした。当社の技術者は74歳を筆頭に60・50歳代と20歳代がボリュームゾーンです。特に高年齢になると健康状況や希望する働き方に個人差が大きくなり、口にはしなくても上記のような悩みを持っている人も多いのだろうと考えました。

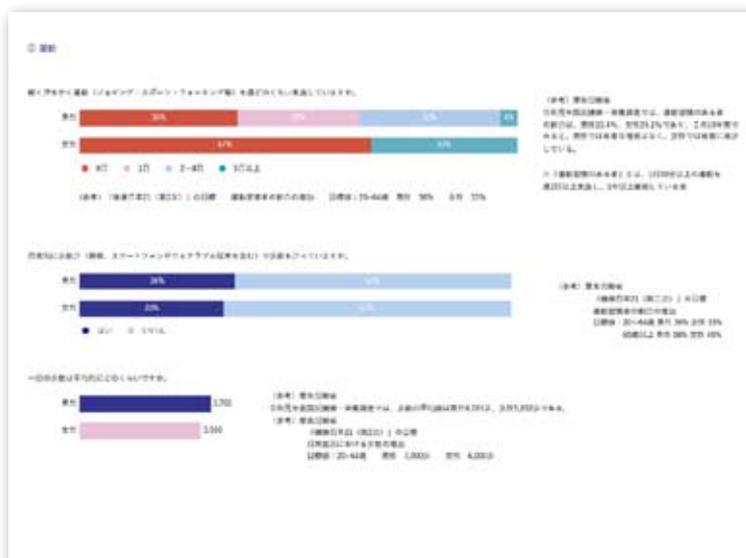
そうした悩みを抵抗なく話題にできる組織づくりができれば、年齢差のギャップがあっても「健康を土台にした働き続けやすい職場環境」を実現できるのではないかと考え、健康支援室の助言を受けながら、健康づくりに関する整備を始めました。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

まずは「健康づくり」に関することを従業員同士で話題にしてもらうために全従業員対象の健康意識アンケートを実施しました。アンケート結果から「運動不足」「睡眠不足」の傾向が見られ、全体的には「健康についての意識はたかめ」で「誰かの後押しがあれば頑張れる」という結果を得ました。

そこで秋の地域清掃ハイクの際に万歩計アプリを活用して、「MWP：Most Walking Person」を決定するイベントを実施し、楽しみながら「運動不足」を解消する契機としました。

今後は健康診断の結果、再検査や要治療の判定になった従業員の個人別追跡や、健康診断メニューの拡充、こころの健康づくりや禁煙対策にも広がっていきたいと考えています。



イベント時の歩数の記録

全国平均の半分しか歩いていない…

ホームページ

<https://www.chuwa-hdg.jp/news/1216>

# 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 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 573人

事業内容 不動産開発、不動産販売、建設請負

(令和4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

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。



「ベジチェック®」実施風景



「歩活」の社内表彰

ホームページ

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

# 株式会社 大竹組

所在地 徳島県海部郡牟岐町大字中村字本村85-1

従業員数 39人

事業内容 建設業

(令和4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

全国土木建築国民健康保険組合から健康経営優良法人取得へのチャレンジを早くから勧めていただいていた。しかし、数年前に保険組合からいただいた我が社の事業所健康度分析資料を目にしたときに、健康的という言葉からはかけ離れており改善は無理では?と思う部分が多様にあり、なかなか向き合うことができずにいたというのが正直なところだ。

けれど、会社の運営・発展のためには、人財が一番の資本であり、社員の健康からは目を背けることはできないと強く感じました。社員の健康がよくない状況であれば、積極的に改善につなげるべく向き合うことが必要であると気づいたのが、健康経営に取り組むようになったきっかけでした。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

ベテラン社員には人間ドックを受診していただいています。その多くが生活習慣病に繋がるリスクを抱えています。今までは、再検査に該当しても放置したまま翌年の人間ドックを受診する者が多くいましたが、健康経営に取り組むようになり、現在は、再検査対象者には積極的に受診の声掛けをし、その後の検査結果や経過を確認することを行っています。社員一人ひとりの健康に対する意識が向上することを目指しています。

