

勇建設株式会社

所在地 北海道札幌市中央区北6条西14丁目4番地

従業員数 89人

事業内容 建設業

(令和7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

当社のCSR行動憲章の1つである「社員一人ひとりが活力にあふれ意欲をもって働ける職場づくりを推進する」というCSR行動憲章の理念と合致し健康経営に取り組むことといたしました。当社を含め建設業界は高齢化に伴うベテラン技術者の退職、担い手不足という問題を抱えておりました。当社においても職員の高齢化に伴う健康面への配慮ということが喫緊の課題でした。健康経営に取り組むことにより職員自身の健康に対する意識改善が図られ、また、人生100年時代に対応する良好な健康状態を維持することができると考えました。仕事面においても、働きがい・働きやすさ・生産性の向上といったモチベーションアップ、組織の活性化にも繋がり、対人面においても企業ブランドイメージの向上に繋がると考え取り組むことといたしました。

特に力を入れた取り組みとその効果

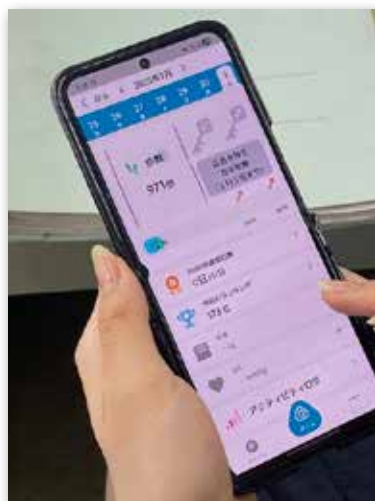
健康経営を推進するにあたり力を入れたものとして受動喫煙対策と運動機会の提供でした。会社としても職員の健康を第一に考え、社屋敷地内に独立した喫煙室を設置することで受動喫煙の防止を図り、完全分煙化をすることといたしました。喫煙室を社屋内から社屋外に移したことにより、社内の喫煙者、一人当たりの喫煙本数は減少しました。

また、土健保にて試行的に実施した「禁煙プログラム(みんなチャレ禁煙)」に当社の職員も参加し、現在も禁煙が継続している実績があります。

また、受動喫煙対策の他にも、会社として役職員へ運動機会の提供として、札幌市主催の「札幌ウォークチャレンジ」、土健保のウォーキングイベントへの参加を積極的に呼びかけ、職員同士で日々の歩数を競い合いそこで新たなコミュニケーションが生まれ、身体的な側面ばかりではなく内面的にも健康になってきているかと思われます。



本社敷地内に設置した喫煙室



ウォーキングアプリでの歩数確認風景

株式会社石山組

所在地 札幌市豊平区豊平4条3丁目3-10

従業員数 53人

事業内容 建設業

(令和7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

2019年に当時勤務していた女性社員ががんで亡くなりました。入退院の繰り返しでしたが、会社でも病気治療と仕事の両立を何とかバックアップ出来ないかとの意見が大勢を占めたため当時の就業規則の範囲を超え支援(金銭的支援や短時間勤務、休暇取得の優遇)を拡大しましたが、病魔のスピードが増し残念ながら帰らぬ人となってしまいました。

そんな経験をし、丁度そのタイミングで健康経営優良法人の取組事例を某保険会社から紹介されました。これは会社の今の働き方改革等の諸問題も含め改革のキッカケになると思い登録にチャレンジすることとしました。札幌健康支援室に相談と支援を受け現在も継続中です。

特に力を入れた取り組みとその効果

社員の定期健康診断の再検査受診率の向上を目指しています。産業医による全社員分の健診データの確認結果に基づき、再検査の必要な社員に対して文書指導を行って再診率を上げ、病気の早期発見・早期治療を促進しています。また、受診費用や腫瘍マーカーなどオプションの会社補助を最大1万円負担しています。

社員の高齢化と共にがんなどの罹患も多くなる予測があったことから、会社や産業医の相談窓口情報、健康診断料金(がん検診・ドック)補助金の増額、そして休暇の優遇措置、病欠の賃金保証制度等、就業規則を改訂しました。

その他、「北海道がん対策サポート企業」にも登録し、会社としてがん対策に取り組んでいます。



地域貢献活動(アダプト道路清掃)



土健保による当社社員のベジチェック

ホームページ

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

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 426人

事業内容 総合建設業

(令和6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

社員が心身健康でそれぞれのパフォーマンスを充分に発揮することにより、会社全体の生産性を向上させること、そして社員が歳をとっても健康に働き続けられ、長く続く会社を目指して健康経営に取り組んでいます。

当社の定期健診有所見率は全国平均と比べて高く、特に「肥満」「血中脂質」の割合が高い傾向があります。脳・心臓疾患は肥満、高血圧、高血糖、高血中脂質、そして喫煙、運動不足が重なることによって起こりやすくなると言われていますので、「脳・心臓疾患(動脈硬化)の危険因子ひとつ以下の社員を7割へ」という目標のもと、社員ひとりひとりの危険因子をひとつでも少なくするため様々な施策を行っています。

特に力を入れた取り組みとその効果

【ひしこ7つの健康習慣】

「1日8000歩あるく」「1日6～8時間の睡眠をとる」「体重計に週1回以上ののる」「腹八分目」「たばこを吸わない」「お酒を飲まない日を週1日以上つくる」「週1回以上マインドフルネスを行う」という7つ健康的な生活習慣を掲げ、情報提供や環境づくりで会社全体の健康意識向上、7つの習慣の実践度を定期的に確認することやインセンティブ付与で社員の実行を促し、日常的不調の改善、生活習慣病予防を目指しています。

年2回の「みんなで歩活」は恒例イベントになり2024年春は125名21チームが参加しています。また「体組成測定」「骨密度測定」「ベジチェック」「筋力測定」等の測定会では必ず測定結果に基づく生活習慣アドバイスをを行い健康への意識づけを行っています



ひしこ健康習慣
LINE



体組成・骨密度測定会の様子

ホームページ

https://www.itogumi.co.jp/csr/health_management.html

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

<https://www.iwatachizaki.jp/csr/csr/20241003.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 43 人

事業内容 建設業

(令和7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。

どけんぽ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」への参加や体力バランスを明確に認識するために、体力測定を行いました。歩行、身体調整、手作業、姿勢の4項目で測定し、体力、健康度を年齢で現すことによって健康に関して考えてもらうきっかけになった取組であり、運動不足の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。

その他、心身のリフレッシュ効果として野菜づくりを行っております。自然と触れ合うことによるストレス解消効果や自分達で育てた野菜を食べることで、食生活の改善にも繋がっていただくと考えております。



体力測定風景



社有地での野菜栽培

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 43人

事業内容 建設業

(令和6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います。

特に力を入れた取り組みとその効果

30歳以上の従業員が人間ドックを受検した場合、費用の一部を補助しています。

ヘルスアップチャレンジ助成金で血圧計を購入。継続して測定することで自身の健康状態を把握でき、生活習慣の改善に役立っています。

毎年どけんぽの保健師さんと管理栄養士さんによる健康相談を実施。令和4年より健康相談時にカゴメのベジチェックも行っていたいただき、野菜不足を認識した者がお昼にコンビニでサラダを一品追加したり、菓子パンをサンドイッチに変えたりして、従業員の健康に対する意識も変わってきています。

『みんなで歩活』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、休みの日にウォーキングに出かける者もいて良い運動になっています。

従業員の運動不足解消のため、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を配置。トイレには便座クリーナと消毒液・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、配偶者誕生日休暇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ぽ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/>

草野作工株式会社

所在地 北海道江別市上江別西町 16 番地

従業員数 65 人

事業内容 建設業

(令和 6 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

当社は国土交通省が提唱している新3Kに先駆けて、2017年度からニュー6K(給料が良い、休暇が多い、危険回避対策の徹底、絆で結束、きれいな職場、カッコいい職業)をスローガンとして、職場環境の改善活動を進めてきました。道内の同業他社に先駆けて完全週休2日制を工事現場へ導入し、従業員へのワークライフバランスやメンタルヘルス対策等と並行して、建設DXによる工事の生産性向上の取り組みを推進し、さらなる働き方改革を目指しています。健康経営の取り組みを継続的に実践することは社員とその家族の健やかな暮らしを実現できるという信念のもと働きがいと活力ある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

- ・社員の定期健康診断とストレスチェック（年1回）ともに受診率100%。
- ・毎年開催する本社労働安全衛生研修会に土健保の保健師を講師として招き健康に関する講話をしていただいています。
- ・kencomで開催される「歩活」へ参加し、携帯アプリで社員同士コミュニケーションを取りながら歩数を競い合い、ウォーキングの習慣が定着してきています。
- ・各作業員にリストバンド型のデバイスを装着し、脈拍や位置情報を本社及び各作業所の管理画面で確認し、体調変化等をリアルタイムに把握しています。
- ・仕事と私生活（健康）の調和を推進しており、会社指定休日124日、有給休暇は年間付与20日（平均取得15日）、残業時間についても通常業務時は上限を定めており毎週水曜日はノー残業デイとしています。また、男性職員の育児休暇取得も定着しています。



本社労働安全衛生研修会



体調変化をリアルタイムに把握

ホームページ

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

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 167人

事業内容 総合建設業

(令和6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

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7年が経過し、人間ドック受診率が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。

職員の意識向上に伴い、1時間単位の年次有給休暇を導入するなど、福利厚生の見直しを実施、さらに健康管理や食生活の改善に関する情報を積極的に発信することで、健康意識向上を目指していきます。

特に力を入れた取り組みとその効果

健康増進・生活習慣病対策の意識を高められるよう、本社各フロアに血圧計を設置、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、本社で年に1回実施する健康診断の際には、ベジチェックをレンタルし、野菜摂取量測定会も併せて開催することで、食生活の改善を促しています。

その結果、人間ドック受診率が増加しただけでなく、オプション検査に関する問合せやトクホの健康飲料の売上本数が増加したという効果がありました。

今後は人間ドック・再検査受診費用の補助を検討し、健康経営を推進しようと考えています。



各フロアに血圧計を設置



健康診断の際に野菜摂取量測定会も実施

ホームページ

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

辻谷建設株式会社

所在地 北海道川上郡弟子屈町湯の島2丁目6番15号

従業員数 49人

事業内容 土木建設業

(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

命あつての物种、身体が資本。いくらAI化が進んだり遠隔操作が主流になっても最終的には人が居なくては何も出来ない。高齢化の波が押し寄せ、若手が集まらない。経験豊富な50代以上に頼らざるを得ない当社において、働き盛りの年齢層がいかにか健康でいられるか、病気が重篤化する前に早期に発見し、治療に専念できる環境作りが重要となってきます。豊かな生活を送るためにはまず健康管理の見直しから。「健康経営」はまさにそんなきっかけとなってくれました。50代、60代を大事にしつつ若い世代を育て健康経営優良法人を継続していきたいと思ひます。

特に力を入れた取り組みとその効果

健康診断受診率100%継続を達成するため、健康診断を欠席した従業員に対し、後日、病院での健康診断を実施。1年に一度、自分を見つめ直す良い機会となっております。

また、健康診断でスズメ蜂アレルギー抗体検査を実施して数値が高い者を社内で公開し、情報を共有することで万が一虫刺されがあった場合、周りのスタッフが速やかに病院に連れて行く体制を整えアナフィラキシーショックによる手遅れを防止。さらに腫瘍マーカー検査を実施し、悪性腫瘍が早期発見できるようにした。これらの費用は会社負担としている。

健康診断のアフターフォローとしてどけんぼの札幌健康支援室の協力の下、当社安全衛生大会にリモートで参加していただき、保健師さんによる健康講話を実施。健康診断の数値の見方や感染症予防対策についてのレクチャーを受けました。

これらの活動により、職員一人ひとりの健康管理意識の向上が図られ、重篤化する前に病院にかかり、治療を受けるようになりました。



どけんぼ札幌支援室によるリモート講話



助成金による非接触型体温計の導入

ホームページ

<http://tujiya.co.jp>

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

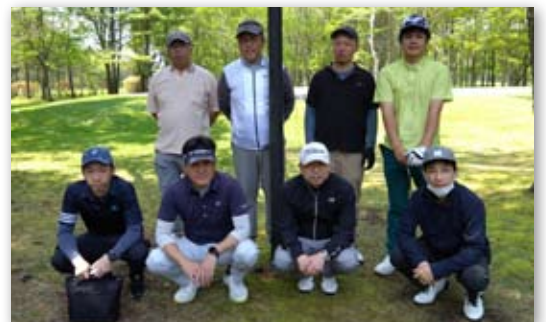
「こころの健康づくり」に特に力を入れ、様々な取り組みを進めています。弊社では社内外にメンタルヘルス相談窓口を設置しており、社外の相談窓口は病院と公認心理士の2箇所です。相談者がセカンドオピニオンを求めた際にも対応できる体制を整えています。また、生活習慣が及ぼすメンタルヘルスへの影響について外部講師による研修を実施し、食生活、運動、睡眠の側面から「こころの健康」を見直す指導をしています。

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/

道路工業株式会社

所在地 札幌市中央区南8条西15丁目2番1号

従業員数 180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

日常を快適に過ごすには、健康が第一です。従業員の健康意識を高めるには、従業員とその家族の安全と健康を維持し、働きやすく快適な職場をつくることが会社の責務と考え、健康経営に取り組んでいます。

会社施設内の禁煙や、働き方改革の一環として積極的な有給休暇の取得を促進し、リフレッシュできるような職場環境づくりにも力を入れています。

健康管理がより身近なものになるよう今後もより良い環境を整え、継続的な健康経営に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

定期健診は、受診費用や腫瘍マーカー等一部オプションを会社にて負担し、対象者全員が受診できる制度を設けています。全従業員の定期健診を行うことはもちろんですが、再検査・精密検査を促進し、さまざまな病気の早期発見・早期治療や、病気そのものを予防することに取り組み、生活改善につながるよう再受診率100%を目指しています。その結果、従業員の健康管理に対する意識が変わっているように見受けられます。

また、全社員を集めて行う社内研修において健康に関する講師を招いての講話を実施し、毎年1年間の安全を祈願する安全祈願時にコミュニケーションの一環として、ゲーム大会やBBQをすることにより、風通しの良い職場づくりを行っています。

現在、各事業所に非接触型体温計や手指の消毒液を入口に設置して、コロナ感染症対策を行っています。



社内研修 健康に関する講師を招き講話を実施



各事業所に非接触型体温計を設置

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 255人

事業内容 建設業

(令和7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に実施し、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。

社員間の交流イベントも一年を通して通常どおり開催しており、入社式後の懇親会、ビール園での花見、運動を兼ねたボウリング大会や親睦ゴルフ、新年会など、多くの社員が参加し親睦を深めております。

長時間労働対策については、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、年次有給休暇の取得状況の確認と取得促進も行っており、労働時間の削減に取り組んでおります。



血管年齢測定会の様子 (2025.4)



サッポロビール園での花見の様子 (2025.5)

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>

不二建設株式会社

所在地 滝川市西滝川232番地1

従業員数 80人

事業内容 道路舗装工事、一般・農業土木工事他

(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

世の中が「健康経営」を求める時代になったことへの対応として取り組みを始めました。若い世代の採用にとっても、また社員がさらに元気に働ける環境を整えるためにも必要と考えたからです。まずは当社で実施していることを整理し、確認しましたが、優良法人の認定については、すでに実施している項目で無理なく対応できることがわかり応募しました。

「健康経営」の取り組みを通して、社員一人一人が健康で質の高いパフォーマンスを発揮し、「従業員エンゲージメント」が高まることを期待しています。

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ついては、「心の健康づくり計画」を策定し、セルフケアの推奨、コミュニケーションの活性化、相談体制の整備、社内グループウェアでの情報発信などの結果、休職者ゼロが続いています。

長時間労働対応については、有給休暇取得や残業時間の削減を成績評価に取り入れたことで、有給休暇の取得率が上昇し、残業時間が大幅に削減されました。今後は男性の育児休暇制度の取得者も現れる事を期待しています。

こころの健康づくりも長時間労働対応も、「健康経営」として取り組む以前から実施していたため、いずれもスムーズに対応することができました。



事務所入口にて感染症対策を実施しています



社内グループウェアで情報提供をしています

北央道路工業株式会社

所在地 札幌市東区北8条東1丁目1番35号

従業員数 135人

事業内容 建設業

(令和7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きっかけは、従業員の残業時間削減と長時間労働による健康リスクの顕在化でした。2024年4月から建設業にも適用された働き方改革への対応も大きな要因です。健康診断の結果から生活習慣病リスクの高い社員が多いことも課題として浮上しました。

業務効率改善を進める中で、従業員の心身の健康が生産性に大きく影響することを実感。限られた時間で効率的に働く環境は、従業員の生活時間確保や家族との時間創出につながり、心身の健康維持と離職率低下にも寄与しています。

当社の基本理念である「社員一人ひとりが誇りを持って働ける企業」の実現に向け、従業員・家族の健康保持増進、QOL向上、働きがいのある職場づくりを目指し、会社を挙げて健康課題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

当社では従業員の健康管理を最重視し、年1回の健康診断を全員が受診、再検査・精密検査の再受診率100%を維持しています。腫瘍マーカー検査の追加やインフルエンザワクチン接種費用の全額負担、特定保健指導の実施など、予防医療にも力を入れています。

健康活動の周知には社内ポータルサイトやポスターを活用し、安全大会では保健師による健康講話を実施。特に「ベジチェック」を用いた野菜摂取量の可視化と競争は、従業員の健康意識向上に大きな効果をもたらしました。

新しい勤怠管理ソフトの導入により労働時間を「見える化」し、長時間労働を抑制。建設ディレクターの採用による業務分業化で生産性向上も実現しています。さらに、空気清浄機の設置など職場環境の改善も進めました、これらの取り組みにより、従業員の健康意識が高まり、ワークライフバランスの改善と健康リスクの低減が進み、安心して働ける職場環境の実現につながっています。



健康相談を実施しています



安全大会では健康講話を実施

ホームページ

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

株式会社本田組

所在地 釧路市鳥取大通8丁目4番20号

従業員数 33人

事業内容 総合工事業（公共工事の請負を主とする土木工事業）

（令和6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

あらゆる業界で人手不足が大きな課題となるなか、我々建設業においても人員の確保が最大の懸念材料となりました。

少子高齢化が進み労働人口が減少するなか、ICTの活用や海外からの労働力の獲得等にも取り組まなければならない状況ですが、企業経営にとって何より大事なものは、今現在雇用している全ての従業員が安心して、健康で長く働き続けることができる環境であり、それには、従業員の家族も健康でなければ仕事に専念することができないことから、家族を巻き込んだ健康管理の必要性・重要性に気付きました。また、個人面談での悩みの確認や相談を受けるなかで、心と身体の健康が何より大切な取組みだと再認識する機会があり、健康経営に取り組むことにしました。

特に力を入れた取り組みとその効果

年に一度の健康診断を受けるだけでなく、健康診断結果をもとに経営者・健康管理担当者から全職員に個別指導を行い、一人ひとり健康推進計画を立てて目標達成を目指すことで、自分自身の健康への関心が高まっていると思います。また、保険者からご提案をいただいた健康に対するアンケートを職員に回答していただくことにより、自己の健康管理における責任感が高まっていくことによって日々健康に対して気をつけて、改善意識の向上を図っていくことが出来ています。（健康診断の活用）

代表者を務める私自身が超ヘビースモーカーでありましたが、煙草をやめて丸9年になります。会社内も禁煙とし、少しずつ関与する形式で幹部職員からの説得等によりこれまで数名の従業員も禁煙に成功しています。（禁煙の促進）

今後は個人の健康推進計画への取組みに対して達成者にインセンティブを与える制度や家族の介護問題の支援にも取り組みたいと考えています。



安全大会における健康管理に対する注意喚起



経営者・健康管理担当者からの個別指導

ホームページ

<https://www.hondagumi.jp/category/blog>

丸彦渡辺建設株式会社

所在地 札幌市豊平区豊平6条6丁目5番8号

従業員数 499人

事業内容 総合建設業

(令和6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

弊社の課題は健康診断における有所見者が全国平均に比べ高く、また疾病にかかりやすくなる40代以上の社員も多いにもかかわらずがん検診や健康診断で要再(精密)検査となった社員の再検査受診率が増加しないことでした。実際に有所見を数年放置してのちにがんが見つかった社員がおり、会社として再検査受診を強く勧奨していればという苦い経験を踏まえ、長期休業になれば会社として大きな損失であり、企業活動の基礎となるのは社員の「健康」であると考え、「社員が幸せに暮らせる会社」を実現させるという目標を掲げ、健康経営に取り組み始めました。まだ始めたばかりですが、積極的に健康についての情報発信や取り組みを行い、これからも社員が元気で長く働ける職場環境作りに努めてまいります。

特に力を入れた取り組みとその効果

弊社では特にがん検診の受診と、健康診断で要再(精密)検査となった有所見者の再検査受診に力を入れています。30歳以上の社員は人間ドックの受診を義務付け、2年に一度はオプション検査のがん検診(胃カメラ、マンモグラフィー、子宮頸部)費用の補助を制度化し(土健保の補助を超えた部分を会社が負担し、実質無料で受診)、がんによる長期休業を防ぐ取り組みを行っています。費用補助制度も徐々に社員に浸透してきており、利用率は年々増加しています。再検査受診については産業医・保健師と連携し、有所見者には個別勧奨を行って定期的に再検査を促しています。有所見者が多い項目については、どのような病気に繋がるのか、もし病気になったらどのようなことになるのかという内容でセミナーを行っていただいています。

ベジチェックや骨密度測定など、社員が楽しめるイベントも取り入れながら、社員のヘルスリテラシー向上につながる取り組みを行っています。



ベジチェック後、バランスの良い食事を考え中



説明を受けながら骨密度を測定中

ホームページ

<https://www.maruhiko.co.jp/health/>

阿部建設株式会社

所在地 宮城県仙台市青葉区中江2-23-20

事業内容 総合建設業

従業員数 68人

(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

当社は建設業の平均で見ても有所見率が高く、喫煙率も高い事から、健康診断で「要再検査」等の結果をいただく人が非常に多く見受けられました。

そのため、事後指導や個別相談等も行いましたが、社員の高齢化も相まって中々効果が見えにくい状況でした。

「健康経営」が世間で注目を集め、社内でもその話が出るようになっていたこともあり、「健康経営」が会社として社員のメンタルを含めた健康を守る一助になればと考え、取り組むことを決めました。

