

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

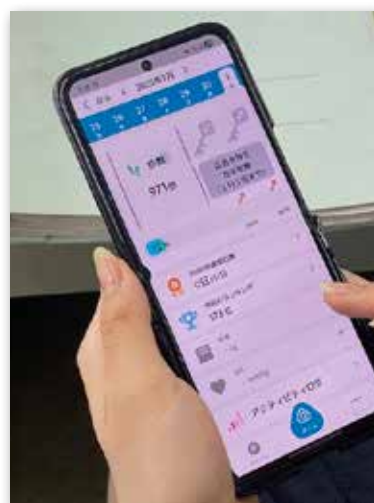
健康経営を推進するにあたり力を入れたものとして受動喫煙対策と運動機会の提供でした。会社としても職員の健康を第一に考え、社屋敷地内に独立した喫煙室を設置することで受動喫煙の防止を図り、完全分煙化をすることといたしました。喫煙室を社屋内から社屋外に移したことにより、社内の喫煙者、一人当たりの喫煙本数は減少しました。

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

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/>

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/

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

事業内容 総合建設業

従業員数 76人

(令和5年7月末現在)

健康経営に取り組むようになったきっかけ

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

対策として、まずは想定される健康リスクを捉え、全国土木建築国民健康保険組合のご指導、ご協力を受けながら情報提供と共有、実践を行うことで生活習慣病の未然防止、早期発見と治療ができる体制づくりを継続しています。

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

特に力を入れた取り組みとその効果

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

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

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

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



健診結果による生活習慣改善資料の個別配布

トップメッセージ



ホームページ

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

宇部建設株式会社

所在地 岩手県一関市三関字桜町42番地1

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/>

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에서도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/>

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/>

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、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/>

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/>

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7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/

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！

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

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/>

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/>

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/>

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。

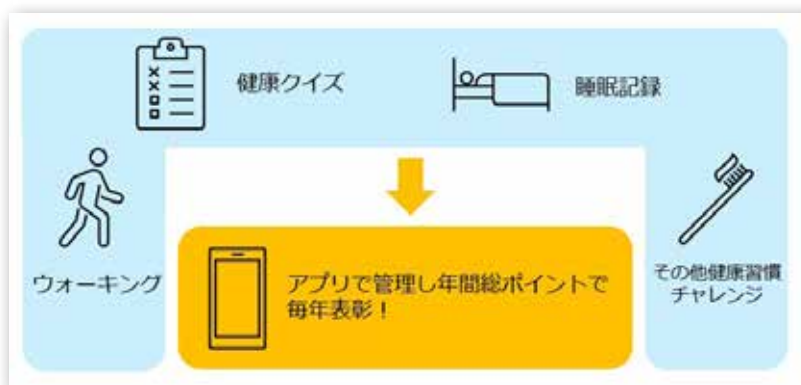
②病気の予防：人間ドック受診費用を会社で補助し、定期健康診断と合わせた年2回の健診受診を推奨、また有所見の場合の再検査等受診を就業時間(特別休暇)として認定するほか、日々のウォーキングや月替わりの健康習慣チャレンジの記録をアプリで管理し、表彰する「トビシマ・ヘルスアップ・チャレンジ」を開催するなど、従業員の健康保持・増進への取り組みを促進する様々な施策を講じています。

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。

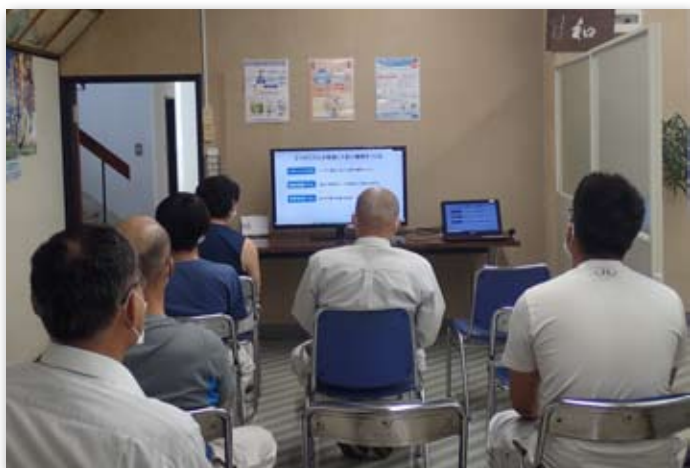
健康経営の活動は認定申請に紐づけ、社員の健康増進や健康意識の向上を図り、また社員の働きやすい環境づくりが出来るよう日々取り組んでおります。そして同時に業界及び企業のイメージアップになるよう、今後も積極的に活動に取り組んで参ります。

