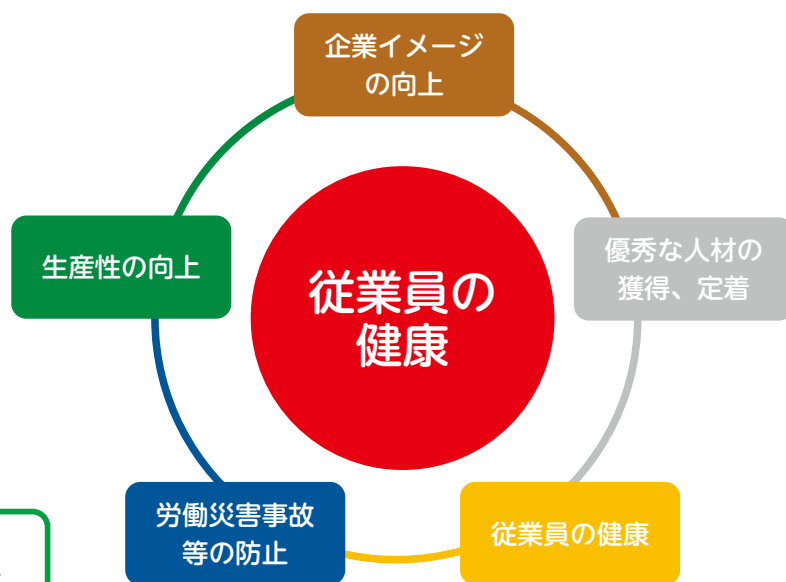


# 豊橋市健康経営® 事例集

# 2023



## 健康経営とは

「企業が従業員の健康に配慮することによって、経営面においても大きな成果が期待できる」との基盤に立って、健康管理を経営的視点で考え、戦略的に実践すること。


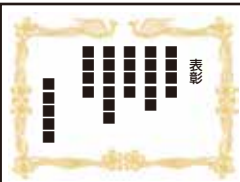
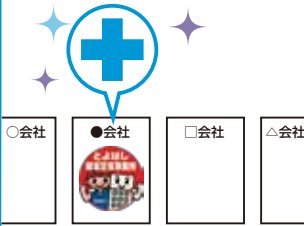

※「健康経営」は NPO 法人健康経営研究会の登録商標です

健康経営を始めたい、とお考えの皆様へ

# 豊橋市×豊橋商工会議所×協会けんぽ愛知支部が 取り組みをサポート

## 「とよはし健康宣言事業所」認定制度

従業員の健康づくりに積極的に取り組み、健康経営を実践する企業を、「とよはし健康宣言事業所」として認定します。

<h3>企業イメージの向上</h3>  <p>企業名や取り組み実績を市ホームページで御紹介、またロゴマークが使えます。</p>	<h3>優秀な取り組みを表彰</h3>  <p>優秀な企業を豊橋市・豊橋商工会議所・協会けんぽ愛知支部が共同で表彰します。</p>	<h3>入札における加点</h3>  <p>市が実地する総合評価入札制度*1において、「企業の地域性社会性等」として加点します。</p>	<h3>健康経営優良法人へのステップアップ</h3>  <p>健康宣言での取り組みをいかして、健康経営優良法人の認定を目指しやすくなります。</p>
--	--	--	---