特に力を入れた取り組みとその効果

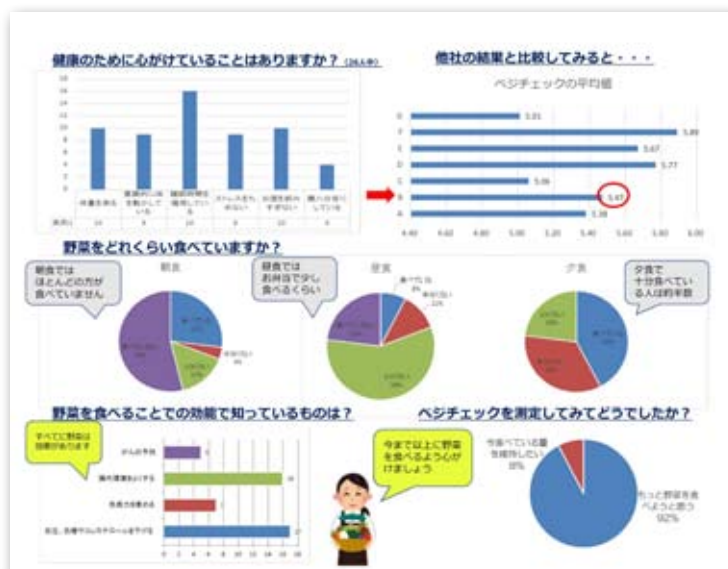
土健保 仙台健康支援室に、有所見者が多い「中性脂肪と高血圧」をテーマに、対象社員を集めて食生活と関連付けた講義をしていただきました。

また、カゴメ㈱「ベジチェック」で野菜摂取量の測定をしていただいたところ、ほとんどの社員が野菜不足の結果でしたが、社内では野菜摂取について話題となり、食事を見直すきっかけとなっています。健康づくりへの関心の高まりを感じたので、このチャンスを逃さないよう、早速、健康診断等の全社員が集まる機会に再度測定したい、と要望を出させていただいております。

社員の食生活の改善や健康増進のため、こうした活動を今後も続けていきたいと考えております。



ベジチェックで社員の野菜摂取状況を可視化



ベジチェックとアンケートで食生活を分析

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

事業内容 土木工事業

従業員数 37人

(令和7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2017年から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、健診結果による保健指導・特定保健指導対象者が、就業時間内に指導が受けられるよう日時を設定しています。さらに、再検査・精密検査の対象者には「検診休暇」を付与して受診しやすい環境を整えています。

ワークライフバランスの取組みとして、2021年4月から完全週休2日制を導入し、さらに「バースデー休暇」や「不妊治療休暇」、「孫休暇」等の特別休暇や、「介護・看護休暇」等を、入社後すぐに利用できる制度として整備したことにより、ライフスタイルに合わせて休暇を取得できるようになりました。

最近、社員の高齢化に伴い転倒等労災のリスクが高まっているので、「転倒等リスク評価チェック」を実施しています。50歳以上の社員の転倒リスクが高い結果となったことから、個々の体力の維持向上を目的として「運動機会増進アプリ」を会社で導入しました。全社員にアプリと社内の運動器具の利用を促し、運動を推進しています。



「転倒等リスク評価チェック」の測定



運動器具の設置

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。血圧測定機器や、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で開催しており、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 岩手県宮古市茂市2-110-34

従業員数 40人

事業内容 土木工事業

(令和7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

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

ヘルスアップ助成金を活用し、令和6年度から「モルック」の同好会が始動しました。運動の機会をつくるだけでなく、コミュニケーションの促進も兼ねて取り組んでいます。以前弊社には野球チームがありましたが、参加者は主に野球経験のある人でした。しかし、モルックは年齢や性別、運動の得意・不得意に関わらず参加しやすいのが良いところだと感じています。普段は月1回のペースで練習をし、たまに社内でミニ大会を開いたり、外部での大会に参加したりしています。使わなくなった工事用看板を活用して得点板をつくるなど、建設会社ならではのユニークな風景も見られます。



女性社員作成の掲示物



工事用看板を活用した得点板

ホームページ

<https://www.kariya-kensetsu.com/>

倉橋建設株式会社

所在地 青森県青森市勝田二丁目2番17号

事業内容 建設業

従業員数 37人

(令和6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

ただ長く働くのではなく、社員一人一人が健康で長く働ける会社づくりをしたいというのがきっかけです。

自分の健康は自分で管理する、というのも個人レベルでは難しい部分があり、会社一丸となって取り組むべきと考えます。

特にたばこについては、建物内禁煙から敷地内禁煙へと移りつつあります。実際にそれをきっかけに禁煙を始めた者もおります。

特に力を入れた取り組みとその効果

本年3月に、生活習慣改善を目的とした「QOL健診」を本社において実施しました。体力測定 of 要素も含まれる健診でもあり、また、その場で結果がわかるので、「気づき」から「行動変容」への素早い流れが期待できます。

その外、毎週水曜日をノー残業デーと設定しており、リフレッシュできる時間を確保するだけでなく業務効率化が図られています。

心の健康にも目を向け、「社長との1on1ミーティング」「少人数でのランチ・ディナーミーティング」を開催しており、社員同士の心理的安全性、チームとしてのパフォーマンス向上に繋がっています。



骨密度測定



立ち上がり検査

寿建設株式会社

所在地 福島県福島市飯坂町平野字東地蔵田8番地の1

従業員数 80人

事業内容 土木工事業

(令和7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、過去に社員が同時期に私病により複数名リタイアするという事象が発生し、経営的にも貴重な人材を失う結果となったことをきっかけに、『健康維持の重要性』を改めて認識いたしました。この経験を踏まえ、「自分の身体は自分で守る、仲間の身体はみんなで守る」というスローガンのもと、社員一人ひとりの健康管理の徹底はもとより、就業中でも通院治療がしやすい環境整備など、健康を支える職場づくりを積極的に推進しています。社員の健康が職場の安全・安心につながることはもちろん、退職後の第二の人生においても健康でいられるよう、会社として「健康経営」の体制を整え、社員一人ひとりの健康意識の向上にも取り組んでいます。

特に力を入れた取り組みとその効果

健康を支える職場づくりの第一歩として、まずは自分の身体を知ることが重要と考え、40歳以上の全社員と希望する30代社員に人間ドックを会社負担で実施しています。基本検査に加え、性別に応じた「前立腺がん検査」「乳がん検査」「骨そしょう症検査」、さらに「脳MRI検査」「LOX-index®検査」も実施しています。要精密検査・要治療者には、経営トップより「通院指示書」を発行し、業務時間中の通院を可能にした結果、受診率が大幅に向上しました。また、力を入れて取り組んできた屋内全面禁煙が実現し、福島市から『空気のきれいな施設』として認定されました。毎朝のラジオ体操では、深呼吸が以前より深く大きくなり、より一層リフレッシュできていると感じています。今後も仙台健康支援室と連携し、社員の健康意識向上にも努めてまいります。

当社は、従業員の健康を守るために、
2014年10月1日より
全職場の屋内喫煙禁止
とします。
ご理解とご協力をお願いします。



寿建設株式会社 安全衛生環境委員長

受動喫煙防止



毎朝のラジオ体操

ホームページ

<https://www.kotobuki-c.net/>

株式会社佐々木組

所在地 岩手県一関市山目字中野140—5

従業員数 124人

事業内容 総合建設業

(令和6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、多年にわたり、土健保の保健師さんより毎年保健指導を頂き、健康の大切さを経営者はじめ従業員も実感し、会社独自の健康づくりを実践してきました。

毎年の健康管理を通して、一人一人の従業員を大切にする弊社の企業理念は、従業員の健康を経営的視点から考え、戦略的に実施する「健康経営」と価値観を共有でき、健康経営を実践することで、より継続的な会社経営活動の活力と成長につながると考え、取り組むこととしました。

特に力を入れた取り組みとその効果

年に1度の生活習慣病健診は大変重要で、疾病を発見することで、早期に治療するきっかけとなり、生涯において大きな影響を及ぼすことがあります。弊社では所見があった従業員にできるだけ対面で声掛けをして、医療機関への受診を促すことを丁寧に行っていました。後日、感謝の言葉を頂くと励みにもなります。

また、メンタルヘルス対策として、予防から職場復帰後まで、きめ細やかな対応に努めています。男女2名の担当者による相談窓口を設け、職位・職種の垣根なく相談できる体制を作りました。相談担当者を1人に固定しないことで「相談しやすい」と社員からも好評です。休職者へは、病院の情報提供や休職中の状況確認を行うだけでなく、復職後もこまめに声掛けをしています。そのせいか、復職後も元気に働いてくれていると感じています。今後は、産業医からのメンタルヘルスについてのアドバイスを継続し、担当者も相談対応等をより一層レベルアップさせ、社員がもっと元気で長く働いてくれるよう支援したいと考えています。

さらに、感染症対策として毎年、産業医によるインフルエンザ予防接種を実施し、感染拡大の抑制に効果を上げております。



担当者間で創意工夫し健康管理を推進（密）



職場内での感染症対策

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りました。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/>

昭栄建設株式会社

所在地 岩手県盛岡市上堂4丁目11番8号

従業員数 68人

事業内容 総合建設業

(令和6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は2020年から始めました。きっかけは社長が禁煙を始めたところ体重が増加してしまい、生活習慣改善のためにマラソン挑戦を決意したところから始まります。また、社長は社員の健康診断や人間ドックの結果が思わしくないことを憂慮していたことから、社員を巻きこむ形でマラソン大会や登山などに積極的に参加する風土を造り上げて行くことになり、健康経営優良法人へと繋がることになりました。

活動の内容は、単に大会や登山に参加するだけでなく、社員のコミュニケーションをより活性化させるためにイベント参加費のほか懇親会の費用も会社負担として取り組んでいます。時には社長宅で大会打ち上げとしてバーベキュー大会を開催するなどして、社員交流や家族も参加して健康経営活動を年々活性化させています。

特に力を入れた取り組みとその効果

2024年問題となる残業時間の上限規制については、約3年前から社内で「働き方改革プロジェクト」を立ち上げ、毎月会議で残業時間削減に取り組んできました。一例として法制化される前から目標時間を設定して、総務部が時間管理を行い、超過しそうな社員の上長に注意喚起を行ったり、ノー残業デーや社内消灯時間の設定等を導入してきました。現場の繁忙度に合わせて応援要員を派遣する社内調整体制をつくるなどして、2024年4月にはしっかりと対応できるような形が出来上がりました。

また、女性から敬遠されがちな業界であることを認識し、働きやすい環境づくりにも力を入れています。女性座談会を開催してキャリア形成や育児の悩みを気軽に共有・相談できる場を提供したり、勤務日である祝日に子どもの預け先がない場合は一緒に出社して、事務所内に臨時のキッズスペースを設けて遊ばせるなど環境を整えています。

こういった取り組みの結果、厚生労働省が推奨する「くるみん」のほか「いわて女性活躍認定企業」「いわて子育てにやさしい企業」等の認定に繋がり、ワークライフバランスの向上に寄与しています。

なお、2024年7月から完全週休2日制／祝祭日も休みとしました。



「岩手山ろくファミリーマラソン」に参加



女性座談会の様子

ホームページ

<https://www.shoei-kk.co.jp>

株式会社鈴木工務店

所在地 山形県鶴岡市布目字宮田 163番地4

従業員数 38人

事業内容 総合建設業

(令和7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

工事を受注するにも、確実に完成させるにも、社員の健康が何よりも大切だと私たちは考えております。長年培ってきた知識や経験も、先進的な技術も、人間が扱うからには健康があってこそ。従業員の平均年齢が高くなるにつれて有所見率も高まる傾向が見られたことと、世間の健康志向の高まりもあり、健康経営を意識するようになりました。

仙台健康支援室の伴走のおかげで、2017年より継続して健康経営優良法人の認定をいただいております。認定ロゴがあるとお取引先や求職者との話題にもなり、地道な取り組みがイメージアップに繋がると感じています。

特に力を入れた取り組みとその効果

毎月管理栄養士さんからいただく食生活改善ポスターを、全社員の目に留まるよう社内SNSで情報共有したり、定例社内会議時に安全衛生担当者から、季節や健康診断結果に合わせた食事（食品）の選び方について、助言や提案をしたりしています。この取り組みで「日々の食生活がいかに大切か」の意識づけを図っています。

また、定期健康診断（人間ドックを含む）では、家族にも健康意識を高めてもらうため、扶養家族分の費用も会社が負担するほか、オプション検査の希望も会社で取りまとめており、気軽に検査しやすい環境づくりをしています。

健診自体に治療効果はありませんが、早期に異常に気づき、日常生活を振り返るきっかけになれば、健康増進につながると思いますので、これからも続けていきたいと考えております。



食生活改善ポスターの情報共有



事業所内で皆一斉に健康診断

ホームページ

<https://www.kksuzuki.jp/>

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 203人

事業内容 総合建設業

(令和6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。

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。

また、健康意識の向上を目的として、健康に関する情報を毎月1テーマ、社内イントラ掲示板で社員に配信しています。

運動にも力を入れており、運動機会を提供するため、施設利用料やスポーツ用品などを会社で負担し、社員が気軽に運動できるようにしています。毎年2回kencomのウォーキングイベントに参加していて、運動習慣のきっかけ作りと持続化を促すことができました。会社周辺清掃活動と組み合わせることで地域貢献にも繋がっています。



当社も協賛「いわて盛岡シティマラソン」



秋田駒ヶ岳登山

ホームページ

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

樋下建設株式会社

所在地 岩手県盛岡市下太田下川原100番1号

従業員数 98人

事業内容 総合建設業

(令和7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、従前から健康づくりの一環として朝のラジオ体操、ボウリング大会等の社内レクリエーションの実施、ノー残業デーの導入等の取り組みを行ってまいりました。

しかしながら、定期健康診断結果で要再検、精密検査、保健指導の該当者が多く、翌年の健康診断でも改善が見られなかったり、特定保健指導の受診率もなかなか上がらず、会社としての対策を検討してまいりました。

そんな中で健康経営優良法人認定制度を知り、社員が健康を意識し、いきいきと活躍できる環境作りと生産性の向上につながればとの思いで認定の取得に取り組み、2020年に初めて健康経営優良法人として認定を頂きました。

進めていく中での課題はありますが、今後も継続的に取り組み、社員のモチベーションアップを目指してまいります。

特に力を入れた取り組みとその効果

月1回発行の社内メルマガで健康支援に関する情報提供を行っており、社員の健康意識向上と、健康経営をもっと身近に感じてもらえるよう、努めております。

また、当社は「こころの健康づくり」にも力を入れており、社員が、ご家族と一緒に時間を過ごしながらか心をリフレッシュできるよう、自社所有の温泉保養所を開放しています。令和6年度は、社員とそのご家族を対象とした「家族会」のイベントも開催し、ゲーム大会や、みんなで囲む食事会を実施しました。和やかな雰囲気の中、社員同士やご家族とのコミュニケーションが深まり、職場とはまた違ったつながりを感じられる貴重なひとときとなりました。このような取り組みは、社員のストレス軽減だけでなく、ご家族の理解や協力を得ることにもつながりますので、続けていきたいと考えております。

今後も社員一人ひとりが安心して働き続けられる環境づくりを目指してまいります。



健康情報掲載の社内メルマガ



部署別対抗、盛岡名物わんこそば大会

ホームページ

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

中城建設株式会社

従業員数 45人

所在地 宮城県仙台市宮城野区幸町2丁目23-1

(令和7年7月末現在)

事業内容 総合建設業(大工・とび・土工内装仕上・水道施設各工事業)、不動産賃貸管理事業、不動産特定共同事業、保育園事業、農福連携事業

健康経営に取り組むようになったきっかけ

「会社にとって社員は大切な人財であるため、社員がいつまでも健康でいきいきと働ける職場環境を整えることが大事である」という思いから健康経営に取り組んでおります。

健康を重視することにより、人材定着率が向上したほか、医療費も抑制され、個人の負担軽減につながりました。

また、社員の健康状態やメンタルヘルスの改善の取り組みにより、業務のパフォーマンスもアップしています。

社員が働きやすい環境づくりとして、コミュニケーションがとりやすいよう工夫しており、社内行事や日常の出来事をSNSで発信し、世代を超えた良い関係づくりをサポートしています。

特に力を入れた取り組みとその効果

毎年恒例行事として定着した、どけんぼのウォーキングイベントと宮城県が主催している「歩数アップチャレンジ」に引き続き参加しています。また、業務に支障がない範囲で就業前や15時に「いきいき健康体操」やストレッチを行うことで、座りっぱなしや運動不足の解消に努めています。最近は「ゴルフをやってみようの会」を発足させました。仕事帰りや土曜の朝など、希望者を募って練習しています。経験者が初心者进行指導するなど、運動による健康促進だけでなく、リフレッシュ、コミュニケーションの活性化にもつながっています。

さらに、食生活の改善の取り組みとして、チケットレストランという食事補助専用の電子マネーを導入し、朝食の大切さや、いつものお昼にもう一品追加することを呼び掛け、利用を促しています。



適宜体を動かすことで運動不足の解消に



未経験者もベテランから指導を受けて挑戦！

ホームページ

<https://nakashiro.co.jp>

株式会社中舘建設

所在地 岩手県二戸市米沢字荒谷30-5

従業員数 54人

事業内容 総合建設業

(令和7年6月末現在)

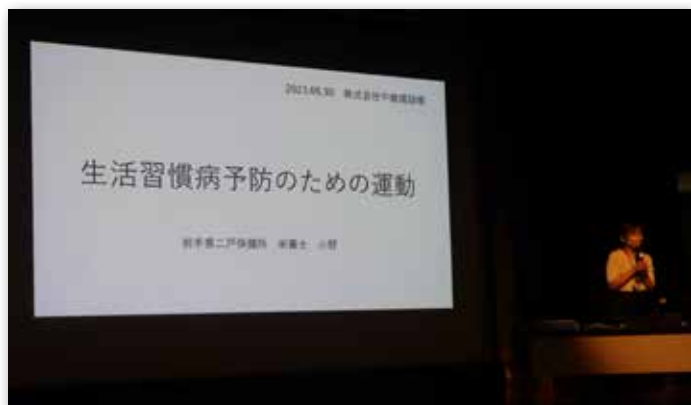
健康経営に取り組むようになったきっかけ

3年程前から中高齢の従業員が多くなり、先入観や見落とし、注意力の低下や判断ミスなどのヒューマンエラーが多発し始めてきた。また、人材が慢性的に不足しており、残業や休日出勤も高い水準で、有給休暇取得率も低かった。

こうしたことから、従業員のモチベーション・身体・メンタルの状態が悪くなることが懸念されたため、この状態を打破するため、従業員に寄り添った健康経営を組織的に取り組み、実践していかなければならないと思った。

特に力を入れた取り組みとその効果

安全衛生委員会が中心となり従業員の心と体の健康保持増進のための活動を行っている。特に受診勧奨には力を入れており、健診結果に基づいて、所属長や健康管理担当者から再検査・精密検査の対象者全員へ、受診するまで声掛けや文書での勧奨を行い、受診率向上を図っている。また、仕事と家庭の両立を支援するため、「ノー残業デー」と有給休暇取得率向上・時間外労働の削減にも取り組んでいる。毎週水曜日は「ノー残業デー」とし、水曜日の夕方には、PCの電源を切るよう声掛けをし、社内から退社してもらい残業をしないようにしている。また、取得率向上のため、上司が率先して取得するよう努めたところ、全体の取得率も年々向上している。さらに、社員旅行に毎年行くようにしたところ、職場での情報共有やコミュニケーションが円滑になり、チームワークがより強化された。「いわて女性活躍認定企業ステップ2」(R3.10.25付)及び「いわて子育てにやさしい企業」(R3.12.21付)の認定も受け、日々目標に取り組んでいる。



安全衛生大会の様子



鹿児島方面への社員旅行

ホームページ

<https://nakadate-k.com/>

株式会社ネクスコ・エンジニアリング東北

所在地 宮城県仙台市青葉区花京院2-1-65 いちご花京院ビル13階 **従業員数** 630人

事業内容 高速道路の保全点検業務

(令和7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

当社の使命は、高速道路の健全性を維持し、常に最高の状態にしていくことです。この社会的使命を高いレベルで達成するためには、これらを支える社員の健康を保持・増進し、生産性を高めていくことが非常に大切です。

そのため、平成27年から常勤の看護師を配置し、産業医と連携して社員の「心身の健康」をサポートしています。また、健康経営を推進するための体制を整備し、会社全体で健康経営に取り組んでいます。

これらの取り組みが評価され、「健康経営優良法人(中小規模法人部門)」に5年連続で認定されました。さらに、認定法人のうち上位500法人となる「ブライト500」も昨年に続き2年連続で認定を受けました。

特に力を入れた取り組みとその効果

①当社の健康経営における基本方針・推進体制・具体的な数値目標等を整理した「健康白書」を毎年作成し、健康課題の明確化と取り組みの強化を図っています。今後もPDCAサイクルを回しながら、目標達成に向けて継続的な改善を行っていきます。

②運動習慣率の低さと肥満率の高さという課題に対し、新たな施策として社員が運動の必要性に気づき、行動変容を促すことを目的に、マルチ周波数体組成測定会、健康講話、実技を組み合わせたイベントを全拠点で実施しました。その結果、運動無関心層の約7割に意識の変化が見られ、行動変容が期待される結果となりました。ウォーキングイベントへの参加促進も継続しており、運動習慣率は年々上昇しています。

③喫煙率の低下のために、喫煙に対する意識調査、トップメッセージの発信、喫煙関連の情報提供、外部禁煙プログラムへの参加促進、禁煙支援士による個別支援の継続など、様々な施策を実施しました。その結果、喫煙率は微減しましたが、依然として全国平均を上回っている状況のため、引き続き喫煙対策を推進していきます。

今後も会社と社員が一丸となって、健康経営に取り組んでいきます。

ネクスコ・エンジニアリング東北
健康白書
2025



健康白書を毎年作成しています



健康行動促進イベントの様子

ホームページ

<https://www.e-nexco-engito.co.jp/vision/health/>

株式会社橋本店

所在地 宮城県仙台市青葉区立町27番21号

従業員数 196人

事業内容 総合建設業

(令和6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

健康経営に取り組む会社の増加を受けて始めた健康経営優良法人の申請でしたが、実際に申請をしてみると、今まで会社で取り組んでいた事が健康経営の項目に該当しており、特別何かを始めたというものはほとんどありませんでした。普段から“健康経営”として意識をしていなくても、社員の事を考えて取り組んでいたら、結果的に“健康経営”という潮流に乗っていたという印象です。しかしこれからは、より積極的に、社員一人一人の健康意識の更なる向上を目指した取り組みをしていかなければ、社会に取り残されてしまう、そんな雰囲気を感じています。

引き続き、社員の健康管理と健康教育をしっかりと行い、社員も会社も健康で優良になれるよう、頑張っていきたいです。

特に力を入れた取り組みとその効果

健康診断の再検査の受診勧奨をしており、受診費用を会社負担としています。社員への周知を図る事により、受診率を上げて、再検査受診の重要性を理解してもらいたいと考えています。

「8・8・8ルール」と題し、8時間「仕事」、8時間「睡眠」、8時間「自分の時間」の取り組みをしています。仕事面、健康面、家庭面のバランスを取り、社員がより充実した人生を送れるようにサポートしていきます。

食生活改善の取り組みとしては、毎年健康診断時に、野菜不足チェックができる「ベジチェック測定」を全社員に行っています。定期的な測定で、数値の変化をチェックしています。今後も“食生活の面からも社員の健康意識向上を図る”取り組みを継続していきたいです。



