

# 三重県・健康経営特集

三重県内で、従業員やその家族の健康づくりを積極的に推進する企業が増えている。人手不足や従業員の高齢化、メンタルヘルス不調者の増加に伴い、社員の健康が生産性向上や企業の成長につながるという健康経営の考え方が改めて注目されているからだ。従業員の健康を守る「ホワイト企業」としてイメージアップにもつながり、採用面でもプラス効果が期待できる。三重県内企業では、各社工夫を凝らした取り組みを実践している。

# 社員の健康は会社の成長

## 各社、工夫を凝らした取り組み進む

### ■運動不足解消に力

総合建築業のイケタアクト(本社鈴鹿市池田町柳引1-40、田中久司社長)は三重県の「三重とこわか健康経営大賞2021(中小規模法人部門)」で大賞を受賞しているほか、経済産業省の「健康経営優良法人2022」では中小規模法人の上位500社に与えられる「プライト500」に2年連続の認定を受けた。

屋外での仕事が多い建設業は毎日体力勝負。同社は以前から健康視点の経営を実践しており、特に意識しているのが運動不足の解消だ。

ラジオ体操は毎朝の朝礼で実施し、30年以上続けている。全国健康保険協会(協会けんぽ)三重支部が展開する健康維持の推奨活動「健康チャレンジ」へ参加し、これまでに、万歩計を活用したウォーキングや、仕事の合間にできる簡易的な「ながら運動」などに挑戦した。

このほか、昨年から運動部に特化した社内活動を展開。バドミントン、ゴルフ、スケートボードが活動しており、一番人気のゴルフは10人前後が参加してい



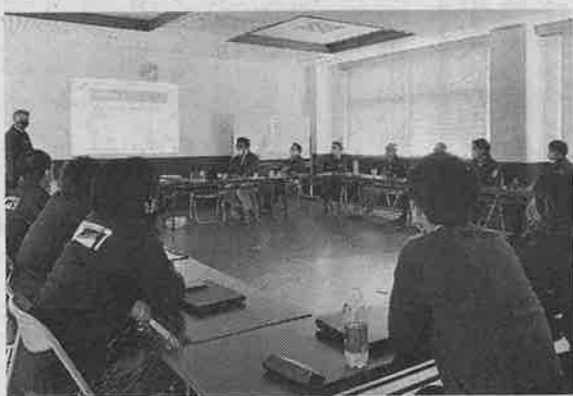
毎朝の朝礼に欠かせないラジオ体操

るといふ。田中社長は「運動による体の健康維持だけでなく、従業員の親睦が深まりコミュニケーションが活発化すること」が期待でき、メンタルヘルス(心の健康)対策にもつながる」と話している。社員が心身ともに健康で長く働き続けられる会社を目指し、健康経営の取り組みを強化していく。

### ■社員の参加意識高く

棚(ラック)製造を手掛けるゴーリキ(本社伊勢市大湊町1-25の10、強力雄社長)は、従業員のメンタルヘルス対策はじめ、食生活改善の意識付け、運動習慣を促進する活動を推進している。社員が自主的に職場環境の向上などに取り組み委員会制度が浸透しており、参加意識が高いのが特長だ。今年3月には「健康経営優良法人2022(プライト500)」の認定を受けた。

社内の委員会の中で「ライフワークバランス委員会」が健康経営を担当し、総務部と連携して進めている。今年度同委員長を務める生産部の田角勇太氏は「みんなに健康への意識を持ってもらうこと



ゴーリキの全体会議

に力を入れた」と話す。夏場に特定保健用食品の飲料を配り、従業員全員が集まる全体会議では健康に配慮した弁当を用意した。健康クイズを出して、正解率の高い社員にプレゼントを贈った。