\*1 ①とよはし健康宣言事業所、②健康経営優良法人(経済産業省)の2つの認定が必要です。

## 「とよはし健康宣言応援事業」

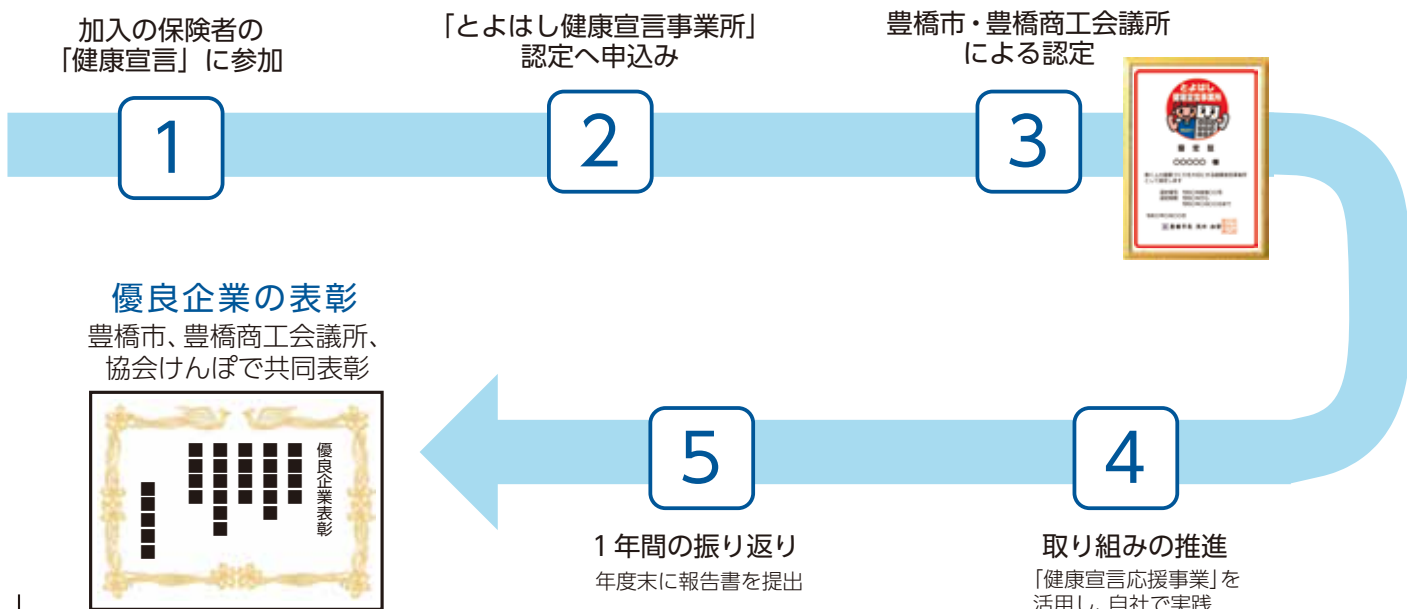
健康経営を実践する際に、活用可能なメニューを提供します。



### 【応援事例一覧】

- 出前講座 (糖尿病予防、お薬、メンタルヘルス等)
- 大学教授による健康講座
- 管理栄養士セミナー
- 運動プログラム
- とよはし健康マイレージ
- 女性の健康支援講座 等

## 「とよはし健康宣言事業所」認定・表彰の流れ

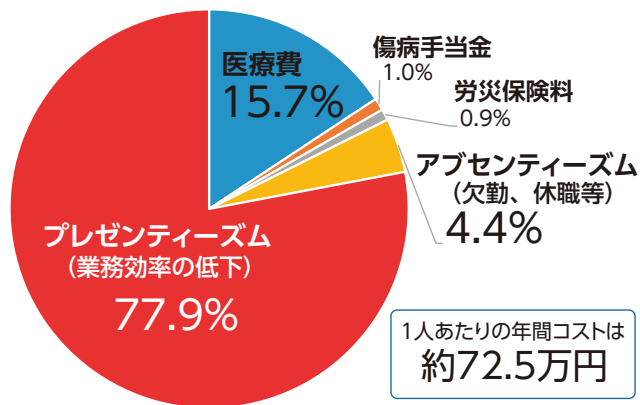


従業員の「健康」が企業を元気にする！

# 人から人、人から企業に効果が波及する「健康経営」

## 慢性的な体調不良は労働生産性を下げる

従業員の健康に関する企業の負担



出典：東京大学政策ビジョン研究センター健康経営研究ユニット

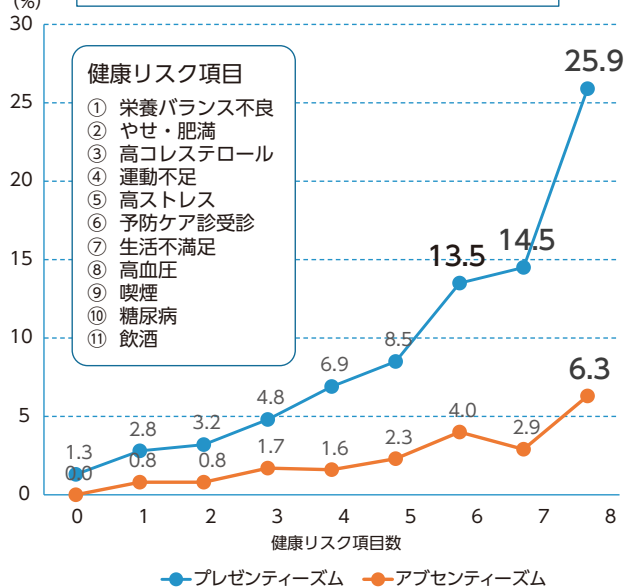
間接費用(プレゼンティーズム・アブゼンティーズム)が健康に関するコスト全体の約8割を占めています。