「8・8・8ルール」



健康診断時にベジチェック測定と健康相談

ホームページ

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

林興業株式会社

所在地 福島県いわき市植田町根小屋65番地の1

従業員数 27人

事業内容 建設業

(令和7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

弊社が健康経営の必要を感じたきっかけは、社員の高齢化です。貴重な人材を守るためには、一人ひとりの健康意識を高めることが重要であると感じ、経営的視点からも健康づくりを推進している健康経営の考え方と一致しました。経営者と従業員が共に健康づくりに取り組むことは、会社全体の健康知識が高まるだけでなく、コミュニケーションも生まれ、心身の充実や働く意欲に影響し、働きやすい環境づくりにもつながります。社会の状況は刻々と変化しており、労務・健康管理者も頭を抱える場面が多くありますが、健康経営の知識を拠り所としながら、今後の方向性や問題点について考えることが出来ています。建設業界全体が抱えている慢性的な人手不足を乗り越え、未来につなげるためにも、健康経営の考え方を上手に取り入れた健康づくり活動を続けて行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

生活習慣病予防のため、定期健診時には、より検査項目の多い人間ドックを受診するよう促し、会社が費用補助を行うほか、様々なオプション検査もお勧めしています。健診事後指導の重要性を考えて、就業時間内に保健指導が受けられるよう配慮し、職場環境も整備しました。感染症対策においても、就業時間内に医療機関を受診することを可能としているほか、予防接種後の休暇制度を設けるなどして接種を促しています。なお、社内には検温・消毒を設置して感染拡大防止に努めています。また、健康講話、栄養の啓発ポスター掲示、声掛けなど、日々の健康指導も積極的に行っています。

新たな取り組みの「社内禁煙」では、市の「空気のきれいな施設」の認証を受けることができました。「望まない受動喫煙のない環境づくり」を目指して、ポスターの掲示や配布を始めとした喫煙者へのアプローチも続けていきます。



健康講話で丈夫な体を作る食事を学びました



環境を整備して「空気のきれいな施設」認証

ホームページ

<http://hayashi-kougyou.co.jp>

株式会社平野組

所在地 岩手県一関市竹山町6番4号

従業員数 116人

事業内容 総合建設業

(令和7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

社員の高齢化に伴い、有所見率が高くなり、疾病を患う社員も増えてきました。疾病があると社員自身にも負担がかかり、生産性の低下や病欠の補填などの問題も発生してきます。

そこで、社員の健康は会社の健康という考えのもと、弊社の経営指針で健康経営を謳うようになり、本格的に取り組む事となりました。

まずは長時間労働の是正と、少しでも健康に気を付けてもらうために運動機会の増加・喫煙率の削減を目標としています。

特に力を入れた取り組みとその効果

弊社では長年にわたり、全国土木建築国民健康保険組合様のご協力のもと保健指導・特定保健指導に力を入れてきました。

毎年、定期健康診断の際に保健師さんに来て頂き、全員に保健指導を実施しておりましたが、コロナ禍で難しくなりました。しかし、土健保仙台健康支援室様に対象者を選定して頂いたうえで、弊社側で日程調整をし、リモートにて保健指導を継続して実施しています。

また、血圧の高い方が多いため、社内に血圧計を設置して、いつでも自由に測れるようにしたり、社内報に健康情報を掲載したりして、社員が自分で健康管理できる環境を作っています。

成果としましては、社員の健康管理意識の向上が見られ、有所見者が減少してきました。



社内に血圧計設置

株式会社深松組

所在地 宮城県仙台市青葉区荒巻本沢二丁目18番1号

従業員数 111人

事業内容 特定建設業・不動産賃貸業

(令和7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す。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、長年にわたり従業員のスキルアップを支援してきましたが、健康増進の取り組みはあまり進んでおらず、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です。従業員が健康でなければ、十分な力を発揮できず、会社の業績に影響を及ぼす可能性があります。その為、従業員とその家族の健康をしっかりとケアすることは、会社にとって重要な課題だと考えました。

「会社=人」という考えのもと、健康管理の意識を高め、従業員とその家族が心身共に健康でいられるよう、健康経営に取り組んでいます。創業100周年を迎えた今、これまでの歩みを大切にしながら、未来に向けて従業員とその家族の健康を支えることが、企業の持続可能な成長に欠かせないと考えています。

特に力を入れた取り組みとその効果

当社では、こころとからだの健康保持・増進に特に力を入れています。定期的に管理栄養士を招いて推奨野菜摂取量測定「ベジチェック」等を実施し、従業員の健康管理に対する意識を向上させています。また、スポーツ大会への参加を通じて運動機会を増やし、社員同士のコミュニケーションを促進することで、こころの健康にもつながっています。さらに、仙台市や民間の福利厚生サービスに加入し、従業員とその家族へのケアを拡充しました。これにより、「家族の時間が増えた」という声も聞かれます。加えて、当社では、全従業員を対象に業務災害総合保険に加入しており、ケガや病気（業務外を含む）、「がん」になった場合でも、手厚い補償が受けられるプランを採用しています。さらに、ケガや病気で働けなくなった従業員の収入ダウンを長期にわたり補償する「GLTD保険」にも加入し、従業員の不安を軽減しています。これらの取り組みの結果、健康意識が高まり、保健指導の人数が減少し、自主的に人間ドックを受ける社員も増加しました。

全社的に健康づくりに取り組むことで、社内の一体感の構築も期待できるため、これからも健康経営を続けていきたいと考えています。



MIFA フットボール大会



スポーツ交流会の様子

ホームページ

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

株式会社復建技術コンサルタント

所在地 宮城県仙台市青葉区錦町一丁目7番25号

従業員数 420人

事業内容 建設コンサルタント

(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

弊社社長の菅原が就任した際、経営の柱として掲げた三つの方針のうちの一つが「健康経営」でした。何事も体が資本であり、社員にはまず心身ともに健康であって欲しいという思いが込められています。

そして、健康経営優良法人認定に挑戦したのは、その方針実現への取り組みを対外的にも認められるものにしようと考えたからです。

健康経営への取り組みは、特に若い方からの企業イメージアップにつながるのは勿論、社員に対するメッセージでもあります。弊社のような建設コンサルタントは人がすべて。社員の技術力と経験が資産かつ商品だからこそ、健康に留意して欲しい。その思いを発信することが大事だと考えています。

特に力を入れた取り組みとその効果

弊社では、定期健康診断でメタボ判定となった社員全員に特定保健指導を受けさせています。これをきっかけに食生活の見直しや自転車通勤に切り替える社員もあり、徐々にではありますが意識が変わってきたようです。また、土健保さんと「ベジチェック」を実施し、社員の野菜摂取不足の自覚を促しました。禁煙対策では、従来から分煙や喫煙時間を設けるなど受動喫煙対策を行っていましたが、2018年からは禁煙外来治療費補助金制度を導入し、2021年に漸く第1号の申請がありました。今後もっと申請者が増えるようPRしています。感染症対策では、土健保さんの協力の下、『手洗いチェッカー』で感染予防の基本である手洗いがきちんと出来ているか確認しました。参加者からは「念入りに洗ったはずなのに意外に汚れている」と驚きの声。改めて手洗いの難しさ・大切さを学びました。長時間労働対策、ワークライフバランス推進では、WLB推進委員会を設置し、研修、工程管理方法の見直し、業務効率化検討、コミュニケーションの活性化などに取り組んでおり、定期的な報告会で好事例を水平展開しております。



手洗いチェック。結構汚れ残ってます。



ベジチェック中。野菜摂れていますか？

ホームページ

<https://www.fgc.jp/csr/employee/index.html>

堀江工業株式会社

所在地 福島県いわき市平字尼子町60番地の1

事業内容 **総合建設業**

従業員数 100人

(令和7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

健康づくりに力を入れるそもそものきっかけは土健保の管理栄養士さんからの勧めで、初めの頃は社員各自に健康診断の結果から健康状態を把握してもらい、健康を守る程度でした。

しかし、経験豊かな技術者が大病で長期休業するという出来事があり、人数的に補充は出来ても、巧みな創意工夫・判断力・統率力などは到底補えないものがあることを痛感しただけでなく、その方が養っている家族のことも、会社の皆が心配しました。

この経験から、『健康経営』で会社と社員が共同で健康づくりを行う事は必要不可欠で、それにより双方がベストな方向へ進んで行けると確信しました。

超高齢化社会が到来し、働かねばならない年齢も上がって来るにつれ、不健康状態では、個々の生活だけでなく、会社経営の維持も難しくなることが懸念されます。

従業員一人ひとりの健康管理に加え、積極的な職場環境改善と健康増進の取り組みを行うのが最善であると考え、今日に至っています。

特に力を入れた取り組みとその効果

健康増進の柱の1つとして、食生活の改善に力を入れています。野菜摂取の重要性を知ってもらうため、保険組合の健康支援のもと、健診時に推定野菜摂取量測定「ベジチェック」や握力測定、アンケート調査を実施し、日頃の野菜摂取等の努力が実感できるものとして好評でした。

健診の事後措置としては、要再検査等の受診勧奨を文書で行い、「受診報告書」を提出してもらい、受診率を確認しています。

また、肥満や高血圧の従業員が多いため、特定保健指導・事後指導対象者へ声掛けを行い、積極的に受診しています。



健診時に
行われた
握力測定

令和 年 月 日
 岡山大学保健衛生学
 部 保健学管理室

**一定距離接触等者の結果における医療機関受診
 (再)検査受診及びその報告についてのお知らせ**

皆様、皆様や大勢の仲間と一緒して、保健調査(調査員)を行っている事になります。
 過去に実施した1検時及び2検時の文書送付通知、ご協力をお願いしました。

さて、近所の自治体の保健事業により、では一定距離接触者等の再検査及び
 保健調査を兼ねて行う「**再検査・保健調査(再)検査**」という取り組みが実施されます。
 再検査とは、既に1回検査を受けた方が、再度検査を受ける事です。
 既に1回検査を受けた方も、**1回検査・保健調査(再)検査**という取り組みの対象のみにあてられ
 ています。では保健機関で受診し、その結果について下記にて報告をお願いいたします。
 また、該当する方のみの**結果通知・結果送付**にお願いいたします。

● 本通知、再検査等の再検査と保健に力をつけて安全に過ごしていただきます。
 ● 結果通知や検査結果については、**匿名**でお願いします。

受 診 報 告 書	
令和 年 月 日	住所
以下の当てはまる番号を○で囲み、必要事項を記入してください。	
1. 再検査等の申請について医療機関で受診し、治療の必要はなかった。	月 日 住所
2. 再検査等の申請について医療機関で受診し、治療(通院)が必要だった。	月 日 住所
再検査した医療機関名	
3. 再検査等の申請については、以前からの療養中である。	
4. まだ受診していません。(理由と受診予定月日も記入)	
理由:	受診予定 月
5. 受診しませんでした。	
理由:	

要再検査等の
受診勧奨通知・
受診報告書

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 325人

事業内容 総合建設業

(令和7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、増進への取り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として、実施場所の提供及び就業時間内の実施を推進しています。

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、満40歳、50歳、60歳となる従業員と被保険者であるご家族を対象に、会社で自己負担分を全額補助しています。

令和6年度は、健康増進とコミュニケーション促進を目的として、従業員と家族が一緒に参加できる「新体力テスト」を実施しました。シャトルランなど計6種目の計測やドッジボール等を行い、楽しみながら運動できるイベントとなりました。

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、取組、事業所内（屋内）禁煙とします。
- ・ 2025年度までに喫煙率35%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。

従業員の健康保持・増進に関する取り組みの推進者に、衛生部会（健康づくり推進者）を任命します。

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



従業員の健康に対する意識も高まりました。

家族も一緒に楽しく「新体力テスト」

ホームページ

https://miyaginet.sakura.ne.jp/miyagi_co/

山形建設株式会社

所在地 山形県山形市清住町1丁目2番18号

事業内容 総合建設業

従業員数 151人

(令和7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

当社は、山形県を中心に総合建設業として建築工事、土木工事、舗装工事を営んでおります。これまで社員の健康管理はもちろんのこと、当社の現場で働くパートナー企業の作業員の健康管理についても積極的に取り組んで参りました。

健康経営に取り組むきっかけは、全国土木建築国民健康保険組合様より健康経営に関する情報提供を頂き、その趣旨に賛同して社員の健康管理を推進することにより、生産性の向上を目指していきたいとの思いからでした。

特に力を入れた取り組みとその効果

仙台健康支援室の協力のもと、定期健康診断の際に推定野菜摂取量測定「ベジチェック」を行っております。野菜摂取量を見える化することで従業員に自身の食生活を見直してもらい、生活習慣病などの予防に役立てています。

また、従業員がいつでも自身で健康状態が確認できるよう、社内に血圧計と体重計を設置しています。毎日血圧測定を行う社員が少しずつ増えていて、健康意識向上に役立っています。今後も健康管理アプリ導入や健康イベント開催を予定しており、社員の健康増進に積極的に取り組んでいきます。



ベジチェックの様子



血圧計・体重計の設置

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 109人

事業内容 総合建設業

(令和6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

社員の労働時間改善に向け、完全週休二日制導入や残業が多い社員への声掛け、有給休暇の推奨、ノー残業デーの設定など、勤怠管理システムを導入して長時間労働対策に努めています。こうした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社内意識が醸成されました。

また、毎年新入社員への禁煙セミナーや希望者へ禁煙治療全額負担などの禁煙に対する取り組みを行っています。

さらに、運動の推進として、地元マラソン大会参加費用の負担や、社内で野球やサッカーイベント等を開催しています。姿勢の改善やエクササイズの効果への期待から、バランスボールも導入して希望者に椅子の代わりに利用してもらっており、運動が苦手という方にも好評です。

社員のヘルスリテラシー向上のためには、月に一度「健康だより」を作成・発行し、日常生活で手軽に取り入れる事ができる健康づくりの情報発信を行っています。

今後は食育の分野にも力を入れ、ヘルスアップチャレンジ助成金を活用したベジチェック測定を計画中です。野菜摂取量を見える化し、食育情報の提供を行うことで、どのくらい数値が改善されるか試しながら、取り組んでいきたいです。



バランスボールを導入しています！



月1回の
弊社オリジナル健康だより！

旭建設株式会社

所在地 千葉市中央区川崎町 1-39

事業内容 総合建設業

従業員数 89人

(令和7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4月頃、健康支援室からのご案内とサポートがきっかけで、翌年2018年より継続認定を得ることができています。ちょうど採用強化を行っていく中で、他社との差別化に悩んでいた時期でもあり、健康経営の推進が、企業PR としても利用可能との考えが背中を押してくれました。全額会社負担での人間ドックの受診や、産業医を招いての予防接種、掲示板や社内報を通しての情報共有等、社員が自身の健康に意識を向けられる施策を検討・実施してきました。コロナ禍、難しい局面が続きますが、社員の健康を守る視点を大切に、良い「変化」に努めて参ります。

特に力を入れた取り組みとその効果

各種 IT ツールの導入により、移動時間や作業時間の短縮を叶えました。情報共有が容易となり、業務効率と正確性が向上しています。どこにいても現場の様子がわかるようになり、書類作成や事務作業にあてる時間が確保できるようにもなりました。職責が上がっても3年前より約15hr 残業時間が減り、平均時間外労働時間が42hr 程度となった者もいます。コミュニケーションツールとしてLINE WORKS を利用することで、若手が気軽に上長へ相談できるようになり、世代間格差の解消や伝達漏れ等も減少し、現場間の好循環と社員のモチベーションアップへも繋がっています。



2025 年度個人目標を掲示



平均年齢 60 歳の部署でも DX 進めています

ホームページ

<https://www.asahikensetsu.com/sdgs/>

味の素エンジニアリング株式会社

所在地 東京都大田区蒲田5-13-23 TOKYU REIT蒲田ビル2階

従業員数 187人

事業内容 食品工場建設・改修

(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

少子高齢化による生産年齢人口の減少により、労働力不足が顕在化しており、有能な人材確保のための競争が激しくなっている。

労働力確保のために従業員の雇用延長等を積極的に図らなければならない状況下であるが、高年齢になるにつれ、様々な疾患に罹患するリスクも高くなり、従業員の健康状態の悪化は企業の生産性を低下させることにつながる。更に、求職者からは、魅力のない企業と映り、人材の定着率の悪化等、有能な人材の確保にも悪影響を及ぼす可能性がある。

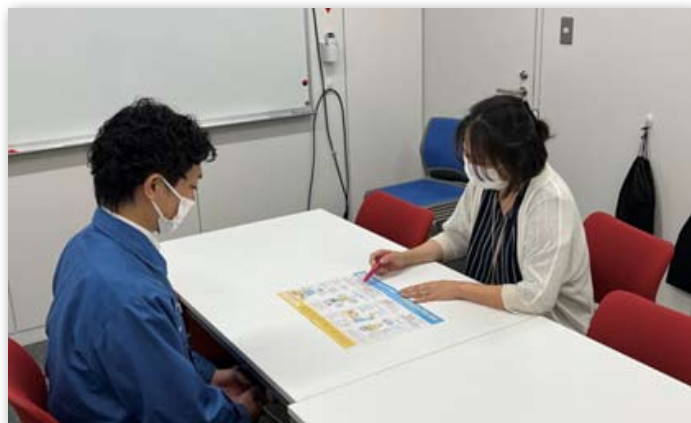
増加し続ける国民医療費は、健康保険組合等の財政悪化を招き、結果として健康保険料の上昇という形で企業負担の増加につながっている。このような企業負担の増加や生産性の低下を防ぐためには、健康保険組合や従業員に、個人やその家族の健康保持・増進の取り組みを委ねるだけでなく、企業が従業員等の健康保持・増進に主体的かつ積極的に関与する必要が生じていると感じた。

また、味の素(株)が健康経営優良法人(大規模法人部門)～ホワイト500～に認定されていることに伴い、味の素グループとして健康経営に取り組むこととなった。

特に力を入れた取り組みとその効果

通年の健康診断後に社員全員が保健師または産業医と面談を行うようにしている。面談を行うことで健康診断結果の確認だけでなく、常に自身の健康状態を把握し、日常でも健康に留意して生活できるような意識付けを行っている。あわせて高残業者には疲労度アンケートを行い、業務の負荷状況・職場環境・健康診断結果を合わせ、総合的かつ継続的な健康管理を実施している。これにより安心して業務ができる環境を作ることができていると感じている。

2020年以降、新型コロナウイルスの影響で様々な生活様式の変化がある中で、テレワークを導入し通勤時間での感染リスクを削減することに積極的に取り組むとともに、出社時も安心できる職場環境作りを行う(パーティションやアルコール消毒液の設置他)など、コロナウイルス対策に力を入れてきた。結果として、職場内クラスター発生を防止し、重篤化した従業員も無く、ここまで乗り越える事ができた。また、これを機に、更に社内におけるテレワーク可能な働き方改革も加速し、ワークライフバランスの向上につなげることができた。



希望により、
面談をする準備
を整えています。

空気清浄機・
二酸化炭素濃度計
の設置



株式会社 安藤・間

所在地 東京都港区東新橋 1-9-1

事業内容 総合建設業

従業員数 3,332人

(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。

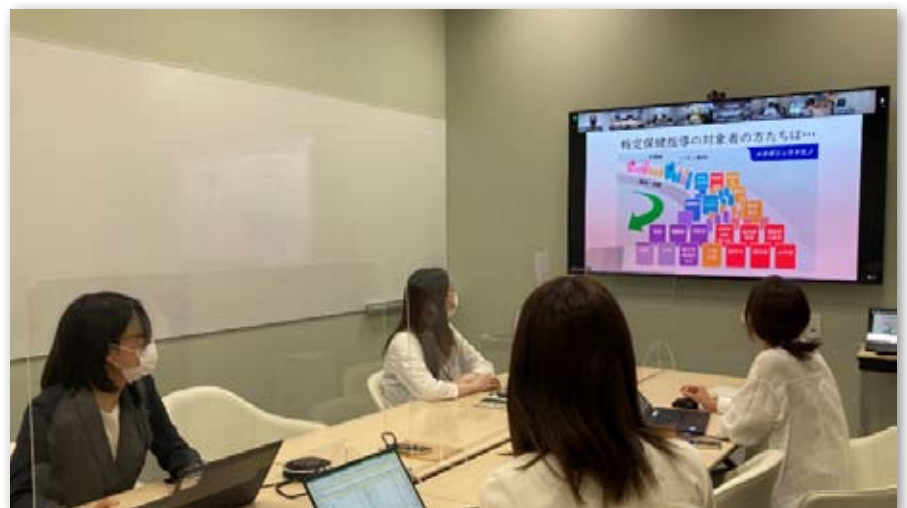
特に力を入れた取り組みとその効果

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
「みんなで歩活」

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/>

株式会社大林組

所在地 東京都港区港南2丁目15番2号

事業内容 国内外建設事業、エンジニアリング事業、開発事業、
グリーンエネルギー事業、新領域ビジネス

従業員数 9,386人

(令和7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

当社は、社員一人ひとりが自らの能力を最大限に発揮するためには、心身ともに健康であることが重要であると考え、健康経営を人材マネジメント戦略の重要な位置づけとし、次のような健康経営方針を制定しています。「大林グループは、社員とその家族のウェルビーイングの実現に向けて、働きがいのある職場環境を整備するとともに、心身の健康改善・保持・増進への取り組みを支援します。」

健康経営に取り組むことは、社員の幸福度を高めるだけでなく、企業全体の持続可能な成長にも寄与します。社員が健康であることは、企業のみならず、社会全体にも良い影響を与えると確信しています。

健康経営方針を実現するためにさらなる取り組み、改善をおこなっていきます。

特に力を入れた取り組みとその効果

2024年度より、社員の健康意識の醸成とヘルスリテラシーの向上を図ることを目的とし、健康診断の受診が始まる1月を「健康月間」と決めました。健康に関するeラーニングの提供・健康測定会（ベジチェック®など）の実施、野菜摂取量を意識した食堂メニューの提供、健診会場での健康動画再生などを行いました。ベジチェック測定会は、東京健康支援室にもご協力いただき、たくさんの方が参加しました。実施後のアンケートでも「健康を考える良い機会になった」「今後も続けてほしい」「次の開催は？」「測定会がきっかけで測定器を購入し、運動を始めた」など、健康に対して関心が高まったコメントが多くみられました。今後も継続的に健康の改善・保持・増進への取り組みを実施していきます。



1月に実施した測定会のポスター



ベジチェック® 測定会の様子

株式会社大廣工業

所在地 新潟市東区臨港町二丁目 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

鹿島建設株式会社

所在地 東京都港区元赤坂 1-3-1

従業員数 8,854人

事業内容 建設事業、開発事業、設計・エンジニアリング事業ほか

(令和7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

2006年に着任した本社の現産業医は、健康管理センターにおける医療活動の充実を図るとともに、全国に散らばる支店や工事事務所に頻繁に出向き、全社的な健康管理活動の推進に注力してきた。その過程で、事業所が全国に散在し、多数の工事現場を抱えるという当社の特性から、社員全体の健康管理を大きく前進させるには、従来の方法だけでは限界があることを痛感していた。このような状況下、「従業員の健康保持・増進のための取組みは将来的に収益性等を高める投資である」とする健康経営の概念を取り入れることで、全社が一丸となって社員の健康の保持・増進を一層進めることができるものと確信し、健康経営の必要性を広く説くようになった。このような経緯により、2015年より本格的に健康経営に取り組むようになり、その後、グループ企業やサプライチェーンに対しても、健康経営に関する啓蒙活動を広く展開している。

