令和7年度 健康経営の推進に係る実践計画

職員が生き生きと元気に活躍できる健康的な職場づくりは、事業所の側の健康配慮義務の着実な履行と、職員の側の健康保持増進に関する積極的な取組みとが一体となって、初めて可能となるものです。メンタルヘルスへの関心の高まりや、定年年齢の引き上げが進む中で、職員が健康で長く組合で働き続けられるよう、国の政策や社会の動向を注視するとともに、健康経営の更なる推進と組織内への定着に向けた取組みを進めます。

取組みにあたっては、本部、病院、健康管理センターの各施設の状況を考慮するとともに、組合全体として健康経営を進めていくことが実感できるようにしていきます。

1 健康的な職場づくりを進めるためのルール整備と組織文化の醸成

職員が生き生きと元気に活躍できる健康的な職場づくりに向け、事業所と職員が一体となって取り組むことを就業規則等に明確に位置付けるとともに、組織への浸透を図る。

(主な取組)

- ・就業規則等の規定の点検と整備
- ・健康情報の取扱いに関する規定の整備
- ・健康的な職場づくりに向けた職員からの標語等の募集

2 ヘルスリテラシーの向上

基本的な健康情報を定期的に職員に提供し、健康づくりに関する個人の取組みをサポートする。

(主な取組)

- ・PepUp のパーソナル・ヘルス・レコード (PHR) 機能を活用した健康記録の保存と活用の促進
- ・「健康経営ニュース」の毎月配信
- ・「健康宣言カード」の活用による自らの健康目標の設定
- ・「健康管理日」の健康相談とイベント開催を通じた健康意識の醸成
- ・オンラインやオンデマンドを活用した健康セミナーの開催
- ・厚生会等の他機関主催セミナーの受講勧奨

3 コミュニケーションの促進

心理的安全性の高い職場を目指し、横方向・縦方向での職員間のコミュニケーションが活発になる取組みを積極的に行う。

(主な取組)

- ・短時間全員参加ミーティングの効果的な実施方法の把握と共有
- ・職員アンケートを踏まえたテーマ別チャットタイムの定例開催
- ・上司部下間での 1on1 ミーティングの説明会開催と本格実施

4 メンタルヘルスの向上

職員の心の健康は、個人の生活の質はもとより、職員のパフォーマンスや職場環境にも大きく影響することから、メンタルヘルス対策の取組みを強化する。

(主な取組)

- ・新入職員を対象としたメンター制度の導入
- ・新入職員や異動者を中心とした産業保健師による予防的面談の実施
- ・高ストレス判定者への医師面談の勧奨と産業保健師による継続的な見守り
- ・自らのストレスに気づき対処するためのセルフケアのe-ラーニングの実施
- ・管理職が部下の変調に気づき適切に対処するためのラインケアのセミナーの開催
- ・カスタマーハラスメントに関する対策の明文化と組合内外への周知

5 ワークライフバランスの推進

残業時間の削減や年次有給休暇の取得拡大を図るとともに、法制度に対応した仕事と育児・介護・治療との両立支援の環境整備を進める。

(主な取組)

- ・テレワークを制度化するとともに積極的に活用し定着を図る
- ・年次有給休暇取得率70%以上の者の割合の引き上げ
- ・男性の育児休暇取得率100%の維持
- ・仕事と育児・介護・治療の両立に関する相談窓口の設置と管理者向けセミナーの開催
- ・介護に関する職員アンケートを踏まえた必要な対策の検討

6 健康的な生活習慣の獲得

運動習慣の定着、食生活の改善、睡眠の質の改善に関する職員参加型の取組みについて、より多くの職員が参加できるよう工夫して実施する。

(主な取組)

- ・PepUpを活用した組合独自のイベントの開催
- ・運動の取組事例の募集と職員間での共有
- ・職場での効果的な健康体操の普及
- ・食生活改善イベントの開催
- ・睡眠時無呼吸症候群の簡易検査の実施
- ・健康に配慮した飲酒に向けた啓発

7 健康診断後のフォローアップ

健康診断結果が早期の指導・治療につながるよう、保健指導や受診勧奨を実施する。

(主な取組)

- ・特定保健指導の未利用者又は事後指導対象者への産業保健師からの働きかけ
- ・医療機関受診勧奨対象の未受診者への産業医又は産業保健師からの働きかけ

8 がんの予防

がんに関するリテラシーの向上を図るとともに、早期発見・早期治療が進む環境整備を進める。

(主な取組)

- ・がんに関する e-ラーニングの実施
- ・子宮頸がん・乳がん検診の自己負担補助のわかりやすい広報と受診勧奨
- ・精密検査の受診勧奨

9 喫煙対策

喫煙者自身及び周囲の職員へのタバコによる健康被害を防止するため、タバコの影響のない環境を整備するとともに、禁煙に向けた個人の取組みをサポートする。

(主な取組)

- ・敷地内及び勤務時間中の全面禁煙の徹底
- ・禁煙外来費用の補助
- ・ピアサポートによる禁煙プログラムの試行実施への参加

10 働く女性の健康への配慮

女性特有の健康課題を含む女性の健康について、男女を問わず理解を深めるための取組みを実施する。

(主な取組)

- ・女性の健康課題に関する e-ラーニングの実施

11 家族の健康に対する取組み

職員の心身の健康を支える上では家族の健康が重要なことから、家族の健康づくりに向けた意識啓発や健康づくりに役立つ情報提供を行う。

(主な取組)

- ・最高健康経営責任者からのメッセージの送付
- ・家庭に持ち帰ることができる健康経営ニュース PDF 版の提供

12 健康経営推進のための基盤整備

健康経営の推進に当たっては、職員や労働組合からの意見を反映し、健康経営推進者が率先して推進するとともに、ヘルスアップチャレンジ委員会が中核となり各施設の状況に即した取組みを行う。

(主な取組)

- ・施設ごとの課題をヘルスアップチャレンジ委員会で検討した上で適切な取組みを実施
- ・健康管理情報を一元的に管理できる健康管理システムの導入
- ・健康経営の評価指標等に基づく効果検証
- ・健康経営のPDCAサイクルの実施