### プレゼンティーズム4大要因

- ① 腰痛 ② 睡眠 ③ ストレス ④ 花粉症

## 健康リスクの増加は労働生産性を下げる

健康リスク数別労働生産性損失の平均割合 (n=2,264)

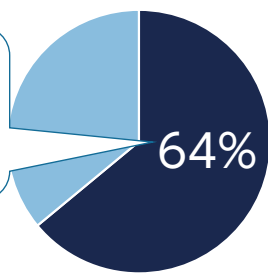


出典：Boles, M., Pelletier, B., & Lynch, W. (2004). The relationship between health risks and work productivity. JONE, 46(7), 737-745.

## 豊橋市は糖尿病予備軍や軽い糖尿病の方が多い

血糖値の高い人\*1の割合

40～74歳(特定健診受診者)の  
3人に2人は  
糖尿病(予備軍も含む)



豊橋市は、糖尿病一步手前の糖尿病予備軍や軽い糖尿病の方が多い地域です。

糖尿病は、予備軍や軽症の段階では自覚症状がありませんが、悪化すると様々な合併症を引き起こす恐ろしい病気です。本格的な糖尿病になる前に、食生活・運動習慣を見直して、血糖値をコントロールすることが大切です。

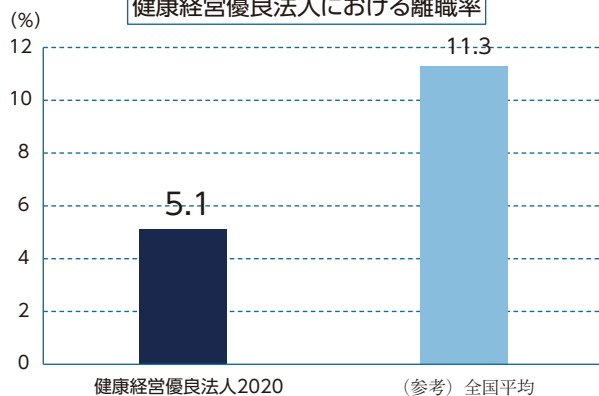
\*1：HbA1c $\geq$ 5.6%または空腹時血糖 $\geq$ 100mg/dl以上

### HBA1c(ヘモグロビンエーワンシー)

血液中の赤血球にあるヘモグロビンにブドウ糖が結合したもので、過去1～3か月の血糖の状態を反映します

## 健康経営に取り組む事業所は離職率が低い

健康経営優良法人における離職率



経済産業省「健康経営の推進について」を一部改変

※離職率の全国平均は「厚生労働省平成30年雇用動向調査結果の概況」に基づく  
 ※離職率=正社員における離職者数の設問/正社員数を各社ごとに算出し、それぞれの企業群で平均値を算出

糖尿病、がん、脳卒中等の生活習慣病とそれらの合併症予防には  
企業ぐるみで働き盛りの世代の健康づくりに取り組むことが大切です！

さあ、健康経営を始めましょう！



令和5年度とよはし健康宣言事業所

最優秀賞

## 昭和製薬株式会社



■ 1980年(昭和55年)設立

■ 従業員数 35名

■ 代表者 代表取締役会長  
林 昭

■ 事業内容

- 健康茶、発酵コーヒーの製造、販売

課題を可視化  
食事・運動の改善

全額会社負担で  
検診の実施

休暇制度  
新設

■ 健康課題アンケートで明らかとなった体重増加に対し、会社で対策、メタボ該当者の減少につながった。

■ 特定健診、ガン検診を全額会社負担し、就業時間内に会社施設内で受診できる環境整備を行った。

■ 「障がい者通院休暇制度」を新設。誰もが働きやすい職場づくりを実現。



昭和製薬株式会社 取締役社長 清水 徹氏(右) 取締役 林 知亜子氏(左)