特に力を入れた取り組みとその効果

【健康増進 生活習慣病対策・食生活の改善】

現場勤務の社員が多いため、日常的に野菜摂取量の不足や食事バランスの乱れが懸念されることから、本社および首都圏支店・現場の社員を対象に定期健康診断の会場にて「ベジチェック測定会」を開催した。測定会には約700名以上の社員が参加し、「コンビニ食を上手に活用する方法」や「1日における効率的な野菜の摂り方」など、一人ひとりに対してフィードバックを行った。特に現場勤務の社員については、普段コミュニケーションを取る機会が限られているため、ベジチェックを通じて健康リテラシーの向上、および、保健師・看護師の顔を覚えてもらう良いきっかけとなっている。また、首都圏以外のエリアについては、各エリア担当者と連携し、社員の健康増進の促進などについて意見交換会を開催している。加えて、本社の産業医・保健師が各エリアの支店・現場に赴き、衛生講話や面談を実施し、全社的な取り組みを推進している。



現場での講話の様子



ベジチェック測定会の様子

ホームページ

健康経営 | サステナビリティ | 鹿島建設株式会社

鹿島リース株式会社

所在地 東京都港区元赤坂1丁目6番6号 安全ビル16階

従業員数 61人

事業内容 物品賃貸業

(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

健康経営優良法人認定制度を知ったことがきっかけです。当社では従業員数の関係から、2015年度より衛生委員会の運営が始まり、毎月の委員会開催によって会社、社員ともに少しずつ健康意識を高めてきました。2017年度の健康経営優良法人認定制度追加募集の際、それまで行っていた取り組みが同制度の認定項目に該当することを知ったため、当社でも健康経営に取り組むことができるという自信に繋がり、健康経営として積極的に取り組むようになりました。また、組合健康支援室に相談させていただいたところ、丁寧にサポートしていただけたことも大きな後押しとなりました。

特に力を入れた取り組みとその効果

社員の健康増進、生活習慣病予防を図るため、社員の健康教育に特に力を入れました。定期的な健康セミナーの開催や保健指導の実施、社内ポータルサイト及びコミュニケーションツールを使った情報提供を行っています。社員の健康課題に合った教育を行うため、組合から届く健診分析結果や社内アンケート等を活用し、また、当社の健康課題を共有している組合保健師、管理栄養士による様々なセミナーを開催してきました。これらを継続することで、会社の健康経営に関する取り組み姿勢や社員の健康に対する意識の向上に繋がっていると感じています。



組合保健師による動画でチェアヨガを実施



組合管理栄養士による栄養指導を実施

ホームページ

<https://www.kajima-leasing.co.jp/recruit/torikumi.html>

カジマ・リノベイト株式会社

所在地 東京都新宿区住吉町1番20号

従業員数 91人

事業内容 総合工事業

(令和7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

もともと「会社の成長や生産性向上は社員の健康から」という組織としての考えがあって、そこに土健保の健康支援室担当者の勧めが契機となって健康経営に取り組みました。

従業員の生活を健やかなものにするためには、会社が健康であることが必須であり、その為にも、従業員が心身ともに気持ちよく働ける環境を整えることで生産性の向上を図り、良いスパイラルを生み出しています。

現在は、会社のホームページでも社員が心身ともに元気に働ける事業所を目指して、健康づくりに取り組むことを宣言し、社内外にアピールしております。

特に力を入れた取り組みとその効果

本社は中高年齢層の従業員が多く在籍していることもあり、「高血圧による健康リスク管理」に取り組み、血圧測定器を設置しております。また「時間単位での年次有給休暇制度」を導入しているため従業員が通院しやすい環境等を生みだし、高血圧などの慢性疾患を抱える従業員にとって、定期的な医療機関へのアクセス時間の確保に役立っております。

予防対策にも力を入れており、感染症への予防対策として各フロアの出入口前や執務室内の各要所に非接触自動アルコール消毒器を設置し、会議室等の個室には空気清浄機を設置しております。

また、熱中症予防対策として、熱中症対策飲料の提供や暑さ対策用作業服を支給しております。



血圧測定器を設置



非接触自動アルコール消毒器を設置

ホームページ

<https://www.kajima-renovate.co.jp/news/news-579/>

株式会社かたばみ

所在地 東京都港区元赤坂1-5-8

従業員数 155人

事業内容 緑化造園工事、保険代理業

(令和6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年よりヘルスアップチャレンジを継続しています。当時から健康診断の受診率は100%でしたが、有所見率が平均より高く再検査や特定保健指導の対象者が多いことが課題でした。そこで、土健保からの分析結果資料の提供を受けたことをきっかけに、会社として社員の健康維持・増進への支援に取り組み始めました。

現在の施策としては、①健康増進・生活習慣病対策 ②おとなの食育 ③感染症対策 ④運動の推進 ⑤こころの健康づくり ⑥治療と職業生活の両立支援 ⑦女性の健康保持増進 など、幅広く実施しています。

また、毎年、土健保の健康支援室による健康講話を実施し、運動や食育など、社員の健康リテラシー向上につながるテーマを取り上げています。

今後もより働きやすい環境を整備し、社員の健康と企業価値の向上を目指し、健康経営を意識した取り組みを継続していきます。

特に力を入れた取り組みとその効果

社員の健康増進生活習慣病対策として、さまざまな施策に取り組み、疾病予防や早期発見に努めています。

・再検査の費用補助と休暇制度の導入

有所見率が高いことが課題のため、自身の健康管理や意識向上を目的に一部の費用補助や再検査のための休暇制度を導入しています。

・婦人科検診の費用補助

女性社員を対象に偶数年にあたる年は、土健保補助と会社補助で検診費用を実質無償化としています。

・2日ドックの受診設定

節目年齢(40・50・60歳)の定期健康診断は、全額会社負担で2日ドックを受診可能としています。

・ウォーキングイベント「歩活」への参加

社内で参加者を募り、チームを組んで参加しています。8,000歩達成日数に応じて表彰し、日頃の運動不足の解消と運動機会の創出をしています。

社員一人ひとりが自身の健康を見直し、生活習慣を改善するきっかけ作りや情報提供を行い、より働きやすい就業環境となるよう会社として支援を継続していきます。



土健保の健康支援室による健康講話の実施(2023.11)



ベジチェック測定

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

株式会社クリエイトセンター

所在地 新潟県新潟市中央区川岸町2丁目8番地1

従業員数 39人

事業内容 建設コンサルタント業

(令和6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

建設コンサルタント業を営む我が社は健康に不安を感じ始める40～50代の割合が多くなっています。若手社員も含めて社員一人一人が心身共に健康で長く働けることが会社の健康経営につながると考え、健康意識を高めるために、ヘルスアップチャレンジに参加することにしました。また保険組合から「健康経営優良法人」制度について助言をいただき、認定を受けました。

これをきっかけに会社と社員が一体となって、継続的な取り組みを毎年増やしていこうと考えています。

特に力を入れた取り組みとその効果

- ・受動喫煙防止対策として社内にあった喫煙室をなくし、リモートルームに改装しました。また、喫煙所は屋外の指定場所に移動したことで、喫煙室前を通ると気になっていたタバコのニオイや壁の汚れが解消されてクリーンな環境が整いました。
- ・健康診断受診率は毎年100%を達成しています。当社では30歳以上の社員は人間ドックを受診可能とし、費用は会社が全額負担しています。人間ドック受診日は特別休暇を付与しています。また、健康診断受診後に再検査や治療が必要な社員には担当者が受診を促します。
- ・インフルエンザ予防接種費用は保険組合の補助額との差額を会社が負担し、感染症予防に努めています。
- ・毎日朝礼時と昼休憩後にラジオ体操を行っています。朝は体をシャキッと目覚めさせ、昼はデスクワークで凝り固まった体をほぐし、眠気予防にもなります。ボタン一つでラジオ体操の音楽が流れるブタの人形を使用して楽しい運動習慣にしています。



喫煙室をリモートルームに改装



ラジオ体操の音楽を流す電池式のブタの人形

ホームページ

<https://www.ngk-center.co.jp/>

清水建設株式会社

所在地 東京都中央区京橋三丁目 16-1

従業員数 10,494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

「人生100年時代」の到来や更なるグローバル化の進行を見据えたとき、人財の多様化とともに、誰もが安心して長期的に活躍できる環境の整備が必要であり、その基盤は、従業員の心身の健康であると考えています。当社は、中期経営計画の重点戦略の一つとして、従業員一人ひとりの働きがいの向上に焦点を当て、KPIとして「働きがい指標」をおき、その指標の一つに「心身の健康」を掲げています。

従業員の健康増進と職場環境の改善といった『健康経営』の実践により、働きがいと幸福度の向上、より活力ある職場を実現するため、2020年9月に健康経営宣言を行い、健康経営について全社的な推進体制を整備することとしました。

加えて、性別に関わりなく仕事と家庭を両立し、健康でいきいきと仕事に取り組めることが当たり前となるような組織風土の醸成に向けて、直近では、男性従業員の育児・家事への参画を推進することにも積極的に取り組んでおり、2022年4月(予定)の男性版産休法制度化に先立ち、今年の10月より男性版産休を制度化し、子の出生後8週間以内に、最大4週間の休業を取得できることとしました。

今後も多様な働き方や生き方を応援する企業として、様々な施策を検討していきます。

特に力を入れた取り組みとその効果

特定保健指導の実施率向上に向けて、リーフレットを活用し、制度周知を図るとともに、申し込みを当社保健師が代行することで手続きを簡素化しています。また、就業時間中の保健指導は労働時間として認めています。結果として、受診率は大幅に改善しています。(健康増進生活習慣病対策)

改正健康増進法で、望まない受動喫煙を防止するための取り組みがルール化され、企業における受動喫煙対策の徹底が求められていることを踏まえ、2021年10月から勤務時間内禁煙をスタートします。また、本社診療所に禁煙外来を設置し、禁煙に向けたサポート体制を整えています。(禁煙対策)

子宮頸がん・乳がんといった女性特有の健康リスクに対応するため、土健保の検査費用補助を補填する形で会社独自の補助制度を設け、ほぼ自己負担無しで毎年検査が受けられる体制を整備しています。(女性特有の健康リスクへの対応)



特定保健指導教宣



禁煙週間教宣

ホームページ

<https://www.shimz.co.jp/company/csr/health/>

創伸建設株式会社

所在地 新潟市東区逢谷内居前 454 番地 1

事業内容 建設業（基礎工事）

従業員数 32人

（令和7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

当社は新潟市に本社を置く、杭工事等基礎工事を主に手掛けている建設会社です。きっかけは毎年実施している健康診断の結果が、平均値より悪い状態であったことです。当社の業務は現場作業が主であるため、このまま従業員の健康に配慮しなければ、会社の業務にも影響が出かねないし、なにより健康で長く働けることが従業員本人とその家族、そして会社にとって最も大切なことだと考えました。

また、新卒の採用が厳しい中、若い人に当社を選んでもらうためにも健康経営に取り組み、従業員が生き生きと働ける職場環境づくりを目指すこととしました。

特に力を入れた取り組みとその効果

・人間ドックの受診対象年齢の引き下げ及び費用補助の拡大

30歳以上の従業員については、人間ドックの受診費用を全額会社負担とすることで、今まで基本の健康診断、生活習慣病健診を受けていた従業員の多くが人間ドックを受診するようになりました。

また人間ドック受診日は特別休暇扱いとし、健診結果後、有所見者には担当者から再検診を促しています。

・ウォーキングイベントへの参加

地元自治体が年2回開催している、職場対抗のウォーキングイベントに令和4年から毎回参加しています、現在では従業員の80%が参加し、健康維持や健康意識の向上に役立っています。

・メンタルヘルス研修及び野菜摂取状況測定（ベジメータ）の実施

全国土木建築国民健康保険組合の保健師の方から「ストレスと上手に付き合うためのセルフケア」というテーマで講話をしていただき、現代社会における避けて通れないストレスとの効果的な向き合い方を学ぶことができました。併せて実施した日頃の野菜摂取量を数値化できるベジメータ測定では各自に野菜摂取量を認識してもらい食生活の見直しや改善の意識づけになりました。

・その他

休憩室に健康情報掲示板の設置、血圧計、体重計等健康器具の設置、飲料の自販機にトクホや無糖の商品を増やしました。また従業員全員にヘルスケア機能搭載のスマートウォッチを支給し、健康意識の向上を図っています。



全国土木建築国民健康保険組合の保健師による講話の様子



休憩室に健康情報掲示板、血圧計の設置

ホームページ

<https://www.sosin.co.jp/profile/>

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 530人

事業内容 設備工事業

(令和6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

当社は特に2つの項目に力を入れて取り組んでいます。

1つ目は、生活習慣病対策強化および健康の維持・増進のため、産業保健スタッフとして看護師を採用し、【産業医・看護師・人事課】で社員の健康状態を管理しております。社員の健康状態に関する情報をこまめに共有したり、「重症化リスクレベル分け」を行い、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、重症化することを防いでいます。

2つ目は、新入社員に対する「食育研修」の実施です。当社に入社後、初めて一人暮らしをする社員が多いことから、土健保様のご協力のもと、簡単に自炊ができるメニューを考案していただき、調理体験を行っております。規則正しい食生活が健康の維持につながることを理解して頂き、今後の社会人生活に役立ててもらいたいと考えています。



食育研修の写真

ホームページ

<https://www.taisei-setsubi.jp/sustainability/health/>

大豊建設株式会社

所在地 東京都中央区新川 1-24-4

事業内容 総合建設業

従業員数 1,102人

(令和7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

企業が活力をもって持続的に成長し続けていくためには、従業員一人一人がパフォーマンスを最大限に発揮できる状態であることが必要です。そのためには、心身ともに健康で生き生きと働き続けられる職場環境の構築が大切です。この考えをもとに当社の中期経営計画(2023-27年度)に掲げる「人的資本経営の強化」に基づき、従業員の健康保持・増進を経営戦略の重要な要素と位置づけ、2024年8月に全社方針として「健康経営宣言」を策定し、健康経営推進事務局を新設するなど全社的な推進体制を整備しました。

特に力を入れた取り組みとその効果

【メンタルヘルス セルフケア・ラインケア研修】

従業員がストレスに対処するための正しい知識・方法を身につけ、メンタルヘルス不調を未然に防止・予防することを目的として、メンタルヘルスセルフケア研修を実施しました。また、管理職者自身のセルフケアとメンタルヘルスマネジメント能力の向上を目指し、ストレスチェックに基づくメンタルヘルスラインケア研修を実施しました。当社初となるメンタルヘルスに関する研修でしたが、今後も研修を継続してほしいなどの意見をもらいました。

【女性の健康セミナー】

女性の健康課題をテーマに女性職員を対象としたセミナーを実施しました。PMSや生理痛、更年期障害など婦人科系の症状や、食事による栄養面での予防に関する知識を深めました。セミナー後には、管理職者（主に男性）にも女性の健康課題について研修をしてほしいとの要望がありました。



メンタルヘルスラインケア研修



女性の健康セミナー

ホームページ

健康経営 - 大豊建設

鉄建建設株式会社

所在地 東京都千代田区神田三崎町二丁目5番3号

従業員数 1,871人

事業内容 総合建設業

(令和7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、休職者があり、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、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、期間中は社内報に参加促進の記事を掲載し、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掲載しました。

「みんなで歩活」の参加者は徐々に増加しており、運動不足の解消やリフレッシュの他、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。今後も継続して、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/>

東洋ケミカルエンジニアリング株式会社

所在地 東京都港区六本木3丁目18-12

従業員数 160人

事業内容 建設業

(令和7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

当社の社訓には「企業は人とその和なり」とあります。人と人とのつながりを大切にすることが、企業の基盤であると考えております。

そのような中、某生命保険会社の担当の方よりご紹介をいただき、健康経営セミナーに参加し、健康経営の仕組みを知る機会を得ました。社員には「良い職場環境の中で健康に働き、生産性を高めてもらいたい」との思いから、取り組みを始めたことがきっかけです。

社員一人ひとりが、今よりも健康で、今よりも楽しく生活できるように願っております。

特に力を入れた取り組みとその効果

当社では、全国平均を大きく上回る喫煙率（約40%）という課題を受け、2024年度より「喫煙対策」を健康経営の重点テーマとし、意識改革と生活習慣の改善を目的とした5か年計画を開始しました。

初年度は、喫煙と健康リスクに関するeラーニングの実施、13～15時の禁煙タイムの試行、車内での禁煙徹底に取り組みました。いずれも強制ではなく自発性を重視し、「10を0にするのではなく、10を8～9にする」段階的な改革として進めています。

取り組みを通じて喫煙に対する意識変化も見られ、非喫煙者からの肯定的な声も寄せられています。効果は2025年9月の再調査で検証予定です。



2024年度の健康経営推進員となります



喫煙所の設置風景

ホームページ

<https://toyochemical.com/1778/>

戸田建設株式会社

所在地 東京都中央区京橋 1-7-1

従業員数 4,668 人

事業内容 総合建設業

(令和7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

健康経営とは、「社員一人ひとりの健康を経営の重要な資源と捉え、戦略的に健康増進施策へ取り組むことで、企業全体の活力やパフォーマンス、ブランド価値の向上を目指す経営スタイル」です。当社では経営トップ自らがその重要性を認識し、トップダウンで健康経営に積極的に取り組んでいます。

従来より当社には精神科を専門とする産業医が在籍しており、メンタルヘルス対策には早くから重点的に取り組んできました。しかし、近年は「健康経営宣言」にも掲げた通り、社員の身体的健康にもフォーカスし、より包括的な健康施策を推進しています。その一環として保健師を採用し、対面およびオンラインでの個別相談や保健指導を実施、社員一人ひとりに寄り添ったサポート体制を構築しています。

私たちは、“社員の心身の健康がなければ、新たな価値創出や会社の持続的な成長は実現できない”という強い信念のもと、これからもさまざまな施策に全社一丸で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

健康増進および生活習慣病対策に特に力を入れ、健康診断後の有所見者に対して社内の保健師によるきめ細やかな保健指導・保健相談を積極的に実施しています。この取り組みにより、再検査の受診率が大幅に向上し、社員の重症化予防や早期発見に直結する効果が現れています。

また、人間ドックの受診も積極的に推奨し、近年では受診率の着実な上昇が見られるなど、社員が自ら健康を意識し定期的な検査を受ける風土が根付きつつあります。さらに、産業医や保健師による支店出向型のメンタルヘルス講習や健康講話も定期開催しています。

これらの取り組みは、社員の健康意識向上だけでなく、職場内でのコミュニケーション活性化や社内交流の促進にもつながっています。今後も、より一層の健康増進に取り組んでまいります。



本社保健室における個別相談の様子



適正飲酒についての講話の様子

ホームページ

<https://www.toda.co.jp/sustainability/social/health.html>

飛島建設株式会社

所在地 東京都港区港南1-8-15 Wビル5F

従業員数 1,278人

事業内容 総合建設業

(令和7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

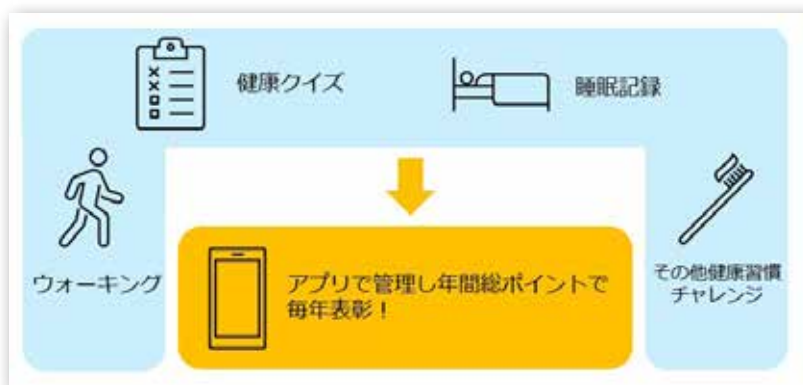
今後、会社が持続的に成長していくためには、多様な人材が集まり、自らの誇りと勤労意欲を維持することのできる、働きやすい職場環境の整備に一層力を注いでいかなければなりません。当社は、「会社と従業員が一体となり、皆が心身ともに健康で、活き活きと働ける会社づくりに取り組む」を方針として掲げ、「健康経営」に取り組んでいます。会社と従業員が「健康経営」の方針を共有し、有効な施策を立案、遂行することで、従業員の活力向上や生産性の向上等、組織に活性化をもたらし、結果的に業績や組織としての価値を向上させるものと考えています。

特に力を入れた取り組みとその効果

- ①スポーツによる健康づくり：スポーツ習慣の定着と社内コミュニケーションの活性化を目的に社内サークル規定を制定し、空手、テニス、ランニング、軽スポーツ等多数の運動系サークルが活動しています。
- ②病気の予防：人間ドック受診費用を会社で補助し、定期健康診断と合わせた年2回の健診受診を推奨、また有所見の場合の再検査等受診を就業時間(特別休暇)として認定するほか、日々のウォーキングや月替わりの健康習慣チャレンジの記録をアプリで管理し、表彰する「トビシマ・ヘルスアップ・チャレンジ」を開催するなど、従業員の健康保持・増進への取り組みを促進する様々な施策を講じています。
- ③メンタルヘルス対策：全社が継続的かつ統一的にメンタルヘルスに取り組むためのガイドラインを制定し、方針、推進体制、役割、具体策を明確にするとともに、社内外の「心の相談窓口」を整備し、随時その周知を図っています。また、メンタル系調査の集団分析結果をもとに全社で課題を共有し、組織的に職場環境改善に取り組んでいます。
- ④ワークライフバランスの促進：従業員の多様なライフスタイルへの対応策として時間単位で取得可能な特別休暇制度「フレキシブル休暇」や、不妊治療や家族の看護、更年期障害等の理由により休暇を取得する場合に利用できる「ライフサポート休暇」の活用を促進しています。



社内サークル「Tobishima Tennis Club」



トビシマ・ヘルスアップ・チャレンジ

ホームページ

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** 8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7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

①ヘルスアップチャレンジ助成金を活用し体組成計を購入したことをきっかけに、健康管理日を設け、各自が体重、血圧、体脂肪率などの測定を実施することとなり、職員の健康意識の向上及び保持増進に役立っています。

②午後3時にはラジオ体操を行い日々の健康管理にも留意しています。

③オプション検査費用、疾病予防に寄与するワクチン接種費用の一部を補助することとしたため、ほぼ全員の職員がこれを利用しており、より一層の健康の保持増進と疾病予防につながっています。