現在、若い社員が増えてきている状況でベテラン社員と世代を超えた交流が重要と考えています。そのために、朝は現場ごとに全員でラジオ体操を行っています。また、恒例だった親睦BBQ・慰安旅行がコロナ禍で難しくなった代わりにゴルフ倶楽部を立ち上げました。それにより、若手社員とベテラン社員が親睦を深めることができ、心身のケアに繋がり仕事面にも良い相乗効果が表れてきています。



毎朝各現場、事務所、会社全体でラジオ体操



ゴルフ倶楽部で親睦兼ねて運動不足解消

ホームページ

<https://www.otake.co.jp/news/news20210930.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より延期していますが、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

# ミタニ建設工業株式会社

所在地 高知県高知市針木東町27-28

従業員数 167人

事業内容 総合建設業

(令和5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

ミタニ建設工業には、全従業員の成功(幸せ)をサポートするという経営理念があります。

この理念に基づき、従業員が仕事もプライベートも充実した生活を送れるようにと、当初よりラジオ体操や健康診断の受診率100%への取り組み等を行ってまいりました。この取り組みが、健康経営の実施内容に当てはまっており、2017年に高知県で初めて健康経営優良法人に認定されました。2018年には健康事業所宣言を行い、2021年にはブライト500にも認定されています。

高知から日本を変えていきたい。そんな熱い思いを持って【地域創生企業】を目指し始めた今、求められるのはお客様や地域への貢献、そして確実に経営成果を上げ続けることです。

その為に、社員一人ひとりが健康であり続けるよう、ミタニ建設工業はこれからも健康経営にチャレンジして参ります。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

2021年10月から、外部講師の方の指導の下で「HIIT THE BEAT」を行っています。HIIT THE BEATは、ブレイクダンス要素を取り入れた器具を使わないフィットネストレーニングであり、短時間で高い脂肪燃焼効果が期待できます。実施場所はミタニ本社、月に朝夕1回ずつ、計2回行っております。普段運動習慣の無い社員も、この日だけは参加して汗を流すことにより、運動に対する苦手意識を克服しようと取り組んでいます。

この取り組みは、単に運動不足解消効果があるだけでなく、従業員同士のコミュニケーションが生まれる場としても機能しており、心の健康づくりにも関与しています。

また、メンタルヘルスケアの一環として、従業員同士の相互理解を深めるための自律型研修も全社的に取り入れています。ソーシャルスタイル診断によって各自の性格特徴をタイプ分けし、それぞれの特性を学びます。これにより、性格特徴の違いによる考え方のすれ違いが減少し、互いに尊重しながら仕事ができる環境づくりに繋がっています。



HIIT THE BEAT  
☆終業後に汗を流してすっきり！



自律型研修  
☆相互理解を深める時間！

ホームページ

<https://www.yairochan.com/kenko/>

# 九鉄工業株式会社

所在地 福岡県北九州市門司区小森江3丁目12-10

従業員数 618人

事業内容 総合建設業

(令和4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

信頼される企業を目指し創業80周年を迎えた弊社は、社員が元気に“いきいき”と活躍することが、会社や地域の元気をつくるうえで最も大切であると考え、一人ひとりが能力を最大限に発揮できるよう、社員の心と体の健康づくりに積極的に取り組んでおります。

以前から土健保のヘルスアップチャレンジに登録し全支店に水平展開しておりますが、土健保福岡健康支援室からこれまでの取り組みは「健康経営優良法人認定」取得に十分な実績がありますと太鼓判を押されました。同時に、弊社が所属するJR九州グループ全体で“ESGの推進”を目標に掲げており、社員の健康増進の取り組みは「S」ocial(社会)」の重要な項目の一つです。会社を支える基盤となる人づくりの観点からも“健康経営”の推進が、企業価値の向上にも直結すると考え、2022年度初挑戦で「健康経営優良法人(中小規模法人部門)」の認定をいただきました。建設業界は人手不足ですが、健康経営優良法人認定取得をアピール素材として、良い人材を確保できることを期待しております。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