## 健康経営に取り組むきっかけ

- (清水) 新卒で入社したメンバーも働き盛りになり健康への重要性を感じています。従業員の皆には健康的にイキイキと働いて欲しいと思い、働き方の見直しを進めています。各個人は健康にどれほどの意識と時間を割いているのか心配に思う気持ちも芽生えていました。
- (林) 会長から、「2020年の豊橋市健康経営事例集」を渡されたことがきっかけとなります。最初は健康経営とは何か分からず他企業様がどのような取り組みをしているのかを参考にさせていただき、今できることを考えながら健康経営への第一歩を踏み出すことになりました。



## 取り組みポイント #1

### 病気のリスクを減らし健康的な未来にするため運動、食事の取り組みを推進

- (林) まずは社内の健康課題を明らかにしようとして健康アンケートを行いました。数値化するには何を基準に考えたらいいのか全く分からず、全国平均が公表されている健康アンケートを活用し実施をしました。今年で3年目、アンケートは紙1枚ですぐ回答できるように工夫して会長を含め全員が実施をしています。月に1度の社員研修会にて、社内の結果が全国と比べてどうだったのかをフィードバックをしています。
- (清水) このアンケートの最後には1年間の個人目標を記入するところがあります。目標設定をすることでさらに健康についての意識付けをしています。名前付きで掲示することは決意表明という形になり毎月○×△で自己評価をしています。「健康な社会に貢献しよう」の理念に基づく行動をとりながら少し頑張れば目標達成できる個人設定にしてあるかと思っています。
- (林) 健康診断の結果、メタボ該当者へ1年目は生活習慣の改善をするように意識づけすることでしたね。運動習慣の一環である企業対抗チャレンジマッチ（豊橋市主催ウォーキングイベント）にも参加をしています。初めての参加の時には同じアプリを入れなければいけないことから、抵抗感を持つ社員もいました。休暇中の歩数が具体的に分かってしまうことが理由にあったと思います。あいち健康プラスに変更してからは、そのような声もなく積極的に参加してくれています。
- (清水) 1年目は1チームでしたが、昨年度は3チームに分けました。チーム内で実力差が出ないように配慮し「頑張ったね」などのねぎらいの言葉をかけるなどコミュニケーションをとりました。
- (林) 社内では社員用の健康茶が常にあり健康への意識は日頃からありましたが、食事面では新たにスマート和食弁当を取り入れました。当時、創造大学セミナー（豊橋市主催）で聞いた糖尿予防講座でバランスよく食事を取りまじょうと受講したのですが、会社が関与できる昼食で、どうしたら野菜をプラスできますか?と質問をさせていただき、その時に紹介してもらったのが、スマート和食弁当でした。社員研修会で集まる時には、昼食のお弁当としての選択ができるようにしました。こうした取り組みからメタボ該当者を9人から5人まで減らすことができました。

## 取り組みポイント #2

### 特定健診・ガン検診を全額会社負担し、就業時間内に会社施設内で受診できる環境を整えた

- (林) 40代の社員が増え、この先5年後10年後の健康は大丈夫なのかと心配になりました。すぐく懸命に仕事に励む社員が、会社を休んで検診に行く瞬間であるのかなと思い社員に聞くと、仕事が忙しいから…という返事が返ってきました。これは何とかしようと思っていたタイミングで協会けんぽの補助を使うと検診料が安くできると病院側から伺い、もしかしたら会社負担で行えるかもと思いました。バリウムが苦手な社員もいますが、毎年特定健診、ガン検診を従業員全員が会社の敷地内で受診しています。
- (清水) 仕事を調整して検診に行くことはハードルが高いと感じる人が多いと思います。環境整備が出来たことで、毎年必ず健診ができるので社員の家族も安心だと思います。健診をするために病院へ行くと大変な時間がかかりますが、会社の敷地内に検診車が来て健診が受けられる事は、とても楽だよねという声が多くみんな喜んでくれているのかなと思います。