④感染症対策として、手指消毒装置の設置を継続するなど、引き続き感染症対策に努めています。



ラジオ体操を毎日午後3時に実施しています



月一度各自測定し、実施日を登録しています



ホームページ

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

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。

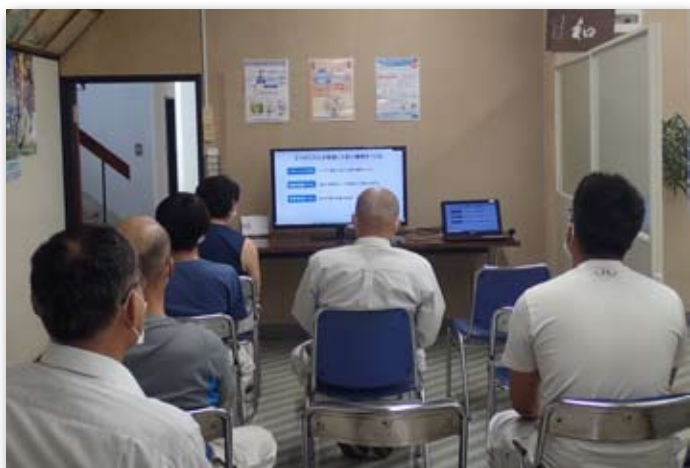
健康経営の活動は認定申請に紐づけ、社員の健康増進や健康意識の向上を図り、また社員の働きやすい環境づくりが出来るよう日々取り組んでおります。そして同時に業界及び企業のイメージアップになるよう、今後も積極的に活動に取り組んで参ります。

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

株式会社ナカノフドー建設

所在地 東京都千代田区九段北4-2-28 NF九段

従業員数 783人

事業内容 総合建設業

(令和7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

健康経営に取り組むきっかけとして、いくつかの重要な理由が重なったことがあげられます。

まず、毎年何名かが在籍中に亡くなる社員や病気によって働けなくなってしまう社員が出てしまい、これをゼロにしたいという強い思いがありました。

次に、前任の社長が喫煙の危険性を強く危惧しており、禁煙対策に強い関心を持っていました。この姿勢が、健康経営の一環として禁煙対策を推進する大きな原動力となりました。

健康経営に取り組むにあたり、社員が健康であれば会社にもメリットがあるという認識が明確に存在しました。健康な職場環境を整えることは、社員一人ひとりの生活の質を向上させ、会社全体の生産性の向上に寄与します。他にも、病欠や医療費の削減、そして社員の満足度やモチベーションの向上など、多くのプラス効果が期待できます。

社員の健康促進は会社にとっても有益で、取り組むことで損をすることは何もないという考えに至りました。これらの理由から、健康経営に取り組むことを決断しました。

特に力を入れた取り組みとその効果

健康経営の取り組みの中で、特に力を入れたのは①食生活の改善と②禁煙対策です。

食生活の改善については、全社的にベジチェックを用いた測定会を行いました。東京地区では巡回健診の際に土健保から保健師の方を派遣していただいて測定会を実施、東京以外の拠点では測定と併せて野菜に関する講演会を行いました。社員の反応は非常に良く、「翌年の計測に備えて食事に気を付けるようになった」「まずは野菜ジュースを飲むようになった」などの行動変容が確認できる報告も多くありました。今後も全拠点でこの取り組みを継続します。

禁煙対策については、昨年エーテンラボ㈱のサービス「みんなチャレ禁煙」を利用し、プログラム参加者の36.3%(33名)が禁煙に成功しました。また、2025年1月より敷地内禁煙及び就業時間内禁煙となりました。



東京地区ベジチェック実施の様子



2025 年度安全衛生推進大会

ホームページ

<https://www.wave-nakano.co.jp/sustainability/health/>

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 2,908人

事業内容 総合建設業

(令和7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繋がることから、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、疾病の重症化が懸念されることから、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。このうち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。この人間ドック制度は対象者のほぼ全員が受診しており、社員から広く受け入れられている制度となっています。

これに加え前年に引き続き、特に力を入れたことは、健診結果が一定基準以下の社員を対象とした『精密検査の受診勧奨』を強化したことです。社員の約半数が「要治療・再検査・精密検査」と診断されているにもかかわらず、精密検査を受診しない社員が一定数いることから、健康推進センターの産業看護職が中心となって、対象者に対する受診勧奨を強化しました。その結果2020年度には19.7%だった受診率は、今年度は60.2%と昨年に引き続き3倍以上の社員を精密検査へ導くことができました。

今後も自らが健康状態を認識し、勧奨されなくても進んで健診受診後の精密検査を受診するよう、社員の健康意識を高める施策を講じていきたいと考えています。



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/esg/social/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 24人

事業内容 建設業

(令和7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、「企業の社会的使命と役割を認識し、常に従業員の生活向上を考え、適正な利潤を追求し企業の安定を図る」という経営方針を掲げています。

この理念に基づき、他社との差別化も考えていた為、2017年より毎年、健康経営優良法人認定制度に申請・取得を継続しており、企業として従業員の健康を支える体制づくりを積極的に進めてまいりました。これまで個人任せであった健康管理を、会社全体で取り組む仕組みに再構築することで、生産性の向上や職場の活性化にもつながっています。

今後も多様な人材や働き方が広がるなかで、誰もが心身ともに健康で安心して働ける環境を整え、“健康を経営資源”として捉えた持続可能な企業運営を目指してまいります。

特に力を入れた取り組みとその効果

当社では、社員の健康意識の向上を図るため、日々の運動習慣の定着に継続して取り組んでいます。特にウォーキングを推奨し、社員が日々の歩数を記録する仕組みを導入しています。毎月、上位3名のランキングを作成し表彰することで、健康行動を楽しみながら促進する風土が社内に根づいており、運動量の「見える化」により健康への意識が広がっています。

また、今後必要となる施策を見据え、健康習慣・食生活・運動・こころの健康・ワークライフバランスについての社内アンケートを実施。社員の心身の健康状態の可視化とニーズの把握を行いながら、適切なサポート体制の構築に取り組んでいます。

こうした継続的な取り組みの結果として、定期健診受診率は着実に向上し、メンタルケア制度の導入も開始。社員一人ひとりの心と身体の健康への関心が高まり、健康に関する話題が自然に交わされる職場へと変化しています。



健康経営のためのアンケートに答える社員



社内ウォーキング表彰の流れ

株式会社野口工務店

所在地 東京都江東区木場 5-8-40 東京パークサイドビル 7階

従業員数 86人

事業内容 土木施工管理業

(令和6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

ワークライフバランスの強化（勤務時間の見える化による長時間労働の抑止）、ベースアップ、ハラスメント・労働条件における相談窓口の設置等、従業員が働きやすい環境づくりをした結果、離職率の低下、新卒採用の増加に繋がった。このことから、人材不足かつ過酷な環境で仕事をしている従業員が、安心して仕事に臨める環境を整えることが重要であると再認識した。

現状に満足することなく、従業員や当社から始まる協力会社の職員の方々の意見を真摯に受け止め、当社に関わる人が働きやすい環境づくりを進めていきたい。

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：従業員がハラスメント・業務内容・その他、同僚や直接の上司に相談しにくい内容について、匿名性を確保しつつ直ぐに相談できる相談窓口を設置し、相談しやすい環境をつくることにより、従業員が安心して仕事ができる健全な労働環境の醸成に繋がった。

長時間労働対応ワークライフバランス：勤怠管理システム導入による勤務時間の見える化を実施。これにより無駄な残業や時間を意識した仕事が進透するようになった。また現場毎の業務負担が可視化されたことにより、定期的な人材配置が可能となり、会社全体の業務の均一化、ワークライフバランスの推進へと繋がった。



当社は2024年で100周年を迎えました

令和5年4月3日
株式会社野口工務店

【相談窓口のお知らせ】

本ご案内は毎年4月、10月に社内一斉送信しています。

仕事、その他で困った際はまず直属の上司に相談をしましょう。
直属の上司に相談しにくい場合は下記先への相談も可能です。

〇〇役員：〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇〇
〇〇役員：〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇〇
〇〇弁護士先生：〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇〇

悩み事はため込まず、まずは相談をしてみましょう。

*相談内容を抽象化した上、社内取締役会で共有して制度的な対応を協議すること
はございます。然し、誰が相談したのかについては、無断で氏名を共有することはありません。安心してご相談ください。

以上

相談窓口設置を従業員に周知

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。



01 「FRCヘルスサポート2020」の取り組みについて

健康経営の推進と従業員の健康意識の向上を図るため、2020年から健康経営の取り組みを実施しています。

① 健康経営の推進と従業員の健康意識の向上

健康経営の推進と従業員の健康意識の向上を図るため、2020年から健康経営の取り組みを実施しています。

② 人間ドック受診の推奨

人間ドックの受診費用補助拡大

受診項目	年齢	補助額
人間ドック	45歳以上	20,000円
がん検診費用等の補助拡大	45歳以上	3,000円
がん検診費用	20歳以上	2,000円
がん検診費用	30歳以上	4,000円

人間ドック推奨を社内報でも告知



2日も！ 12日も！

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/>

フクダハウジング株式会社

所在地 新潟県新潟市中央区関新3丁目2番4号

従業員数 98人

事業内容 建設業

(令和7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より健康経営に関する情報をご提供いただいたことがきっかけでした。当社の年代別構成比は40代以上が過半数を占めています。40代以上のベテラン社員が、自身の健康問題で休業・退職することがないように、また、今後を担う30代以下の若手社員の疾病を早期に防ぐために、健康経営への取組が必要であると考えました。

当社のこれまでの健康経営の実績としましては、全国土木建築国民健康保険組合の「ヘルスアップチャレンジ宣言」に始まり、「新潟市健康経営認定制度ゴールドクラス認定」、「にいがた健康経営推進企業登録」、そして2023年度より「健康経営優良法人(中小規模法人部門)」を取得しています。

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、35歳以上の社員には人間ドックの受診を推奨しています。健診の結果に基づき、精密検査が必要な社員には個別に声がけをして医療機関受診を促しています。2025年には、35歳以上の社員で、過去2年間連続で精密検査と保健指導を受けた社員の数値改善(正常値)が見られました。

2024年度より、屋外に設置していた喫煙室を廃止して敷地内全面禁煙としました。これにより、会社敷地内において、非喫煙者の受動喫煙リスクがなくなりました。

社員の健康を考える上で、長時間労働の改善を優先課題として考えています。会社全体で業務の見直しを行うとともに、早朝と夜間の社屋施錠時間を制定して、残業時間を制限しています。



屋外に設置していた喫煙室を廃止し、現在は倉庫として使用しています。



夜間は原則『20時30分全員退出』を社内ルールとしています。

前田建設工業株式会社

所在地 東京都千代田区富士見2-10-2

従業員数 3,462人

事業内容 土木建築業

(令和7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

当社では「MAEDA企業行動憲章」において「MAEDAで働くすべての人々が安心・安全と健康に配慮した、快適で効率的な職場環境づくりに努めます」と掲げ、これまでも安全で快適な職場の創出に努めてきました。2018年より当社が推進するCSV-SS経営の一環として一部の支店で職員の健康増進への取り組みを実施、2020年から全社的な健康経営に着手しました。

職員の健康は、職員一人ひとりの生活基盤であるばかりではなく、会社にとって大切な財産であり、会社発展の源泉(企業基盤)であると考えています。

なお、健康経営の統括責任者は社長ですが、主体は職員一人ひとりであるとの認識のもと、経営革新本部が中心となり土健保や企業、団体のお力を借りながら、職員が健康で、いきいきとした毎日を送れるよう、さまざまな活動を推進していきます。

特に力を入れた取り組みとその効果

<口腔ケアのイベントの開催>

食に関するイベントに続き、当社の健康経営の重要な分野の一つである「口腔ケア」を取り上げました。歯科衛生士の方より、予防の観点から“歯間ケア”のご指導をいただきました。当日は参加者も多く、「口腔ケア」への関心が高いことが窺えました。参加者にはデンタルフロスを配付、また各事業所にはその大きなサイズのを配布し、職員に試用してもらえよう設置をしました。イベント開催後、『歯と口の健康週間』（6/4～6/10）において、会社として口の健康を守る取り組みを行うことを宣言し、職員に対して自身の“口の健康を守る”ための理解と協力を求めました。

当社は引き続き「口腔ケア」に取り組んでまいります。



イベント風景（デンタルフロス使用方法説明中）

ホームページ

https://www.maeda.co.jp/pickup/health_management.html

丸善土木株式会社

所在地 長野県松本市南原二丁目20番4号

従業員数 19人

事業内容 土木・舗装工事

(令和7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活動してまいりました。働きがいのある職場づくりと従業員の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ブラッシュアップしています。

2021年度からは『こころの健康づくり』の取り組みとしてストレスチェックを実施しています。2024年度からは『健康増進』の中でも特に熱中症対策を重点課題にしようとの事で、屋外屋内どこでも使用可能な冷却プレートを搭載した首掛け扇風機を配布しました。

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 健康増進として、2024年度は熱中症対策で「ネックファン」を配布 ※ヘルスアップチャレンジ助成金を活用
- ③ 食生活の改善として2022年度に「塩分計」を配布
- ④ 運動の推進として2020年度にバランスボールを配布、「歩活」への参加
- ⑤ 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
- ⑥ こころの健康づくりとして2021年度からストレスチェックを実施し、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
- ⑦ 社内インターネットを利用し、どけんぽ保健師・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
- ⑧ 禁煙対策として屋外喫煙所の設置



冷却プレート
搭載式首掛け
扇風機



使用風景

ホームページ

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

八千代エンジニアリング株式会社

所在地 東京都台東区浅草橋5-20-8

従業員数 1,366人

事業内容 建設コンサルタント

(令和7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

ストレス関連疾患による社員の休職や退職といった課題解決に向けて、2005年からメンタルヘルス活動の推進等についての取り組みを開始し、現在に繋がる健康経営の基盤となっております。

この取り組みにおいて、全ての社員が健康で安心して働ける職場環境を提供するという企業の責務を積極的に果たすとともに、一人一人がこの問題に高い関心を持って取り組むことで、活力に満ちた働きがいのある職場づくりを実現すべくメンタルヘルスの保持・増進の活動推進を実施してきました。

ストレスチェックについては法制化に先んじて2005年より導入し、2024年には管理者を対象に分析結果の有効活用を図ることを目的とした分析結果の解釈方法説明会を開催しました。

特に力を入れた取り組みとその効果

【健康増進生活習慣病対策】

健康診断受診の重要性を周知するとともに、未受診者に対して個別に受診勧奨を実施。2025年度より人間ドック受診費用の補助対象年齢を40歳以上5歳刻みの年齢へ拡充しました。

健康診断結果を基に産業医面談や組合保健師による事後指導を実施し、精密検査や生活習慣改善を促しています。将来的には、生活習慣病等の重症化予防に繋がると考えております。

【長時間労働対応ワークライフバランス】

フレックスタイム制度・在宅勤務制度・時間単位の年次有給休暇制度を導入したことで、より柔軟な働き方が可能となりました。

また、長時間労働改善のためノー残業デーの徹底や残業の事前申請制度、業務配分の適正化といった取り組みを行っています。在宅勤務の日数が多いほど残業時間が少なくなる傾向が見られたことから、ハイブリッドワークの取り組みを進めています。



社内で鍼・マッサージなど施術を受けられる



EAP カウンセラーとの相談

ホームページ

<https://www.yachiyo-eng.co.jp/sustainability/society/health-management/>

株式会社オクミカワ

所在地 愛知県北設楽郡設楽町清崎字水口5番地2

従業員数 13人

事業内容 建設業（舗装工事業）

（令和7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

過疎化が進む地域で、従業員の高齢化が進み人材不足が続いている状況です。健康経営に取り組むことで、「従業員が安心して働け、地域社会に貢献、生産性が向上、離職率の低下、求人活動で有利になる」を期待しています。

当社の企業理念は【明るく、まじめに、一生懸命】【①明るく：従業員も家族も健康で、明るく、仲良く ②まじめに：嘘をつかない、真心があり、誠実で地域社会に貢献する ③一生懸命：全力をあげて会社の発展・継続に力を尽くす】です。

家族・地域社会・会社のために働くには、まずは「健康な体があつてこそ」名古屋健康支援室のヘルスアップチャレンジに参加して、指導を頂きながら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

1. 生活習慣病対策と女性の健康保持増進については定期健康診断の充実で、人間ドック、がん検診、婦人科検診の推奨を行い、費用補助及び特別休暇付与を実施しました。検診で「所見あり」の方は再受診を実施してもらい、体の異常の早期発見、治療を行ってもらいました。
2. ウオーキングチャレンジで、春・秋に1ヶ月間の累計歩数を社内で競争し運動の推進、事務所内禁煙、感染症対策で事務所机上に飛沫防止パネルの設置、夏季の現場作業時に空調服・グッズを支給して熱中症対策、週休2日の徹底（休日出勤者には振休取得の徹底）・残業時間管理による長時間労働の抑制等を行い、健康経営に取り組んでいます。



毎日の朝礼時のラジオ体操



感染症予防対策

ホームページ

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

協和道路株式会社

所在地 石川県白山市平松町263番地1

従業員数 72人

事業内容 舗装工事業

(令和6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

どの建設業者様も同じ状況だと思いますが、社員の高齢化や採用活動が年々難しくなり人手不足が喫緊の課題となっています。当社に於いても社員の高齢化が見られるようになりました。まずは会社として社員が健康で長く勤務できる環境を整えられないかを考えたことが健康経営に取り組むようになったきっかけです。

これまで会社を支え社業の発展に努めていただいた先輩社員の方々、これから会社を盛り上げてくださる中堅・若年社員の方々、どの世代にも共通した必要な取り組みが健康経営だと考えます。健康経営に取り組むことで会社の持続的な成長・発展が可能となり、人手不足解消に寄与すると考えます。また、全社を挙げて健康経営に関与し続けることが全てのステークホルダーに感謝、必要とされる会社となりえるものと思います。

社内制度の拡充、商工会議所様からの助言や自治体・全国土木建築国民健康保険組合様の制度の活用を行い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

【生活習慣病対策】

40歳以上の従業員に対し、年に1回の人間ドック受診の奨励、5年に1回の脳ドック・PETの奨励を行いました。受診に係る費用は社内規定を設けその範囲内で会社補助とし、中高年層への健康リスクの早期発見・健康意識の増大を目的としました。結果として40歳以上の従業員全員が人間ドック・脳ドック・PETを受診し従業員の実費負担もほぼ0でした。また、希望する従業員に対しては会社補助の範囲内で子宮頸がん検査やアレルギー検査などのオプション検査も人間ドックと同タイミングで実施し、従業員の健康意識の増大にも寄与しました。

【感染症対策】

会社に医師を招聘しインフルエンザ集団予防接種会を開催しました。例年約30名の従業員が希望し接種会に参加し、会社内で接種できることもあり好評です。その他、除菌液の設置や非接触型体温計の設置、従業員通用口に手洗い場を設置しました。

【ワークライフバランス】

完全週休2日制としました。平日・休日のon・offをしっかりとつけることで健康面・体調面の管理をしてもらうことと、地域の社会活動参加、自己研鑽等自己実現の時間に使うてもらえればと考えています。従業員が健康で長く勤務できる環境整備ができるよう会社として引き続き取り組んで参ります。



社員交流の一つ 新入社員歓迎会の模様



インフルエンザ集団予防接種会

ホームページ

<https://www.kyowa-road.co.jp/news/178>

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 95人

事業内容 総合建設業

(令和7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

当社は総合建設業を営んでおり2025年で創業115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、当社は継続雇用を67歳に延長をするようになりました。これによりい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。

①健康維持・治療の強化

- 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
- 年2回行われる社員勉強会で食生活の改善・オーラルヘルス・禁煙対策を教育、毎月メールで食事改善方法等を配信
- 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、糖分やカロリー等を表示したポスターを掲示

②健康増進

- 全社員に万歩計を支給し、毎日8,000歩を16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
- 上記の運動を3ヶ月続けた者に対し、健康食材を支給
- 社員個人が1日8,000歩を達成するたびに、会社は個人とは別に100円を積み立てし、社会福祉団体に寄付を行います。昨年度は福井県共同募金会に926,000円寄付を実施
- 健康活動を行った結果、少しずつ変化が見えてきました。
 - ①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%
 - ②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。
 - ③健康診断の結果によりですが、保健指導を年2回受ける人もおり健康への意識向上を図っています。



食育教育で実食をしながらの講習



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

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

株式会社鈴木軌道

所在地 愛知県大府市北崎町井田 252-6

従業員数 46人

事業内容 鉄道工事請負業

(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

弊社は東海道新幹線の線路を検査し、メンテナンスする会社です。終電から始発の夜間に作業をするため、昼夜逆転の生活となります。雨の日も風の日も365日欠かさず屋外で業務を行わなければならないため、肉体的な負担も大きいのが実情です。

10年ほど前から、建設業への就職を希望する人の割合が急激に減少し、人材の確保が難しくなるとともに、教育体制が時代錯誤となり、人材が定着しない時期が続きました。線路を直すためには経験が重要となり、一人前になるまでに10年～20年を要します。技術が継承されないままでは新幹線の安全を守れなくなる、という危機感がありました。人が定着する会社を目指すために何が必要かを話し合い、「社員が働く環境を整える」「新幹線の安全を守る為に、業務上不規則な生活になりがちな社員の健康を守る」ことが大切だと考えました。

健康経営が認知される以前より取り組みを始めており、その成果が認められ、健康経営優良法人に5年連続で認定されております。

特に力を入れた取り組みとその効果

弊社の健康診断は年2回。受診率は100%です。貴組合のご協力があり検診車に来ていただいています。通常の検査項目には含まれていない一酸化炭素濃度、血管年齢、体脂肪の測定。また、「ベジチェック」と呼ばれる野菜摂取量を数値で示す機械をレンタルし、禁煙や肥満、食生活への意識付けを行っています。個人ごとに健康診断の結果に応じた健康レシピを配布。寮生活を送る新入社員にも、偏った食事にならないよう栄養士に指導をお願いし、食生活の改善を促しています。

こころの健康づくりの面では、50名以下の企業には義務付けられていないストレスチェックを実施しています。年1回、個人面談を行い働き方に不満はないか、会社への要望はないかを聞く機会を設け、できる限り対応するようにしています。

上記の取組みに共通することは「見える化」です。できる限り数字による「見える化」をすることで、自身の健康に正面から向き合ってもらようよう促しています。

別の「見える化」の一例として、会社を設置してある自販機に、飲料別糖分含有量を示したポスターを掲示しています。皆、糖分の多さに驚き、飲み物の売れ行きも大きく変わりました。



健康診断時の
ベジチェックの様子



飲料別糖分含有量
ポスター

ホームページ

<https://suzukikidou.business.site/>

砺波工業株式会社

所在地 富山県砺波市中央町1番8号

従業員数 99人

事業内容 総合建設業

(令和7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

現代の働く環境では、業務上のストレスや人間関係、将来への不安など、心の不調を引き起こす要因が多様化しています。

そのため、当社では、定期的な「メンタルヘルス個人面談」や、上司による面談などを通じて、早期発見・早期対応に努める体制を整えています。

さらに、新入社員や若手社員が安心して働けるように「メンター制度」も導入しました。2・3年上の先輩社員がメンターとして定期的に面談や相談に応じることで、日常の悩みや不安を共有しやすい環境を整えています。