社員の運動不足解消と社員同士のコミュニケーションの活性化を図るために、ウォーキングイベント「歩活」の参加を推奨しております。歩活実施中は、ストーリー性を持たせた「歩活週間日誌」を作成・掲載し、流行の「鬼滅の刃」調で脂肪退治=鬼退治と見立てて、チームで「想像現地点」と「日誌」を作成してもらい、北海道網走完歩を目標にチームの結束を高めることに寄与できました。最終的に総括として「歩活の軌跡」なるしおりを作成公表し歩活参加者は運動不足の大幅な改善及び社内にて周知されることでモチベーションアップに繋がり、コミュニケーションが活発になりました。また土健保福岡健康支援室の保健師・管理栄養士の方々のご協力による保健・栄養指導のほか健康・栄養教育として「ベジチェック大会」・「禁煙対策」・「睡眠について」・「腰痛対策」等の数々のイベントの実施により、ここ数年で社員の健康への意識が格段に向上しました。これからも継続して取り組みます。



人ごとでない腰痛対策 by 安全大会



歩活、チーム一丸となってがんばりました!

ホームページ

<https://www.kyutetsu.co.jp/img/healthup.pdf>

# 株式会社ジオシステム

所在地 福岡市博多区竹下5-19-22

従業員数 6人

事業内容 建設業（地質調査業）

（令和4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

社員の高齢化が進行するに従い、健康の大切さを意識するようになっていたところ、30～40代の中堅層の社員にも食生活の乱れや日常生活における運動不足などに起因する高血圧症、脂質異常症等の生活習慣病がみられる者が増えてきました。

また、少数精鋭で業務を行う当社は、社員がひとりでも病気休業すると業務は滞ってしまいます。この業務遂行上の危機感からも健康の大切さを実感する契機となりました。

昨年からどけんぼの保健師・管理栄養士に訪問してもらい食生活の改善や運動が必要であるとの指導を受けています。

今後も健康経営を進める取り組みを実践していきたいと考えています。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

運動不足対策として社員には日常に運動を取り入れるよう促しています。ジムに行くなどスポーツに時間を割くことはなかなか困難なため、可能な範囲で自転車、徒歩などを織り交ぜた通勤を推奨しています。どけんぼのヘルスアップチャレンジ助成金で自転車を購入し、活用しています。

食生活については社内にポスターを掲示し、食事制限の意識付けをしています。社内では実際に病気になってしまった身近な人物の事例を情報交換する等、健康を意識してもらうような環境作りに取り組んでいます。



社内掲示ポスターによる健康周知活動



自転車、徒歩での移動、通勤を推奨

# 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 268人

事業内容 総合建設業

(令和5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います。

昨今の建設業を取り巻く環境は団塊世代就労者の高齢化、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います。弊社ではこれらの諸問題への対策として、AI、ICT技術の活用による建設現場の生産性向上、作業時間の短縮、事務作業の省力化としてDXを活用し会社全体の「働き方改革」に取り組んでいます。

新たな働き方を積極的に採用し推進することに加え、健康情報の提供、再検査受診率100%、メンタルヘルス対策やワークライフバランスなど、健康経営に取り組むことで、社員がやりがいをもって元気にいきいきと働くことができ、生産性の向上、ひいては会社の発展につながると考えました。

## 特に力を入れた取り組みとその効果

- ①弊社の定期健康診断結果を見ると、有所見率が49%でその中でも血糖の有所見率が高くなりました。これらの改善策として社内掲示板にて血糖値改善のための情報発信を行っています。また、有所見者の再検査受診率100%を目標に取り組んでいます。有所見者に対しては所属長を通じて再検査へ行くよう指導しています。毎月の安全衛生委員会において有所見者の再検査受診状況報告と進捗確認を行い、その後、経営トップへの報告を行います。
- ②業務パフォーマンス向上のため、社屋エントランスに設置しているデジタルサイネージで肩こり・腰痛予防のための運動の動画を放映し運動の推進にも取り組んでいます。
- ③長時間労働対応ワークライフバランスについてはDXの初期段階として情報のデジタル化を行っています。書類(紙)をアナログからデジタルへと変えることにより業務効率化につながり、長時間労働の改善が期待できます。



社員に DVD の貸し出しを行っています。

肩こり・腰痛予防体操実施中！



ホームページ

[https://www.nakanet.co.jp/blog/%e5%ae%89%e5%85%a8%e3%81%a8%e5%81%a5%e5%ba%b7/#a-sdgs01\\_2](https://www.nakanet.co.jp/blog/%e5%ae%89%e5%85%a8%e3%81%a8%e5%81%a5%e5%ba%b7/#a-sdgs01_2)