## 取り組みポイント #3

### 「障がい者通院休暇制度」を新設。誰もが働きやすい職場づくりを実現

- (林) この制度を作るきっかけとなる社員がいます。障がい者手帳を所持している社員を初めて採用しました。毎日元気に働いてくれますが数カ月毎の通院が必要になり、その社員のために何かできないかと思ったことがきっかけです。入社当時は有給も少ない為、通院での休みが欠勤扱いになってしまふ。もっと安心して働けるような環境にできないかと思いついて「障がい者通院休暇」の記事を見つけ、これは活用ができるのではないかと思い社労士に相談をしながら、どのぐらいの期間を設けて、休暇として与えるかなどを決めていきました。
- (清水) 該当者ではない社員も、働きやすい職場環境に対応してくれる会社だと理解をしてくれたように思います。
- (林) この記事が目にとまらなければ有給で通院することが通常だと思っていましたし、社員の気持ちにもそこまで近づけられなかったと思います。社員に寄り添うという会長からの経営理念があったからこそ気づけたのではないかと思います。



## 今後の取り組み

- (林) 健康への意識付けをどうサポートをしていこうかが課題ですね。今年度から弊社もデジタル化を推し進めていこうと考えています。他企業様と情報交換をしていると、デジタル化することによって手元により早く情報が届けられています。私たちもスピーディに情報を届け、もっと健康を意識してもらいたいと思っています。そして今年度もウォーキングを通して楽しく健康を手に入れて、企業対抗チャレンジマッチの表彰式へ呼ばれるよう頑張りたいです。

令和5年度とよはし健康宣言事業所

優秀賞・殿堂入り第1号

株式会社アイセロ



■ 1933年(昭和8年)創業

■ 従業員数 592名

■ 代表者 代表取締役社長  
盛田 智

■ 事業内容

- 防錆フィルム、水溶性フィルム、クリーン容器など汎用プラスチックに独自技術を加えた機能性フィルムと容器の技術開発型メーカー

他社と協定を  
結び健康経営の  
推進

ランチセミナーの  
実施

食生活の  
改善

■ レンテック大敬株式会社と健康経営に関する連携協定を締結

「10年後も両社の従業員と家族が健康であること」の共同目標実現に向けて取り組む

■ 栄養バランスを考慮した健康弁当を食べながら受講する健康セミナーを毎年実施

昨年度は健康経営企業コラボ弁当提供

■ 遺伝子による栄養吸収傾向を分析して、食生活改善のきっかけに



健康経営連携協定

株式会社アイセロ 代表取締役社長 盛田 智 氏 レンテック大敬株式会社 代表取締役社長 高明美 氏



## 取り組みポイント #1

### 健康経営連携協定を他企業と結び、共同で施策を進めている

- (清水) 弊社が健康経営をさらに加速させるために、豊橋市に本社のある、弊社よりも先に健康経営に注力されていたレンテック大敬株式会社（以下、レンテック大敬）様にお声がけさせていただき、連携協定を結びました。「10年後も両社の従業員と家族が健康であること」を共同目標としています。
- (水野) 両社の従業員を健康経営推進に巻き込み、健康の輪を広げていこうと考え、定期的に情報交換をすることとし、四半期ごとに互いの課題や行き詰った時の解決策等を意見交換しています。
- (芳賀) 弊社にとって「禁煙」に対する取り組みは大きな課題でありました。この連携をきっかけに、スワンスワンデーの表示、禁煙タイムの表示・周知などを行い、禁煙対策を他社と取り組んでいるという姿勢を社内で広め、理解を得ているところです。正直、「禁煙」への取り組みはくじけそうになることもありましたが、レンテック大敬様も同様の悩みであることがわかり、一緒に進められることは大変心強いです。この連携を励みに、弊社では5年をかけて構内喫煙所をゼロにする施策や、卒煙を促す取り組みを行う予定です。
- (清水) 禁煙だけでなく、食生活支援に特化した施策の計画や運動不足解消のために、企業対抗のスポーツ大会を開こうなんていう話題もあがっていて、私はこれからがとても楽しみです。今後も健康経営に関して連携しながら、進めていけたらと思っています。