また、社員同士の横の繋がりとして、「コミュニケーション助成金制度」も設けております。これらの取り組みは単なる業務サポートだけでなく、精神的な支えとなり、孤立感の軽減や職場への定着にもつながっています。

このように、心の健康を守るとともに、人と人とのつながりを大切にすることで、社員一人ひとりがいきいきと働ける職場環境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

心のケアや、社員同士の横の繋がり(コミュニケーション)を大切にするにより、従業員一人ひとりのパフォーマンスを引き出し、組織全体の活力化や心理的安定の向上につながりました。その結果、離職率も低く、従業員が安心して長く働ける職場として定着しています。

これからも、健康経営を通じて「社員を大切にする企業」としての姿勢を貫き、いきいきと働ける職場づくりを推進していきます。



R7 メンター研修：メンターとメンティが一緒に受講



コミュニケーション対策：部署を隔てた社員同士の集い

ホームページ

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

真柄建設株式会社

所在地 石川県金沢市彦三町1丁目13番43号

従業員数 253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

弊社が目指す「永続する企業」の実現においては、社員一人ひとりと家族の心身の健康が必要不可欠であると考えております。この度、全社で健康の保持・増進を目指す「健康経営」の実現に向けた取り組みを推進することを社内外で宣言することで、より社員の「健康」に向けた意識付けを高めたいという思いがありました。健康支援室のヘルスアップチャレンジひいては健康経営優良法人認定の申請により、意識付けをより実現化できると考え、取り組むこととしました。

まずは現状把握から実施し、健康経営実現に向けて二次検診受診率の向上を目標に掲げることにしました。今後も職場全体の健康増進を図る取り組みを順次進めていく予定です。

特に力を入れた取り組みとその効果

2019年より、社員の定期健康診断の健診項目を拡充しました。生活習慣病健診を30歳以上と年齢を引き下げ、決まった年齢に実施していた人間ドックも年齢層を広げました。検査項目には新たに腫瘍マーカー・大腸検査を盛り込む等、婦人科健診もあわせて健診内容を拡充しつつ、二次検診も全額会社負担としました。社員は定期健康診断後に二次検診まで受診する意識が高まり、二次検診受診率も向上しつつあります。また会社側では、独自の健康管理システムを作成し、随時社員の健康診断結果を確認できるようになったとともに、未受診の二次検診対象者に受診勧奨を行う予定です。女性社員に関しては、2022年から女性活躍推進研修を毎年実施し、研修内で健康増進への啓蒙を行っており、働き方を含めた意識改革に取り組んでいます。

また2018年に働き方プロジェクトチームを発足し様々な取り組みを実施する中で、2020年に新しい勤怠管理システムへと改良いたしました。新システムでは勤務予定を事前申請する事を徹底し、社員やその上司による労働時間の把握がより容易となり、業務の見直しが行われ残業時間の抑制に繋がっています。

今後はコロナ渦においてなかなか実現が難しかった、社員間のコミュニケーション促進のための取り組み等を実施していければと検討しております。



健康管理システム
による社員の健康
確認

健康に気を付けつ
つ日々の業務に取り組んでいます



ホームページ

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

松本建設株式会社

所在地 富山県砺波市千保297

事業内容 建設業

従業員数 50人

(令和7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

当社の雇用者平均年齢は全国平均を上回り、加えて人手不足が年々深刻化しています。また、建設業界は、2024年より時間外労働の上限規制が施行され、業務の効率化と生産性向上が求められています。このような背景の中、IT技術を駆使した業務効率化を加速させていますが、どれだけ技術力を向上させても、社員一人ひとりの心身の健康が守られなければ、持続可能な企業経営は成り立ちません。この現状を踏まえ、当社では2023年度より、社長自らが「健康経営」に強い関心を示し、社員の健康維持・増進を目的とした取り組みを開始しました。

特に力を入れた取り組みとその効果

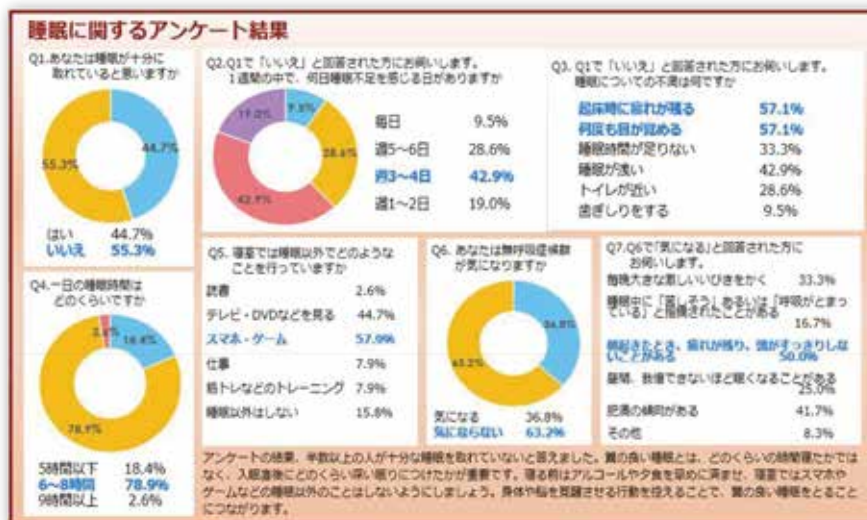
社員が活動的で充実した余暇を過ごせるよう、「ライフスタイル充実応援補助金」を提供しています。この補助金は、スポーツ施設やカルチャースクールの利用料を一人当たり月額2,000円まで補助し、健康増進や自己啓発のための活動を支援しています。

さらに、社員同士の絆を深めるため、社長自らがマラソン大会に積極的に参加し、社員と共に健康づくりを楽しんでいます。社員が安心して長く働ける職場づくりを目指し、共に活動することを大切にしています。

また、健康意識向上を目指して、睡眠に関するアンケートを実施し、その結果を社員、産業医で共有し、健康指導に役立てています。



リレーマラソン大会に参加



睡眠に関するアンケートを実施

株式会社 宮木建設

所在地 富山県砺波市五郎丸 1060-3

従業員数 24人

事業内容 建設業

(令和7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

- ・当社は建設業という特性上、現場の安全性・生産性を支えるのは「従業員の健康」であると考え、健康経営の取り組みを推進しています。現在、わが社は40歳以上の従業員が80%を占めており、生活習慣病のリスクが高まる年代を迎えています。生活習慣病は、仕事の継続が困難になるだけでなく、重症化すると入院による長期休職を余儀なくされます。そこで、従業員がいつまでも健康で長く働いてもらうために、対象の従業員に人間ドックを受けてもらうことで、病気の早期の発見・早期の対応が極めて重要となります。また自身の健康意識を高め、病気の予防と活気ある職場づくりを目指し、健康経営に力を入れています。

特に力を入れた取り組みとその効果

- ①従業員からの筋トレルーム設置の要望もあり、ヘルスアップチャレンジの助成で購入したベンチプレスをはじめ、ダンベルやバランスボールを使い、会社帰りに筋トレをしている社員も多く見られます。
- ②会社で人間ドック費用を助成し、令和6年1月から10月までに40歳以上の従業員、19名中12名が人間ドックを受けました。また再検査通知者に対しては受診を促す声かけを行い、新たな疾患の診断に至り手術を受けた人や要精査・治療を要した人も6名おり、病気の早期発見につながりました。
- ③毎月1日に発行の会社独自の健康広報である「MIYAKEN通信」はその季節や話題となっていることを題材とし、配布・LINE配信、掲示、会社ブログに掲載しています。
- ④健康目標を決めてもらい、達成した社員に賞状と記念品を贈呈しました。

・社内にある筋トレルームで筋トレに励む社員の様子



・健康目標を達成した社員に賞状と記念品を贈呈した様子

ホームページ

<https://miyakikensetsu.com>

村中建設株式会社

所在地 福井県福井市日之出3丁目2番1号

従業員数 124人

事業内容 総合建設業

(令和7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

従業員の平均年齢が年々上がっていきな、健診結果で有所見者が目立つようになり血圧計の設置やラジオ体操の実施などに取り組んでいました。

そんな中、健康支援室の方からヘルスアップチャレンジのご案内をいただき、本格的に健康経営に取り組むようになりました。

まずは、健康診断が毎年数名の未受診者がいたため管理を徹底し、保険組合の補助を利用するなどして健診の内容も充実させました。

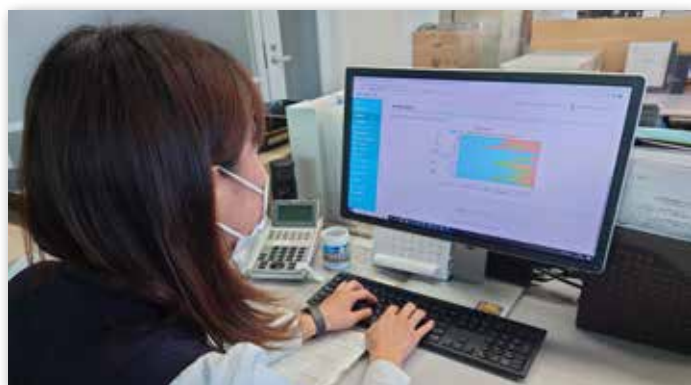
また、以前から実施していたものが取り組み項目の中に多々あり、継続するだけではなく手を加えながら健康経営を進めています。

労働力不足が深刻化する中、社員は会社の大切な資産と捉え、能力を100%発揮できる職場環境や仕組みの整備に健康経営を通じて努めています。心身ともに健康に働ける職場が社員のモチベーションを高め、その成果として企業の魅力が増すことで新たな人材確保や企業価値の向上につながっていくと考えています。

特に力を入れた取り組みとその効果

弊社は健康経営の一環として、長年の課題であった長時間労働対策に力を入れています。特に、アプリによる勤怠管理システムを導入したことで、残業時間を事前申告制にし、業務の見直しを進めることができました。これにより、不要な残業を抑制し、残業時間の多い社員には上職者からの注意喚起や産業医面談を行い、迅速かつ適切な対応が可能となりました。加えて、令和6年度の休日出勤における振替休日取得率は96%に達し、社員のワークライフバランスの改善に成果をあげています。

さらに、生活習慣病対策として、高血圧や高血糖の予防に取り組み、健診結果をもとに未治療者に対する個別の受診勧奨を行い、重症化を防ぐ努力を続けています。血糖にいたっては最新の未治療者リストはゼロになっています。社員には健康に関する情報を提供し、導入した健康管理システムで自身の健診結果を確認できるようにすることで、健康意識の向上にも繋がりました。これらの取り組みは、社員の健康を守り、会社全体の健康経営の浸透を進める一助となっています。



健康管理システムによる結果確認



血圧測定器の設置

ホームページ

<http://www.muranaka-g.co.jp/>

ユーシン建設株式会社

所在地 富山県砺波市三郎丸56番地

事業内容 舗装工事

従業員数 13人

(令和6年4月末現在)
役員含む

健康経営に取り組むようになったきっかけ

建設業界は高齢化が進んでいます。当社でも例外ではありません。年をとっても元気で働くために全員が健康であればと考え、平成12年から月2回の地域貢献として清掃ボランティア道路清掃を実施しています。またこれを活用して2kmの歩活をしています。(冬期間は雪の為に中止)

この活動が、従業員の健康づくりを意識するきっかけとなりました。歩活は現在も続き、21年目に入ります。仕事でも、よく歩くことから「毎日の歩数の見える化」を考え、平成29年10月から歩数競争を始めました。(現在は自粛中) 各自携帯にアプリ(kencom等)を入れたり、会社の休日には遠出をして歩いたり、近隣の山を歩いたり、夕方自宅周辺を散歩したりと、歩活に対して従業員にも浸透してきています。(個々実施) この運動が、健康支援室の方から健康経営の取り組みに該当すると聞き、健康宣言事業に参加したのがきっかけです。また、富山県内では「健康経営優良法人2017」の初回認定法人がなかったため、「まず自分たちが取り組もう」と考えました。

特に力を入れた取り組みとその効果

当社では独自の「3K」を作りました。

・健康な体で

建設業界は、高齢化が問題視されています。現場へ持ち込む飲み物は会社で用意し持参する事としました。「無糖コーヒー、お茶等」をメインとしています。社へ戻っても準備してあるコーヒー・お茶を飲んでいきます。また、健康支援室の保健師等による講習会も行い、その後、個人指導を実施し、個人の食生活・健康管理についても指導して頂いています。そして、社員が頑張っているのが「緑黄色野菜を摂ろう」選手権です。「ベジチェック」で野菜摂取レベルが直ぐにわかります。1か月の開催期間中3回記録を付け、今年の測定を含め4年連続開催中です。

・休日はゆっくりと

令和4年1月から、完全週休2日制を導入しています。その為、有休消化率が下がるのではと心配されましたが、一日は自分の余暇の為、家族とのコミュニケーションの為に連続休暇を取得する社員が見られるようになり、令和5年度では特別休暇を含めると年平均92%を達成しました。少人数ですが、社員同士が助け合い「お互い様」「工程の進み具合は？」等と声を掛け合う様子も多く見られています。

・早く帰るぞ

一日の仕事が終われば、すぐに帰る。完全週休2日制導入により心配しましたが、令和5年度の社員12名の時間外労働は平均26.42時間、月平均2.20時間と減少傾向になっています。



月2回の清掃ボランティア活動です。

「緑黄色野菜を摂ろう」
選手権の開催



ホームページ

<http://www.yushin-kensetsu.co.jp/report/>

朝日建物管理株式会社

所在地 大阪市北区中之島2-3-18 中之島フェスティバルタワー

従業員数 1181人

事業内容 ビルメンテナンス

(令和7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

ビルメンテナンス業界は、人材確保が難しく高齢化が進んでいますが、実際に多くの高齢者が現役で頑張ることによって成り立っている業界です。一方で、高齢者を中心に労災・通災がなかなか無くない悩みもあります。本来、働く時間や働き方を上手にコントロールすれば、高齢者でも適度に体を動かし、健康維持に役立てることも可能な仕事です。これまでも高齢者だけでなく、老若男女問わず全従業員の健康づくりを積極的に支援してきました。従業員がいきいきと元気に笑顔で長く働ける職場を目指し、これからも継続的な「健康経営」を進め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

従業員参加型の健康の取り組みに力を入れました。

大阪健康支援室の皆様にご協力いただき「野菜摂取量の測定」、「体力測定会」、「転倒リスク測定会」、「女性従業員向けの健康講話」を実施しました。特に「野菜摂取量測定会」は、健康診断の際に「測定ブース」を設けて実施することで、多くの従業員に興味を持ってもらい気軽に測定できる環境にしました。すぐに測定結果が分かるので、結果を見ながら保健師の方からの丁寧なアドバイスを熱心に聞き入る姿も見られました。これからも、従業員の皆さまが気軽に参加できる機会を増やし、自身の健康と向き合える機会を設けて、健康推進を進めていきたいと思ひます。

無料 体力測定 & ベジチェック測定会



当日は動きやすい服装でお気軽にお越しください。

開催日：2月21日（水）
時間：10：00～11：30（最終受付）
場所：アッセンブリールーム

主催：全国土木建築国民健康保険組合 大阪健康支援室

測定会案内チラシ

ベジチェックによる推定野菜摂取量測定会

みなさん、野菜は足りていますか？
野菜がどれくらい摂れているかチェックしてみよう！

6月6日(金)
時間 9：00～15：30
会場 健康診断会場

【測定の流れ】 ベジチェック測定

- 採血不要
- 約20秒で測定
- 結果がすぐわかる

手のひらをセンサーにあてるだけ！
野菜の充足度が測定できる。

※トータル5分程度です

結果説明とミニ野菜摂取アドバイス

どけんぽ 全国土木建築国民健康保険組合 大阪健康支援室

ベジチェック案内チラシ

ホームページ

健康経営！会社案内！朝日建物管理株式会社 (asahitatemonokanri.co.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 48人

事業内容 総合建設業

(令和6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

総合建設会社である当社では、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及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案内等を掲示したことで、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。

メンタルヘルスに配慮した施策として、ストレスチェックの実施や産業医と連携した面談機会の設定及び土健保の「first call」の周知を実施しています。また、管理職のメンタルヘルス関連のセミナー受講を推進するなど会社全体でこころの健康づくりに取り組むことで社内の関心が高まり、体調不良の社員への対応が柔軟にできる体制づくりができました。



全社員へ向けて
産業医による
健康講話の実施



各階エレベーター前に
階段利用を促す掲示

株式会社奥村組

所在地 大阪府大阪市阿倍野区松崎町2-2-2

従業員数 2,419人

事業内容 総合建設業

(令和7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

当社では、「社員一人ひとりが心身ともに健康であること」を念頭に、職場で働く全ての社員が元気にいきいきと働ける環境を整備すべく、2021年10月に社長を健康管理最高責任者(CHO)とする「健康経営推進体制」を構築のうえ、全社に向けて「健康経営宣言」を発信しました。

また、当社の長期ビジョン「2030年に向けたビジョン」の一つとして「人を活かし、人を大切に、社員が誇れる企業へ」を掲げており、これらを実現するためにも、健康経営を推進し「従業員幸福度」を向上させることが大切だと考え、様々な健康経営施策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

当社では、役職員の健康増進のために、自発的に健康的な行動をとった役職員にポイントを付与し、貯まったポイントは商品に交換できる健康ポイントシステムを導入しています。「1日6000歩達成」「毎日朝食を食べる」「睡眠6時間以上」などに対してポイントを付与、毎日の生活習慣の中で健康への意識が向上することを目指しています。

また、人間ドック受診時の会社補助を拡充し、補助対象年齢を30歳に引き下げ、オプション検査項目に脳ドックの追加等を行った結果、多くの役職員が利用しています。

加えて健康保持のための施策として社長による「禁煙宣言」を昨年5月に全役職員に向け発信し、本年1月1日より「就業時間中の禁煙」と「全常設事務所の喫煙所の廃止」をスタートしました。一人でも多く禁煙に成功できるよう禁煙プログラムの実施や毎月の禁煙に関する情報発信等の禁煙施策に取り組んでいます。

禁煙宣言



おくむらニコ卒 JOURNAL



ホームページ

https://www.okumuragumi.co.jp/environment/diversity/health_management/

株式会社きんぱい

所在地 大阪市大正区三軒家東3丁目10番12号

従業員数 362人

事業内容 ガス配管工事・ガス住宅設備工事

(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

Daigasグループの一員として、主に法令等遵守と社員の福利厚生観点から様々な取り組みを実施しており、「ヘルスアップチャレンジ」にも、初回（平成28年）から参加しています。「健康経営」を意識して取り組むようになったのは、平成29年に大阪健康支援室様から「健康経営度調査」への回答をご提案いただき、サポートを受けながら挑戦し始めた頃です。フィードバックレポートで全国平均・業界平均と自社の立ち位置を確認することで課題を把握したり、担当者向けのセミナーでポイントを学んだりする中で、健康関連施策の効果を気にかけるようになりました。なかなか効果が見えづらい分野ではありますが、根気強く取り組みを続け、心身ともに生き生きと働ける事業所づくりを進め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

30歳以上の社員は原則、4～6月に関西健康管理センターで生活習慣病健診を受診しており、日程調整時には腫瘍マーカーと胃内視鏡検査の希望有無を確認することで任意検査の受診率向上を図っています。令和2年度からは選択可能な検査を増やしたことで、スマートドックや乳腺エコー等の希望者も増えました。令和3年度は、センターで受診する社員の85%以上がオプション検査を受けています。健診後の特定保健指導は例年、勤務時間中の実施を促しており、対象者にメリットを伝えて実施率の向上を図っています。健診当日の「みなし特定保健指導」は手軽に受けられることから、希望する社員が増えてきました。また、平成31年度（令和元年度）から導入したスーパーフレックスタイム制度を社内に浸透させ、通院や治療の時間を確保しながら柔軟に勤務できる環境を整えています。（生活習慣病対策）

総務部に「なんでも相談窓口」を置き、社員から広く相談を受け付けています。毎年のストレスチェックは全社員を対象に実施し、課題に応じた社内研修を検討する等、職場改善に生かしています。令和3年度からはエンゲージメント、プレゼンティーズム、生活習慣に関する設問を追加し、全社傾向や属性別の特徴を様々な切り口で分析し始めました。（こころの健康づくり）



血圧計と体組成計を全7拠点に設置しました



認定証・宣言・ポスター等を掲示しています

ホームページ

<http://www.kinpai.gr.jp/recruit/culture/>

三和建設株式会社

所在地 大阪府大阪市淀川区木川西2-2-5

従業員数 200人

事業内容 総合建設業

(令和7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

2012年当時の社内では、他社競合もあり厳しい工程を顧客から求められる中で残業、休日出勤は止むを得ないという空気が大勢を占めていました。特に作業所勤務社員の労働実態は厳しく、振替休日も完全取得とは程遠い現実がありました。また、健康診断で再検査の指示が出ても再検査に行くことも難しい状況もありました。

しかしながら、「つくるひとをつくる®」という、ひと本位主義の経営理念を定めた際に、長時間労働は果たして社員やその家族のためになるのかという議論が端緒となり、社員のワークライフバランスの向上のために、2013年にグループリーダー以上の幹部約20名で「総労働時間削減プロジェクト」を立ち上げたのがきっかけで、まずは長時間労働の削減に取り組み、有給休暇取得の奨励、健康診断再検査受検の徹底、安心して働ける環境作りのための医療費補助、心療内科医との法人契約に基づくリワークプログラムへの取組など、社員の声も反映させながら社員の働く環境の整備とともに、心身の健康のための各種の取組を行ってきました。

特に力を入れた取り組みとその効果

経営理念「つくるひとをつくる®」の基、「ひと本位主義」を標榜し、社員のフィジカル面、メンタル面に留意した健康経営の取り組みを行っております。効率的な業務運営の意識が醸成される中、ペーパーレス化を進め、RPA、Google Workspaceの導入でルーティンワークの自動化など業務効率の大幅な改善を実現しました。20時以降の残業を原則禁止とし、パソコンの自動シャットダウンを導入しています。

自身や家族の誕生日に休暇が取れるアニバーサリー休暇制度や健康診断結果が前年度よりも改善された社員には奨励金制度、高額医療費の自己負担を実質的にゼロとする制度、健保適用外の高度先進医療費を会社負担とする制度の導入と社員が安心して働ける環境を整備しています。

自社だけではなく「建設現場から熱中症をなくす」という目標も掲げ2021年からはスティック状で、手軽に塩分と水分を補給できるしおゼリーの一般販売を開始しました。これからも継続的に健康課題を把握し解決するための施策を実行します。



毎朝行われるラジオ体操講座



自社開発の熱中症対策「しおゼリー」

ホームページ

<https://www.sgc-web.co.jp>

株式会社銭高組

所在地 大阪市西区西本町2丁目2番4号

事業内容 総合建設業

従業員数 902人

(令和6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

当社では、社員が心身ともに健康であり、社員の心理的安全性が確保されていることが、新たなアイデアの発想、ならびに仕事に対するモチベーション向上に深く関わっていると考えています。