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

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

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。

人間ドックの受診費用補助拡大	がん検診費用等の補助拡大
人間ドックの受診費用補助拡大 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
がん検診費用等の補助拡大 20歳以上 2,000円	がん検診費用等の補助拡大 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/>

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>

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、治療を行っていただきました。
2. ウォ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>

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/>

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

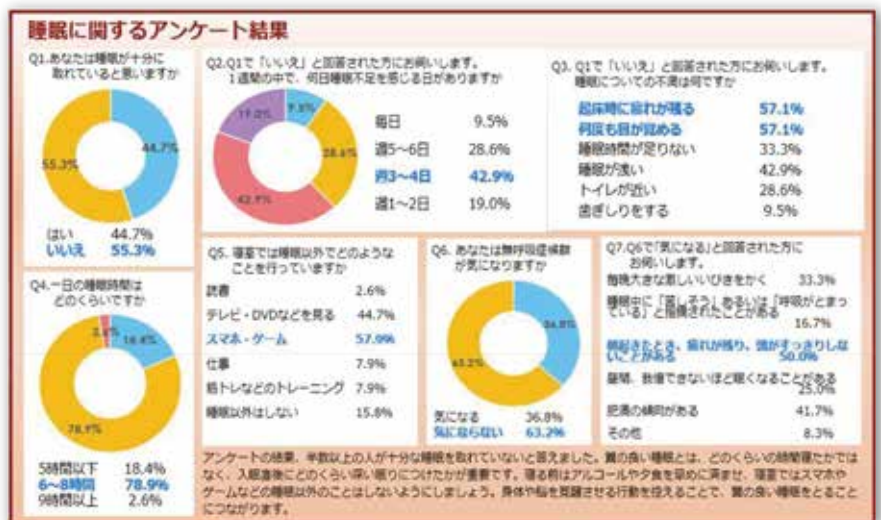
社員が活動的で充実した余暇を過ごせるよう、「ライフスタイル充実応援補助金」を提供しています。この補助金は、スポーツ施設やカルチャースクールの利用料を一人当たり月額2,000円まで補助し、健康増進や自己啓発のための活動を支援しています。

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>

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

事業内容 総合建設業

従業員数 2,419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>

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

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)

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

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



毎朝各現場、事務所、会社全体でラジオ体操



ゴルフ倶楽部で親睦兼ねて運動不足解消

ホームページ

<https://www.otake.co.jp/news/news20210930.html>

株式会社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います。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たばこ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

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。

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

今後も健康経営を進める取り組みを実践していきたいと考えています。

特に力を入れた取り組みとその効果

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

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



社内掲示ポスターによる健康周知活動



自転車、徒歩での移動、通勤を推奨

株式会社中野建設

所在地 佐賀県佐賀市水ヶ江2丁目 11-23

従業員数 268人

事業内容 総合建設業

(令和5年7月末現在)

健康経営に取り組むようになったきっかけ

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

昨今の建設業を取り巻く環境は団塊世代就労者の高齢化、若年技術者及び女性技術者の不足など、建設業に携わる労働人口の大幅減少の問題に直面しています。弊社ではこれらの諸問題への対策として、AI、ICT技術の活用による建設現場の生産性向上、作業時間の短縮、事務作業の省力化としてDXを活用し会社全体の「働き方改革」に取り組んでいます。

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

特に力を入れた取り組みとその効果

- ① 弊社の定期健康診断結果を見ると、有所見率が49%でその中でも血糖の有所見率が高くなっていました。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