執行役員 大羽 光枝 氏

## 取り組みポイント #2

### 栄養バランスを考慮した健康弁当を食べながら受講する健康ランチセミナーを毎年実施

- (水野) 弊社では、毎年、全国衛生週間における社内イベントとして「食を通して健康を考える講演会」と題したランチセミナーを開催しています。社員食堂の委託先であるメーキュー株式会社（以下、メーキュー）様の管理栄養士にセミナー講師をして頂き、その時々テーマに合わせた弁当を提供する、という企画です。従業員からの人気も高く、従業員の中には楽しみにしてくれているファンもいるイベントです。
- (芳賀) 昨年度は、弊社とお付き合いのある健康経営優良法人の株式会社チューゲン（以下、チューゲン）様と健康経営の意見交換の中で、会社負担で栄養バランスに配慮した弁当を従業員に提供したいという要望を伺い、メーキュー様に相談し開発していただいた「チューゲン × アイセロ コラボ弁当」を実現しました。この弁当を通して健康を考えるセミナーを行い、その出席者だけでなく社員食堂でも提供し好評でした。チューゲン様も同じ弁当を従業員に提供されて好評であったと伺い、嬉しく思いました。

- (清水) このセミナー自体は、10年以上前から行っている取り組みですが、昨年度は、チューゲン様のアイデアも取り入れた内容で、更にパワーアップして実施できたのではないかなと思っています。これまで、セミナーを通して「食生活を改善したら健診結果が良くなったよ」という報告をしてくれる従業員もあり、その時は「やってよかったな」と感じましたね。

## 取り組みポイント #3

### 遺伝子検査による栄養吸収傾向を分析して、食生活改善のきっかけに

- (水野) 弊社は「10年後の健康のために」生活習慣を変えたい方を応援する企画として、遺伝子検査を取り入れました。遺伝子検査で得た情報を元に、どのような栄養をどのように摂取すれば自分にとって健康的かを知り、食生活の改善を図ることもできる、というものです。結果は、動物のキャラクターに見立てて、自分の遺伝子のタイプをわかりやすく解説してくれ、自分に最適な食事や運動方法を知ることができます。
- (芳賀) 遺伝子は一度検査すれば生涯変わらないものと聞いています。そして、希望者から順次全額会社負担で行っています。
- (清水) 遺伝子の検査をしたからと言って、定期健診の結果が急に良くなったり、健康への意識が高まるのかというと、そうではないと考えています。遺伝子検査到着から半年後に、検査者を対象に「健康に関する意識調査」を実施し、現在は、2022年の健康診断結果と2023年の健康診断結果を比べ、効果が出ているかなどの分析を進めているところです。これらの結果をもとに、健康セミナーへの勧誘や、保健師面談につなげるなどの施策に取り組んでいけたらと考えています。

## 殿堂入りを果たして

### これまででもこれからも「従業員の幸せ＝健康」と考えて取り組んでいく

- (芳賀) 弊社社長は、従業員の幸せが何よりも大切であり、その幸せの中でも「健康」が一番大切であると考えています。健康投資で「従業員には健康で長く働いていただきたい」という強い想いがあります。このトップの想いとメッセージが、健康経営を推進できている原動力です。
- (大羽) 健康経営というのは、すぐに結果が出るものではないと考えており、目先の成果を目指すとは効果の実感や目標の達成はなかなか難しいと思っています。弊社では、少なくとも30年以上前から「ココロとカラダの健康づくり」というコンセプトで、さまざまなイベントなどを実施してきました。この長年の取り組みがあつてこそ、現在、従業員の意識が少しずつ変わっているのを感じており、今回の殿堂入りにもつながっていると思います。今後はこの名に恥じないように、「従業員の幸せ＝健康」と考え、これまで取り組んできたことを継続できるように尽力していきます。