より働きやすい環境を目指すべく、「会社の持続的成長と中長期的な企業価値の向上を目指して、銭高組に関わる全ての人々が安心して活躍できる職場環境を確立していくこと」を念頭に、2023年9月に社長を「健康経営推進責任者」とする「健康経営推進体制」を構築のうえ、全社に向けて「健康経営宣言」を発信しました。

新たな取り組みでは、年齢やジェンダーに関わらず、他者を理解するための土台作りとして、2023年よりヘルスリテラシー等に関するeラーニング教育の実施を始めました。

今後も会社として健康経営と向き合い、健康経営優良法人認定取得をゴールではなくスタート地点と捉え、さらなる職場環境の改善に取り組めます。

特に力を入れた取り組みとその効果

社員の互助会のサービスの一部として、「健康に特化したカタログギフトの配布」ならびに「禁煙外来治療の費用補助」を取り入れました。禁煙外来治療については、費用がかさむことから受診をためらいがちですが、上限10,000円の補助金を出すことで通院のハードルを下げ、喫煙率の低下を図っています。

また、イントラネットへの健康情報の掲載を継続して行っています。「寒暖差疲労の予防法」「食中毒対策」など、季節に合わせた情報の発信を行っています。

これら様々な取り組みを行った結果、昨年に引き続き「健康経営優良法人2025(大規模法人部門)」に認定されました。



健康に特化したカタログギフト



イントラネットへ掲載している健康情報

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7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みえたことがきっかけです。ペーパーレス化が始まってパソコン作業が増え、眼精疲労により帰宅時の運転が不安だということです。いつまでも元気だと思っていた仲間が実は健康上の不安を抱えながら仕事をしていることを知りました。当社の技術者は76歳を筆頭に60・50歳代と20歳代がボリュームゾーンです。高年齢層は健康状況の個人差が大きくなりますし、業界としては人材不足が顕著。健康づくりに活用できる仕組みで、なおかつ若年者の採用面で魅力を訴えやすいかも、と目につけたのが健康経営でした。

特に力を入れた取り組みとその効果

健康経営に取り組むきっかけとなった眼精疲労対策は、一定年齢以上の社員には大型モニタを配布することとしました。またPDCAサイクルを回すために、まずは「健康づくり」についての意識アンケートを実施しました。結果は「運動不足」「睡眠不足」の傾向がみられ、全体的に「健康意識は高め」で「誰かの後押しがあれば頑張れる」というものになりました。

そこで地域貢献の清掃活動の際に万歩計アプリを活用した「MWP:MostWalkingPerson」を決定するイベントを毎年開催し、楽しみながら運動不足を解消するきっかけにしています。どけんぽのヘルスアップチャレンジ助成金を利用して、感染症対策の加湿器や健康意識向上のための血圧計を設置できました。健康診断では、受診日にがん検診などが受けられるオプション（一部会社負担）を揃えました。

昨年はこうした取り組みを奈良テレビ放送主催の健康経営セミナーでご紹介させていただく機会を得ました。今後も奈良県や建設業に健康経営がより根付くよう広報活動にも力を注いでまいります。



説明書と一緒に血圧計を休憩室などに設置



「奈良健康経営セミナー」に弊社代表が登壇

ホームページ

<https://www.chuwa-hdg.jp/news/1424>

西日本高速道路エンジニアリング関西株式会社

所在地 大阪府茨木市西駅前町5番26号

従業員数 845人

事業内容 高速道路の維持管理

(令和7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

弊社においては、本社に医務室を設置し、産業医および常勤保健師、人事労務管理スタッフや社外資源などと連携を図り社員の疾病予防体制を構築しています。また、産業医および保健師による定期的な健康相談・メンタルヘルス相談や健康情報の発信などを行ってきました。近年では社員の健康管理を経営的な視点で考え、健康保持増進を目的とした取り組みを戦略的かつ継続的に実施することが必要と考え、トップメッセージにより勤務時間中を禁煙とするなど、受動喫煙の防止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

令和4年度よりどけんぽと共同した体力測定会を毎年開催し、健康増進・食生活の改善対策に取り組んでいます。測定項目は背筋力、握力、長座体前屈、リアクション測定、閉眼片足立ちの身体能力に関する項目に加え、筋肉量、内臓脂肪レベル、体内年齢、基礎代謝、推定骨量、体水分量がわかる体組成測定と、皮膚カロテノイド量から野菜摂取量を推定するベジチェックを同時に実施し、体力に自信がない人も興味を持って気軽に参加できるよう工夫しています。令和6年度から自身の転倒リスクを認識し労働災害防止の意識向上を図ることを目的とした「転倒リスクチェック」を測定項目に加え、社員ひとりひとりが健康づくりに関心を持ち、健康に繋がる行動を実行・維持できるよう行動変容を促すきっかけになっていると考えています。



体力測定会：閉眼片足立ち



体力測定会:ベジチェック

西日本高速道路ファシリティーズ株式会社

所在地 大阪府茨木市東中条町1番6号 あいおいニッセイ同和損保・茨木ビル **従業員数** 670人

事業内容 高速道路の通信設備、建築・建物施設の維持管理業務

(令和7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、平成25年の秋に健康管理室を設置しました。

それまでは、健康診断結果に「要再検」などの項目があっても産業医の「就業上問題なし」との判断があれば、その後の健康管理は社員任せでした。

しかし、社員任せでは会社の大切な財産である社員の健康を守れないと気づき、健康管理室から積極的に社員の健康保持・増進への取り組みを進めました。社員全員が毎日生き活きと仕事ができ、ポジティブに、また前向きに健康管理ができる職場づくり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

《二次健診の向上》 健康診断で「要精密検査」「要治療」の診断を受けた社員に対し、適切な二次健診先を医療機関との連携により予約できるしくみを構築しました。効率的な二次健診が可能となり、受診率の向上に繋がりました。

《人間ドック等の受診費用補助》 当社は30歳以上の社員に人間ドック受診を推奨し、個人負担額の1日コースは9割、2日コースは7割を費用補助しています。また、脳ドックについても40歳以上を対象とし、個人負担額の7割を費用補助しています。（3年に1回）

《ヘルスリテラシー向上》 産業医による毎年各拠点で開催している健康講演会をはじめ、当社独自の取り組みとして「健康メモ駅伝」を社内展開しています。社員自身が日頃実践している健康の秘訣を紹介するコンテンツとして、現在もバトンを繋げ健康に関する情報を社内共有しています。（令和7年7月時点で124走者まで）



産業医による
健康講演会



健康メモ駅伝
(冊子版)

ホームページ

<https://www.w-nexco-fct.co.jp/healthmanagement/>

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 23人

事業内容 建設業

(令和6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し込みを初めて行い、「健康経営」について考える機会となりました。

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も抱えていたため、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

運動推進の一環として2018年に始めたウォーキングイベント「みんなで歩活」に毎年引き続き参加しています。こちらの参加人数は一層増えて新入社員を含めた会社全体でのイベントになっています。加えて、一定条件のもと会社負担でジムの料金を補助する福利厚生や、懸垂マシンと血圧計を新たに導入しました。イベントやジム通いにより社員同士の関わりが増えたことで、これらの取り組みは運動だけでなくコミュニケーションの促進にも貢献しています。

食生活の改善促進として、推定野菜摂取量を測定できる「ベジチェック」の測定会を行いました。自身の栄養バランスを数値で把握することで、社員の食生活の習慣改善に寄与しています。

長時間労働対応として、勤務間インターバル制を新たに導入しました。勤務と勤務の間の休息時間を確保することで、社員のワークライフバランスの実現に貢献しています。

こころの健康づくり促進として、弊社は社員が50名未満の事業所ですが産業医と顧問契約を新たに結びました。復職者との面談も実施し、年内に会社全体でストレスチェックを開催予定など、専門家による健康管理体制を整えて精神面でも快適な職場環境作りに寄与しています。



懸垂マシン
体験中



ベジチェックと
体力測定会の様子

井森工業株式会社

所在地 山口県柳井市伊保庄 4907 番地

従業員数 111 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

社会現象である人口の減少と高齢化、また建設業の深刻な人手不足などが背景にある中、従業員ひとりひとりを大切にしたい取り組みは何なのかを模索しておりました。そして、会社にとっても従業員が心身共に健康であることは事業を円滑かつ意欲的に進めていくうえで、不可欠であると考え、全国土木の保健師さんや栄養士さんのサポートをいただきながら「社員の健康づくり」として健康経営を始めたのがきっかけです。2021年度は「ブライト500」にも認定され、社内外のイメージアップにもつながりました。

特に力を入れた取り組みとその効果

生活習慣病対策の新たな取り組みとして、再検査・精密検査受診率100%を目指すことにしました。個別に受診勧奨文書と再検査結果報告書を渡し、2ヵ月以内に報告書の提出を求め、昨年の達成率は98%でした。今年もこの取り組みは行っていますが、こちらから受診勧奨をするより前に、「再検査に行ってきた」との報告が数件あり、個人が自分自身の健康に向き合うきっかけになっているようで、この取り組みを取り入れてよかったと思いました。早期発見・早期治療を勧奨していくなかで重症化を予防していきたいです。



目に留りやすい周知方法で掲示板を工夫！！



イベントに参加しコミュニケーションを促進！

ホームページ

<http://www.imori.co.jp/company/action/safety/>

株式会社共立エンジニア

所在地 島根県松江市西津田二丁目13番7号

従業員数 73人

事業内容 建設コンサルタント

(令和7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

当社では、全社員が定期健康診断を受診しており、受診後はその結果に基づき、個別に再検査の受診勧奨と受診結果の報告を義務化しています。

また、毎月1回産業医による個別面談を実施し、健康診断結果に基づく保健指導や、メンタルヘルスに関する相談対応などを行っています。

社員一人ひとりが健康に関心を持つことを目的に、【睡眠】・【コレステロール】・【ストレスとうまく付き合う腸活術】等をテーマとした講師による健康教室の開催や、ベジチェックによる野菜摂取量の測定など、健康への気づきを促す取り組みも実施してきました。これにより、社員が自身の健康課題を主体的に捉えるきっかけづくりにつなげています。

今後も、健康意識の定着を図るとともに、楽しみながら生活習慣の改善に取り組める環境づくりを継続してまいります。



健康教室：ヤクルト健康教室



ベジチェック：野菜摂取量測定

山陽建設工業株式会社

所在地 山回県防府市大字新田 532 番地の 1

従業員数 53 人

事業内容 総合建設業

(令和 6 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

地域とともに成長を続ける山陽建設工業は、社員がいきいきと働くことができる職場づくりを目指しています。社員が健康であり、いきいきと活躍している姿は、会社や地域の元気をつくるうえで重要だと考えます。また、高齢化や建設業の人手不足という現代の課題に直面する中で、会社の持続的な成長を遂げるために社員の健康を守ることが重要だと認識し、心と身体の健康づくりに取り組んでいます。

2024年3月には、「健康経営優良法人2024(中小規模法人部門)」に認定され、企業イメージの向上にもつながりました。健康に配慮する建設会社として、健康経営優良法人の認定をアピールし、新たな人材の確保につなげたいと考えています。

これからも、社員が心身ともに健康であり続けるため、様々な施策に挑戦し、社員とステークホルダーの皆さまの健康増進のサポートに努めてまいります。

特に力を入れた取り組みとその効果

食生活の改善に向けた新たな取り組みとして、食事補助制度を導入しました。社員が欠食しないよう健康に配慮した食事ができる環境を整備しました。その結果、偏った食事の改善だけでなく、金銭的負担が軽減されたとの声もあり、社員の満足度が高まりました。また、全国土木の管理栄養士から定期的に届く「食生活に関するポスター」については、毎月月末に実施する衛生委員会で全社員に周知したうえで社内に掲示し、食生活の改善を促しています。

さらに、定期的に開催している社内運動イベントにより、社員の運動機会が増え、健康意識の向上が図られました。また、イベントを通じて部署を超えた交流が生まれ、コミュニケーションが促進される効果もありました。

今後も、健康経営を通じて、心とからだの健康保持増進に積極的に取り組み、企業全体のパフォーマンス向上を目指し、社会に貢献してまいります。



食事補助制度
チケットレストラン



ポスター掲示



社内スポーツイベント「ボウリング大会」

株式会社東洋工務店

所在地 岡山県倉敷市神田2丁目7-45

従業員数 77人

事業内容 一般土木工事、重機械特殊基礎工事、再生可能エネルギー発電事業 (令和6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

健康経営に取り組むようになったきっかけは、経営理念である「活力ある人づくり、街づくり、国土(くに)づくりを通して、お客様の信頼に応える。」を基に、その基盤は、従業員であり、従業員の心身の健康なくして経営理念は実現できないと考えたからです。

弊社は、50代以上の従業員の割合が多くなってきており、自らの健康に問題を抱える人が増えてきました。このままでは、健康問題を理由に不調を抱え、休職・退職者が増え、会社の生産性の低下や若手への技能継承にも影響が出てきます。

私たちは、従業員の健康増進のため「健康経営」を実践し、「活力ある人づくり」を実現しお客様の信頼に応えるため、2018年7月に健康経営宣言を行い、健康経営について全社的な推進体制を整備することとしました。

特に力を入れた取り組みとその効果

今までは本社にイオン水の機械を設置し、現場では水を購入して飲用していましたが、この度本社に電解水素水生成器を取り付けました。本社や現場事務所に設置したウォーターサーバーでも利用でき、ペットボトル等に入れて持ち運べるようになり、各自がアルカリ性の水を飲用できるようになりました。これにより、胃腸症状の改善や不純物のないおいしい水を飲むことができ、コストも抑えることができました。一年を通じて、健康を保つために水分をしっかりととり、体の中から健康を維持するよう心がけていきたいと思っています。

また、日頃の運動不足を解消するために、昨年に続き老若男女が楽しめる社内ボウリング大会を開催しました。筋肉痛になった方もいましたが、運動の大切さを再認識する良い機会となりました。年に一度でも運動できる機会を設けることで、これを機に各自が身近で運動を始めるきっかけになればと思っています。



電解水素水生成器の設置 (健康増進)



社内ボウリング大会の開催 (運動の推進)

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番地7

従業員数 169人

事業内容 建設コンサルタント業等

(令和7年5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し進めることとしました。

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

弊社では自社HPにて毎月一回「健康経営推進だより」を更新し、誰でもご覧いただけるように公開しています。健康に関する情報を掲載するこちらの記事は、毎月作成担当者を変更しておりますので十人十色の健康情報をご覧いただくことができます。

掲載を始めた理由は「従業員の健康意識を向上させたい」ということにありました。記事を作成する従業員にとっては自身の健康について改めて考える機会となり、一般公開を意識することによって生活習慣を客観的に振り返ることができます。

また、個人が日常的に実践している健康活動等を紹介してもらうことで、読む記事によっては「健康」をより身近に感じていただくことができますので、社内外共に好評を得ています。

健康を考える機会を増やすため引き続き継続していきたいと思っております。



本社にて毎年実施している体力テスト



希望者を対象に歯科検診を実施

ホームページ

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

畠山建設株式会社

所在地 広島市安芸区船越南3丁目9-3

従業員数 11人

事業内容 建設業（大工工事）

（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

全国土木建築国民健康保険組合 広島健康支援室担当者様よりお声掛け頂き、会社全体で健康経営に取り組むことになりました。

従業員の健康を第一に考えることにより、従業員が元気で生き生きと仕事に取り組め、結果的に会社の生産性向上につながると考えています。

特に力を入れた取り組みとその効果

女性の健康保持増進に向けた取り組みとして、骨粗鬆症予防の支援・女性の健康関連課題等に関する理解促進のため、全国土木主催の「女性のための健康教室」に女性従業員全員を出席させる等骨密度測定やセミナーを受講できる環境を整えています。受講した従業員からは「健康への意識が高まった」「日々の生活習慣を見直すきっかけになった」といった声が多く寄せられており、非常に好評でした。

また、感染症対策として、①空気清浄機を設置（ヘルスアップチャレンジ助成金を利用）、②多くの従業員がインフルエンザ予防接種を受けられるよう自己負担分を全額会社負担とする（全国土木の補助制度を利用）体制づくりに努めています。



全国土木主催の女性のための健康教室に参加



空気清浄機の設置（助成金利用）

蜂谷工業株式会社

所在地 岡山県岡山市北区鹿田町一丁目3番16号

従業員数 150人

事業内容 総合建設業

(令和7年5月末現在)

健康経営に取り組むようになったきっかけ

2016年にどけんぼの保健師さんから「ヘルスアップチャレンジに参加してみませんか」とお話をいただいたのがきっかけです。組合のヘルスアップチャレンジへの参加が健康経営優良法人認定制度への申請の登竜門となりました。以降、毎年色々な取り組みを組合の方から提案をいただいております。可能な限り社員の健康管理に活かす取り組みを実践しています。例えば、「歩活(あるかつ)への参加」や「食育セミナー」、「体力測定会」などです。

健康経営優良法人認定の新聞報道や名刺へのロゴマークを見たお客様や協力会社、学生の方々から、社員の健康管理に力を入れている会社だと良い印象を持っていただいております。

社員からは「こんな取り組みをして欲しい」「他社さんはこんな事をしている」というアイデアや意見が活発に出るようになっており、今まで以上に健康管理の大切さが社内にて定着してきたと感じています。

毎年行っている社内満足度調査の項目「会社が健康や安全に配慮している」について2020年は73%(2016年は49%)の社員が「そう思う」を選択しています。

特に力を入れた取り組みとその効果

今年度、新たな取り組みとして、新入社員を対象に「食生活の改善」をテーマにした健康研修を実施しました。講師には、全国土木建築国民健康保険組合(どけんぼ)の管理栄養士をお迎えし、「働くためにはまず健康、その基盤となるのが日々の食生活である」ことを中心に90分間の講義を行いました。

研修では、管理栄養士によるわかりやすいレジュメを使って、栄養バランスの考え方や、朝食の重要性について説明がありました。特に「朝食の欠食率0%」を目標に掲げ、生活リズムの整え方や、忙しい朝でも簡単に摂れる食事の工夫など、すぐに実践できる内容が多く盛り込まれていました。

また、「ベジチェック」の測定機器を用いて、自身の推定野菜摂取量を確認する機会も設けました。自分の野菜摂取量を「数字」として見るができる体験は、新入社員にとって大きな気づきとなったようです。

研修実施から3ヵ月後に行われた定期健康診断では、多くの新入社員が再びベジチェックに挑戦し、前回との比較を通じて自身の食生活に関心を持つようになった姿が見られました。

「健康でなければ、良い仕事もできない」という意識が、少しずつ若手社員の間に根づきはじめています。今後も、健康を土台にした職場づくりを進めていきます。



新入社員向け食生活に関する講義



ベジチェックで野菜摂取量をチェック

ホームページ

<https://www.hachiyakogyo.co.jp/company/health/>

株式会社松原組

所在地 広島県福山市引野町5218

従業員数 308人

事業内容 総合建設業、製鉄関連事業、スラグ関連事業

(令和7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

健康経営に取り組むようになったきっかけは、経営理念である「夢を描き未来を創造する地域社会の発展とともに人々のより豊かな生活をもとめて」を基に、人々のより豊かな生活を実現するためにはまずは従業員が健康に働ける職場作りが大切だと考えました。

弊社は40代から50代の従業員が多く、休養や睡眠を十分とっても疲労感が回復しにくい人が増えており、このままの状態が続くと、何らかの不調を抱え生産性が低下する可能性があります。また、「疲労度」に関し社内向けアンケートを実施したところ約50%の従業員が「休養や睡眠を十分とっても疲労感が回復しにくい。疲労感が抜けない。」とのアンケート結果となりました。

従業員の生産性低下防止、事故発生予防、肩こり腰痛など筋骨格系の症状や、睡眠不足の改善をすることにより、従業員が健康に働ける職場作りを考え健康経営に取り組むようになりました。

特に力を入れた取り組みとその効果

食生活の改善に向けた取り組みとして、親会社が運営する自然食レストランと連携し、農薬不使用・無添加の食材を使用した弁当を希望者に提供しました。これにより、野菜や発酵食品の摂取が増加し、従業員からは「外食やコンビニ食が減り体調が安定した」「昼食後の眠気が軽減された」「仕事に集中できる」といった声が多数寄せられ、血圧や体重の改善が見られた事例もありました。

また、社内に設置していたO₂ルームの利用を促進する施策を行い、利用率は前年の約2倍に向上。業務の合間に利用することで、疲労感の軽減、集中力の回復を実感する社員が増加しました。

さらに、2023年に新設した健康推進部署に所属する看護師資格を持つ従業員を中心に、全従業員が年2回以上の個別健康カウンセリングを受けられる体制を整備し、体調面の早期相談や、生活習慣の改善指導を実施したことから、健康診断結果改善の効果も現れています。



酸素ルーム外観



自然食レストラン『Green ノア』のお弁当

有限会社山一工業

所在地 山口県岩国市竹安190

従業員数 7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

年1回、健康診断は実施していますが、社員の突然の病気(生死にかかわる)に直面し、健康診断をしているから大丈夫だという考えを改めて、健康診断以外にも社員に対し、健康、病気に対する意識を持ってもらい、職場の雰囲気をよくするためにヘルスアップチャレンジを宣言し、健康保持に取り組むようになった。

また、インフルエンザ等の予防接種に関しても、当初は自己責任において接種させていたが、費用や休日などの理由から接種するしないという問題が発生し、会社内に感染が広がる危険もあり、会社側が予防接種を受ける体制作りに取り組むようになった。

特に力を入れた取り組みとその効果

全社員、毎年実施している健康診断の結果に基づいて、当人と会社が面談をし、出勤扱いとして早急に医療機関での再検査を行うよう指示している。再検査の結果を共有するため、会社への報告を義務付けている。

また、会社には保険組合の保健師、栄養士に訪問してもらい、社員の健康指導、食生活指導等をしていただき、意識向上に努めている。

喫煙対策に関しても、事務所・車内での禁煙、分煙に取り組んでいる。

このような健康づくりに取り組む姿勢を会社が見せることにより、社員も健康に対する意識向上が生まれ現場での事故発生も減少し、みんなが健康になり職場の雰囲気も良い状況になっている。



社員が血圧チェックをしている様子



保健師、管理栄養士による訪問指導

株式会社愛亀

所在地 愛媛県松山市南江戸2丁目660番地1

従業員数 203人

事業内容 舗装工事業

(令和7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

社会全体の高齢化が進む中、弊社においても社員の平均年齢が年々上昇しています。また、定年の引き上げや再雇用制度の整備などにより、「定年まで」ではなく「定年後も見据えた長期的な就労」が一般的になりつつあります。このような社会的変化を受けて、社員一人ひとりが健康で、意欲を持って長く働き続けられる職場づくりが、これまで以上に重要になってきました。

そこで弊社では、社員の健康維持と疾病予防を目的としたさまざまな取り組みをスタートさせました。定期健康診断の充実や健康相談の機会提供などを行っています。こうした取り組みを通じて、社員が心身ともに健やかな状態で、安心して長く働ける環境の実現を目指しています。