メンタルヘルス対策では、外部専門家と契約し、年2回までカウンセリングが受けられる。家庭など「ごころの悩みも聞いてもらえると好評だ。

運動の習慣づけでは、全従業員に支給しているアイフォンの歩数計を活用し、1週間の歩いた歩数を競い合った。今年7月には、「健康経営推進室」を立ち上げる。4人のスタッフに加え、アクサ生命保険の支援を受けて、取り組みを一層強化する。同社担当者は「社員の声を吸い上げ、より女性が動きやすい環境づくりを進めたい」と意欲を見せる。

### ■達成度8・2%向上

橋りょう部品の製造や鉄骨・木造建築の新築・増改築の設計から施工まで手掛ける佐野テック(本社菟野町千草5051の9、佐野貴代社長)は、17年から6年連続で「健康経営優良法人」に認定されている。

16年夏から、社員が1年間の健康に関する目標を名札に記載する取り組みを継続している。食習慣や睡眠、軽い運動など具体的な目標を自ら決めて、1年後に達成できたかを検証するものだ。21年度の達成度は40・5%。前年度と比べ、8・2%向上した。健康に対する意識付けに加え、日ごろの会話で話題になるなど社内外の人のコミュニケーションの促進につながる効果も出ている。



男女で作業服を統一した

21年からは、作業服を男女でタイルに統一した。もともと性なく作業できるようにする狙いが、女性従業員の冬の冷え性の役立っている。

また、治療と仕事の両立支援にた大学院の研究への協力もめている。生活習慣に関するの実施や、産業保健師について行い、健康について相談しやすい環境を目指している。

今後の取り組みでは、コロナ禍で集まる機会がなかなか作れなかったクリエーションの場を設けていく。検討している。スポーツ観戦などで会社の仲間やその家族が触れ、リフレッシュにつなげてい

### ■体験型ツアー展開

複合機やプリンターなど事務販売を手掛ける四日市事務機(本社四日市市日永西2-18の18の智成社長)は、「健康経営優良法人2022」に2年連続で認定された。98の福利厚生制度をはじめ、快イ空間づくりやクラウドシステム導入しながら、社員の健康づくりに力を入れている。AI(人工知能)により、新しいものを積極的に顧客への提案も行っている。

同社は、20年から健康経営体験型ツアーを展開している。全0社の革新的なオフィスベンチングして、自社に取り入れ、検入。そのノウハウ、取り組み事



未来を笑顔に

## 「健康事業所宣言」1410事業所に

中小企業の健康保険を担う全国健康保険協会(協会けんぽ)三重支部は、三重県や経済団体など関係各団体の協力を得て、「オール三重」の視点で健康経営の取り組み支援に力を入れている。

同支部では、事業主が会社全体で従業員の健康づくりに取り組むことを社内外に発信する「健康事業所宣言」の登録数が4月末時点で1410社となった。

「健康経営優良法人2022」では、加入事業所から232法人が認定され、前年度と比べ56法人増えた。うち中小規模部門で評価の高い「プライト500」は11法人あった。

また、従業員の健康づくりをサポート

として、健康課題の把握や同業態との比較ができる「事業所カルテ」や、季節の健康情報を掲載した健康情報誌を提供している。このほか、健康経営優良法人認定企業50社の健康づくりの取り組みをま

とめた事例集を発行するなど、健康経営に取り組む事業所のニーズに応じた情報提供を行っている。

内藤誠支部長は「まず、経営層が組織として健康経営に取り組む意向を示すことが大切。経営層が積極的に健康経営に取り組む環境づくりを行うことが、従業員の意識向上や行動変容につながる」と強調。難しく考えず、ラジオ体操などできることから実践し、小さな取り組みでも地道に継続することが健康経営につながる。支部でサポートします。支店でも健康づくりを進めていきます」と呼び掛けている。



協会けんぽ三重支部が配布している健康経営の推奨パンフレット

また、治療と仕事の両立支援にた大学院の研究への協力もめている。生活習慣に関するの実施や、産業保健師について行い、健康について相談しやすい環境を目指している。

今後の取り組みでは、コロナ禍で集まる機会がなかなか作れなかったクリエーションの場を設けていく。検討している。スポーツ観戦などで会社の仲間やその家族が触れ、リフレッシュにつなげてい