特に力を入れた取り組みとその効果

弊社では、建設業界における多様な人材の活躍推進を目指し、新たに「建設ディレクター」という職種を設けました。この職種は、現場と事務の業務を橋渡しする中間的な役割を担い、特に女性が現場で働きやすくなるよう配慮したものです。現在、3名の女性社員が建設ディレクターとして在籍しており、現場での調整や事務作業の両面で力を発揮しながら、活躍の場を広げています。建設業界は依然として男性比率が高い業種ではありますが、弊社では性別に関係なく誰もが活躍できる環境づくりを進めており、今後も多様性を尊重した職場づくりを目指してまいります。

また、令和6年4月からは弊社も時間外労働の上限規制の適用対象となったことを受け、労働時間の適正管理を目的として新たに勤怠管理システムを導入いたしました。このシステムの導入により、管理職が部下の時間外労働の状況をリアルタイムで把握できるようになったほか、社員本人も自身の時間外労働の状況を随時確認できるようになりました。これにより、働き過ぎの防止や業務の効率化が促進され、各自がより計画的に業務に取り組める環境が整いつつあります。



事務作業をしている建設ディレクター



現場作業をしている建設ディレクター

ホームページ

<https://ikee.jp>

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でいていました。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でした。

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おりますが、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>

四国開発株式会社

所在地 高知県香南市野市町東野 1471-5

従業員数 77人

事業内容 総合建設業

(令和7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、創業から50年以上「地球に優しい環境創造」をモットーに県内の様々な開発事業を手掛けてきました。その活動を支えてきたのは、幾人ものスペシャリストの存在です。しかし、その方々も高齢化が進んできているのが現実です。若い世代を育てる為にも、先輩方の経験・指導が必要不可欠であることから、社員ひとり一人が会社の財産と考えます。

そこで、社員の高齢化による健康状態の悪化を防ぎ、社員ひとり一人の、健康寿命への関心を高める事が重要であると考えました。

社員の健康が会社の健康とも言える事から、心身ともに元気に働ける事業所を目指して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

健康増進・生活習慣病対策として、健康診断の100%実施はもちろんの事、自己負担の補助金制度を設ける事により、基本的な健康診断から人間ドックへの受診を推奨しております。さらに、がん対策として、7年前から男性には前立腺がん検診、女性には乳がん検診の補助金制度も取り入れております。その結果、令和6年度の健診受診者のうち63.7%が人間ドックを利用し、前立腺がん検診は24人、乳がん検診は6人が受診しました。また、健診後も、精密検査・要治療者には、必ず受診勧奨を行っております。

併せて、毎年どけんぽの保健師、管理栄養士の事後指導や栄養相談を実施し、社員ごとの健康課題や食生活改善の指導をいただいております。継続して実施する事で、社員の健康意識も変わり、職場の中で「健康」の話題も飛び交っております。



健診後の事後指導・健康相談



血圧計の設置・減塩食品陳列

ホームページ

<http://www.shikokukaihatsu.com>

株式会社 南建

所在地 高知県南国市稲生706

事業内容 製造業

従業員数 17人

(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

弊社は現在、従業員の高齢化が進んでおります。人材は常時募集してはいるものの、なかなか若年層の入社に結びついておらず、人材確保の厳しさを痛感している状況です。そういった状況の中で、若年層の入社及びその成長を促すことはもちろんですが、現在勤務しているベテラン層の従業員にも長く活躍してもらう必要があります。そのためには、健康的に働けるように、会社として何か環境や制度を整えて健康づくりの取り組みが重要ではないかと考え始めたことが、健康経営に取り組むようになったきっかけです。

特に力を入れた取り組みとその効果

生活習慣病などの疾病の高リスク者に対する重症化予防には、特に力を入れました。

定期健康診断後、再検査・精密検査が必要にも関わらず、受診していない人が多かったため、組合の保健師・管理栄養士に保健指導・健康相談に来ていただいております。健診結果を基に個々で指導を受け、指導内容によっては、病院受診を促し、通院のための休暇がとれるよう社内工程を調整するなど行いました。

再検査を行った社員の内2名に大きな疾病が見つかりましたが、早期発見だったとのことで大事には至らず、手術を受け現在休業をしていますが、早い復職を待っています。今回このような取り組みを行わなければ、発見が遅れていたかもしれないので、取り組みの成果があったと思っています。

今後も社員一人ひとりが長く健康に活躍できる会社を目指して健康づくりの取り組みを実施していきたいと考えております。



ラジオ体操で心身ともにリフレッシュ



感染対策は徹底して取り組んでいる

ホームページ

<http://kabunanken.jp/>

株式会社西日本科学技術研究所

所在地 高知県高知市若松町9番30号

従業員数 34人

事業内容 建設コンサルタント

(令和7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

弊社の企業理念は「地球規模で考え、自分の地域（持ち場）で行動する」です。所員一人一人が自分の力を十分に発揮するには健康が一番です。創業50年前から社員もその家族も健康になれるよう変わらぬ方針を続けております。

社員の健康診断には、「忙しいから」を理由に受診をしない方がいないように社内で協力し全員が受診をしております。健康であることが活力向上につながり、笑顔で挨拶ができ、それが社会人としても企業人としても成長につながり、会社の発展へと繋がっていくと思います。

特に力を入れた取り組みとその効果

創業時に植えた楠（県の木）も今では社屋が見えないくらい大きく育っています。少し贅沢ですが、この庭があることによって季節感を肌で感じ五感も十分に働かせる一つと思います。春は鳥のさえずり、夏ならセミの声と一緒に仕事をしています。

当社は自然と環境を大切にする企業です。そのため、喫煙対策には創業時から特に力を入れております。室内禁煙はもちろんのこと外での歩きタバコも禁止しております。現在の喫煙率は5%となっています。

また、各部署間でのコミュニケーションを高め、風通しの良い明るい職場を目指しております。月初めの朝礼時に全員でラジオ体操を行い、お互いの健康の声かけをしています。4月には防災を兼ねた徒歩通勤を行い、前年度との時間を比べ自身の体力がどう変化しているのか気づき、運動の取り組みを促進するきっかけに役立っています。2025年6月からは、健康講話で実施した「いきいき健康体操」を取り入れていきます。

いつまでも元気に、安心・安全に生活を送れますように。



朝礼でのラジオ体操風景



ポスター掲示風景

ホームページ

<https://www.ule.co.jp/company/initiatives>

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 183人

事業内容 総合建設業

(令和7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

ミタニ建設工業は、「全社員の成功(幸せ)をサポートする」という経営理念のもと、社員一人ひとりが仕事もプライベートも充実した毎日を送れるよう、さまざまな取り組みを行ってきました。

その一環として、ラジオ体操の実施や健康診断の受診率100%を目指す取り組みなど、健康への意識を早くから高めてきました。これらの取り組みが評価され、2017年には「健康事業所宣言」を行い、高知県で初めて「健康経営優良法人」に認定され、2021年には「ブライト500」にも選ばれました。

「高知から日本を変えていきたい」。

そんな熱い思いを胸に、ミタニ建設工業は【地域創生企業】として、お客様や地域への貢献、そして経営成果の継続的な向上を目指しています。

そのためにも、社員が心身ともに健康でいられることが何より大切だと考え、今後も引き続き、健康経営に挑戦してまいります。

特に力を入れた取り組みとその効果

ミタニ建設工業では、社員の健康を会社全体で支える「健康経営」の一環として、2022年4月より「筋肉・脂肪買取キャンペーン」を実施しています。

このキャンペーンは、体成分分析装置を活用し、体脂肪量を1kg減少、または筋肉量を50g増加させるごとに、それぞれ1,000円の報奨金を支給するというユニークな制度です。

この取り組みの背景には、社員の約6割が20代から10kg以上体重が増加しているという実態があり、高カロリーな食事や、運動不足などの生活習慣に社員自身が気づき、より良い行動へと意識を変えるきっかけになるよう、取り組んでいます。実際に参加した社員からは、「自炊を始めた」「運動を習慣化できた」といった前向きな声が多数寄せられており、健康的なライフスタイルを定着させる良い機会となっています。この取り組みは、全社員を対象としたポピュレーションアプローチの第一歩としても位置づけられており、今後もさらなる健康支援につなげていく予定です。



☆社長も本気で健康管理！



☆嬉しい報奨金でやる気 UP！

ホームページ

<https://www.mitaken.co.jp/health>

横田建設株式会社

所在地 香川県丸亀市城東町一丁目4番1号

事業内容 土木工事業

従業員数 29人

(令和7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

近年、建設業においては従業員の高齢化が進んでいます。当社においても40歳以上の従業員の比率が年々増加し、従業員の健康管理の配慮、健康保持増進の重要性を認識。2017年、全国土木建築国民健康保険組合とコラボして「健康経営」に取り組むことを目的にヘルスアップチャレンジ宣言をしました。会社と従業員が一体となって健康づくりに取り組むことで全従業員の健康度アップ、モチベーションの向上さらには企業イメージアップにもつながり若年層にも魅力ある職場として受け入れられるようになるのではないかと思います、健康経営に積極的に取り組むこととなりました。

特に力を入れた取り組みとその効果

毎年、全国土木建築国民健康保険組合による健康相談を事業所にて実施しております。各従業員に、健診結果に応じた保健指導・栄養指導を実施してもらい、自己の健康課題を把握・認識し、改善できる環境を整えています。特に、健康診断後の再検査・精密検査が必要な者に対して受診勧奨を行った結果、受診率が向上し、早期治療に繋がっていることから、受診率100%を目指してまいります。

また、当社のもう一つの目標は、従業員のワークライフバランスの充実を図るために、完全週休二日制を導入することであり、2017年度より計画的に年間休日を増やしてまいりました。2017年度は年間休日が93日でしたが2022年度には101日、2023年度には119日、2024年度には122日まで増加させ、休日を土曜日・日曜日・祝日とし完全週休二日制を実現することができました。8月には土曜日・日曜日・祝日に有給休暇をあわせて9連休の長期休暇を取得する事もできました。仕事と生活のバランスが取りやすくなったことで、従業員のモチベーションの向上や生産性の向上、さらには優秀な人材の確保にもつながりました。



健康相談で推定野菜摂取量測定会実施



完全週休二日制に取り組んでいます

ホームページ

<http://yokota-cc.com/>

大西工業株式会社

所在地 佐賀県唐津市新興町25番地

従業員数 52人

事業内容 建設業 管工事

(令和7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

2019年、佐賀県と唐津市が健康経営に関する事業を始める際に、協力企業として声を掛けて頂いてから健康経営に取り組むようになりました。

最初は何もわからず、行政からのアドバイスを頼りに活動していましたが、取り組みを継続していく中で健康経営がもたらす会社への好影響は計り知れないと実感しています。

例えば、以下の3点があげられます。

- ①求人活動において、社員の安全と健康を第一に考えて経営していることをアピールできるため、採用希望者から安心して働けると好評価を得ています。
- ②ボランティア活動や社員旅行などの社内行事を通じて社員間のコミュニケーションが良好なため、チームの活性化と共に従業員の定着に貢献しています。
- ③就業時間内の通院や再検査を認めるなど、会社の取組が社員一人一人に浸透してきているため、健康に対する意識の向上がみられます。

2020年8月には、この活動が評価され、佐賀県知事から「第2回佐賀さいこう表彰(健康経営部門)」を受賞しました。

特に力を入れた取り組みとその効果

当社の課題はBMI 25以上の肥満者が多いことと喫煙率の高さです。

そのため、運動の取組みと受動喫煙防止対策に力を入れています。

運動の推進については、2019年に個人の運動実績を見える化することからスタートし、2021年8月にはスポーツジムと法人契約をして、運動しやすい環境を整えました。

受動喫煙防止対策としては、禁煙への関心を高める目的で毎週水曜日を「減煙Day」として20%減煙する日に設定して取組を開始しました。

さらに、受動喫煙が発生していた屋根・灰皿・椅子がある居心地の良い屋外喫煙所から灰皿と椅子を撤去し、喫煙場所を屋根のない「喫煙可能場所」に移動しました。加えて、地面に足型をペイントして同時喫煙者の人数制限、タバココミュニケーションの制限及び携帯マイ灰皿の持参をルールとしました。

2023年4月からは毎月の手当として「健康増進手当(10,000円)」を新設しました。対象者は、非喫煙者及び禁煙宣言し継続できている者とし、新たに3名が禁煙に成功しました。

社長から社員に向け「当社は禁煙対策に取り組む」ことを発信しており、社用車内も禁煙とするなど会社としてたばこを吸いにくい職場環境を作り喫煙率低下をめざしています。



屋外喫煙所
ビフォーアフター

喫煙可能場所
定員3名、
足形を壁に向け設置



ホームページ

<https://onishi-kougyou.co.jp/benefits/>

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>

株式会社佐藤技建

所在地 福岡県北九州市小倉北区赤坂3丁目5-61

従業員数 24人

事業内容 総合建設業

(令和7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

弊社は創業70周年を迎え、若手からベテランまで男女問わず活躍できる企業を目指し日々励んでいます。また、定年年齢の引上げや定年後の継続雇用制度の導入により、高年齢の社員も多数活躍しております。全社員が心身ともに元気に働ける企業となるためには、社員一人一人の健康に対する関心・意識の向上が不可欠となってきます。

そこで弊社では、会社全体で率先して健康経営に取り組み、社員の健康づくりの取り組みを推進するようになりました。会社全体で協力して健康保持・増進に取り組むことで、コミュニケーションの機会が増え、社内の一体感の構築にも役立てることができました。

今後も社員一人一人が心身ともに健康でいきいきと働ける企業となるため、健康経営に積極的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

60歳以上の社員の割合が高いため、転倒・転落等による労働災害防止の観点から「転倒リスクチェック」を令和4年度から3年連続して実施しております。このイベントにより社員は自身の転倒のリスクを自覚することができました。また、高年齢の社員は転倒のリスクが高いということ、運動習慣のある社員が少ないということが判明したため、勤務中でも手軽に利用できる運動器具としてバランスクッションを各自に配布しました。デスクワーク時に椅子の上に置いて使用し腰痛予防に役立った者や、床に置いたクッションの上に乗って体幹トレーニングでリフレッシュする者など、それぞれの目的に応じて活用できています。

なお、転倒リスクチェック時には従業員同士「できた」「できなかった」と和気あいあいとした雰囲気が生まれ、コミュニケーションの促進にもつながりました。



転倒リスクチェック実施中



バランスクッションで腰痛予防

ホームページ

<http://www.satogiken.com/ap/news?pn=1&cid=1>

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

社員の高年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。

昨年からどけんぽの保健師・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。どけんぽ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

新日本熱学株式会社

所在地 福岡県北九州市戸畑区中原先の浜46-80

従業員数 144人

事業内容 建設業 プラントメンテナンス

(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

2019年に当社の産業医から「健康経営優良法人認定」取得の勧めがあり、「健康経営」の理念が弊社の「社員の健康が会社の業績に直結する」という方針と一致することから、認定へチャレンジすることといたしました。

弊社では認定にチャレンジする以前には、健診の受診管理が不十分であるという課題がありました。全国に16拠点ある事業所でそれぞれ受診時期が異なっていたため、有所見者の二次健診受診完了まで徹底できておらず、また異動の際に上手く引継ぎができていない点が課題となっていました。

また、福岡健康支援室様からいただく健診結果分析を見ると、弊社では腎機能など生活習慣病に繋がる項目での有所見率が高かったことから、生活習慣・働き方改革の面を特に支援したいと考えました。

特に力を入れた取り組みとその効果

事業所ごとに管理していた健診業務を本社にて一括管理するようにし、定期健診受診率100%は当然のこと、有所見者の再検査受診を徹底するようにしました。特殊健診も含め、個人ごとの健診種類や受診時期が一目でわかるカルテ様式の健診ファイルを作成し、配置転換があった時も情報を滞りなく移動できるようにしています。受診時間は出勤と見なし、二次検査費用も会社負担とし結果報告書の提出を義務付けています。これにより2019年以降二次健診受診100%達成を継続しています。また定期健診は30歳以上の社員に対して、費用全額会社負担で人間ドックを受診させ、健康への気づき、生活習慣の改善になるよう支援しています。

そのほか福岡健康支援室様からご助言をいただき、ベジチェックを使用しての野菜摂取量測定、女性特有の疾患についての啓もう教材配布、転倒リスクチェック等の健康イベント実施など健康経営の取組を積極的に行っています。

2023年度からは変形労働時間制を導入し、従業員の時間外労働の削減に力を入れています。今後も従業員の働きやすい会社を目指し健康経営に取り組んでまいります。



ベジチェックで野菜摂取量測定を行いました



安全衛生委員会でのどけんぼ保健師の講話

ホームページ

<https://www.netugaku.co.jp/health/>

杉山建設株式会社

所在地 熊本市東区御領二丁目 14 番 64 号

事業内容 建設業

従業員数 15 人

(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

建設現場では、喫煙しながらコミュニケーションをはかるのが一般的と捉えている方が多いためか喫煙率が高い。そのためか高血圧や脳梗塞などの生活習慣病にかかる従業員が多かった。

また、健康への意識が低く、定期的な健康診断の受診も従業員全員は難しい環境だったため、まず、健康診断の受診率を100パーセントにすることから始めたいと考えた。

従業員の健康維持に向けての意識改革・健康増進（定期健康診断の受診）、生活習慣病対策（禁煙・糖分の過剰摂取の抑制）、感染症対策に取り組むようになった。

特に力を入れた取り組みとその効果

健康増進を図るため、健康診断の受診率を100%にした。その健康診断結果に基づいてどけんぼの保健師・管理栄養士による保健指導も実施している。また、飲料に含まれる糖分の取り過ぎを防止するため、社内の自動販売機を撤去し、「水・お茶」などの糖分を含まない飲料を常備し、配布している。そのため、体重の大幅な増加は見られない。

禁煙対策のため屋内は禁煙とし、喫煙所を屋外に設置したところ、これまでは作業をしながら煙草を吸っていたが、作業を中断し喫煙をしなければならなくなったため、喫煙本数が減った人や禁煙に成功した人が数名みられている。

感染症対策のため、玄関、トイレなどにアルコールの設置、手洗いうがいを推奨するためのポスターを掲示した。昨年度及び今年度の感染症罹患者はいない。



社内冷蔵庫に常備している水・お茶



助成金を利用し購入した加湿空気清浄機

ホームページ

<https://ameblo.jp/sugiyama-corp/entry-12695433702.html>

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

株式会社中野工務店

所在地 熊本県熊本市北区楠野町1409

従業員数 38人

事業内容 建築工事業（型枠工事）

（令和6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

どけんぽ福岡健康支援室との年一回の担当者打合会において初めて健康経営の話を聞き、どんなものだろうと思いながらもまずはヘルスアップチャレンジに宣言しました。

健康支援室から助言をいただきながら実際に健康に関する様々なことを計画・実践してみて、事業主としては労災事故の防止に繋がり、従業員には安心して働ける職場に繋がっていくのだと実感しました。

また、健康経営優良法人認定取得について求人票に載せています。いい人材を獲得できることを期待しています。

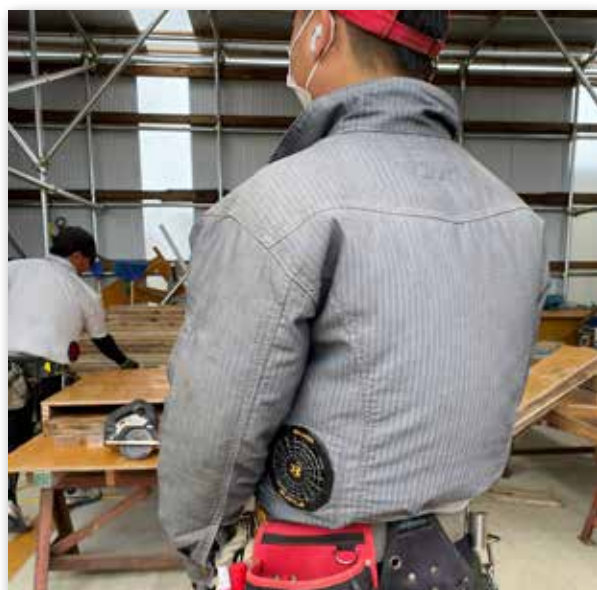
特に力を入れた取り組みとその効果

定期健康診断は毎年実施率100%です。令和5年度から40歳以上は人間ドックを受診することとしました。これは3月のどけんぽ主催の健康推進会議で他社の取組を聞いて当社でも取り入れたものです。

健診結果で要再検査・要精密検査対象者には100%受診勧奨し受診結果も報告させています。受診を渋る社員には上司や社長から勧めています。特定保健指導も会社として対象者全員が実施するよう勧めているほか、健診の事後指導としてどけんぽの保健師・管理栄養士の面談を実施しています。感染症対策としてインフルエンザ予防接種を勧め、費用はどけんぽの補助額の差額を会社が負担しています。なお、家族分のどけんぽへの補助金申請のサポートも行っています。

また、現場に設置した自動販売機に健康的な飲料を勧めるポスターを掲示し、過剰に糖分を摂取しないよう取り組んでいます。

このような取り組みを継続することで従業員も健康の大切さを真剣に考えるようになりました。



熱中症対策として
会社支給の
空調服



自動販売機に
健康的な飲料を
勧めるポスター
掲示

ホームページ

<https://nakano.wakuwaku-rc.jp/about/>

株式会社渡辺組

所在地 鹿児島県鹿児島市武二丁目4番1号

従業員数 148人

事業内容 総合建設業（建築一式工事、土木一式工事）

（令和7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、経営者が「経営の基本は健康である」という理念を掲げていることから、以前より従業員の健康増進に向けて様々な取り組みを積極的に行ってまいりました。その中の1つに「健康目標制度」というものがあります。これは毎年1月に1年間の健康づくり活動について、各人が目標を設定し、その後の達成状況を報告するものです。優良者には報奨金として金一封が贈られます。

その他、人間ドック・予防接種の費用補助、年2回のゴルフ・ボウリング大会及び懇親会にて従業員同士のコミュニケーションを図る等、健康経営の推進に取り組んでいます。従業員一人ひとりの士気が高まることで、会社のイメージアップにも繋がります。2017年には鹿児島県内で初めて健康経営優良法人に認定され、その後も継続して認定されています。

特に力を入れた取り組みとその効果

当社では、定期健康診断の受診率100%はもちろんのこと、がんなどの疾患の早期発見のため人間ドックの受診もすすめており、費用の半額を会社が負担しています。

また、全社員を対象とした産業医による衛生講話、社員の家族や新入社員に対する健康セミナーを実施するほか食生活改善の動機づけのためベジチェックによる野菜摂取レベルの測定等の取組を通じて従業員の健康に対する意識の向上につなげています。

そのほか、5日以上連続休暇の取得を義務付ける制度を設け有給休暇取得を促進させるほか、育児休業取得対象者とのコミュニケーションを密にとるなど取得しやすい環境づくりを行ったことで、昨年の男性社員の育児休業所得率は50%となりました。

こうした職場と家族も含めた健康への取り組みや社内制度の更なる充実により仕事へのやりがいや心身ともに健康的なワークライフバランスを目指しています。



ノ一残業デーの社内掲示板



野菜摂取レベル測定

ホームページ

<https://k-watanabegumi.co.jp/helsup/>