総務部 清水 道雄さん 水野 江利子さん 部長 芳賀 章郎氏

# 令和5年度とよはし健康宣言事業所(167事業所)

※11月20日現在

<b>D.建設業</b>	宝和工業株式会社	向島流通サービス株式会社豊橋事業所
丸中建設株式会社	有限会社コモダ加工所	東海ビバレッジサービス株式会社豊橋支店
株式会社新和技建	トピー工業株式会社豊橋製造所	東三河ヤクルト販売株式会社
株式会社シンデンコー	株式会社エーアイエー	株式会社イクモ
株式会社林美建	株式会社アイセロ	<b>J.金融業、保険業</b>
北河建設興業株式会社	昭和製菓株式会社	豊橋信用金庫(本店営業部及び市内21支店)
一幸建設株式会社	セキスイハイム工業株式会社中部事業所	サーラフィナンシャルサービス株式会社
東海興業株式会社	有限会社日東印刷所	アクサ生命保険株式会社 豊橋営業所
株式会社石田産業	株式会社小池テクノ	株式会社ロイヤル保険コンサルタント
企業組合建築環境システム	株式会社エデックリンセイシステム	SOMPOひまわり生命保険株式会社 愛知東支社
名豊建設株式会社	株式会社ジユトク	有限会社NOSE
株式会社豊田組	武蔵精密工業株式会社	三菱UFJ銀行豊橋支店
豊立工業株式会社	東洋製罐株式会社	伊藤保険株式会社
荏原商事株式会社中部支社豊橋営業所	株式会社浦野鉄工所	<b>K.不動産業、物品賃貸業</b>
朝日土木興業株式会社	有限会社伸研エンジニアリング	SHINOBI不動産株式会社
青山建設株式会社	<b>F.電気・ガス・熱供給・水道業</b>	アイセロホールディングス株式会社
前芝建材株式会社	平中電気株式会社	レンテック大敬株式会社
豊橋建設工業株式会社	株式会社K's電設	株式会社サイエンス・クリエイト
神野建設株式会社	株式会社三立	<b>L.学術研究、専門・技術サービス業</b>
株式会社田中電気工事	福田電設株式会社	イノチオホールディングス株式会社
株式会社斎藤塗工店	<b>G.情報通信業</b>	株式会社イズミテック
株式会社オーテック	株式会社Raglan	公益社団法人東三河地域研究センター
株式会社大建	豊橋ケーブルネットワーク株式会社	株式会社地域活性研究所
株式会社松井組	モアシステム株式会社	<b>O.教育、学習支援業</b>
谷山建設株式会社	株式会社マップクエスト	有限会社N教育
井口建設株式会社	<b>H.運輸業、郵便業</b>	株式会社Ability act
三河設備工業株式会社	光栄運輸株式会社	<b>P.医療、福祉</b>
イノチオアグリ株式会社	豊橋埠頭株式会社	特定非営利活動法人クオーレ
株式会社ニシ	金田運輸株式会社	一般社団法人ほっぷ
株式会社カイトック	株式会社マイシン	多機能型事業所輝望
豊立電設株式会社	総合埠頭株式会社	株式会社 みかも
株式会社花田工務店	タカラ梱包輸送株式会社 豊橋東営業所	特定非営利活動法人いまから
三河土建株式会社	タカラ梱包輸送株式会社豊橋工場	<b>R.サービス業(他に分類されないもの)</b>
株式会社イー・メンテ豊橋	株式会社三栄建材	株式会社リアン
株式会社アコードエンジニアリング	株式会社武知	朝日開発株式会社
藤城建設株式会社	豊橋鉄道株式会社	有限会社ミツボシ鋳金塗装
株式会社ライブ建設	豊鉄バス株式会社	ユタカコーポレーション株式会社
株式会社セーフコート東海	東海旅客鉄道株式会社豊橋運輸区	有限会社ロードサービス豊橋
株式会社豊橋園芸ガーデン	豊橋センコー運輸株式会社	株式会社トヨエイ
株式会社大仙	岡村運送株式会社	税理士法人大平経営会計事務所
中村総業株式会社	<b>I.卸売業、小売業</b>	株式会社大平経営コンサルティング
<b>E.製造業</b>	有限会社府中屋	株式会社葵設計事務所
株式会社メイテック	株式会社マツデン	豊橋商工会議所
株式会社ビオック	株式会社タイヤセールス	かたづけ丸(有限会社マルイ紙業)
株式会社サンコー	株式会社クライム	株式会社アーバス
株式会社堀江・設計事務所	株式会社豊橋中央青果市場	株式会社常友保守センター
株式会社B.Wave	株式会社荒木石油店	株式会社明輝クリーナー
アイチ興産株式会社	株式会社 山十建材	公益社団法人 豊橋市シルバー人材センター
株式会社秦野精密	株式会社あじわい亭	ユタカコーポレーション株式会社
花王株式会社豊橋工場	中部ホームサービス株式会社	ムサシハーベスト株式会社
明海リサイクルセンター株式会社	イノチオプラントケア株式会社	株式会社東雲座カンパニー
株式会社ナツメ	株式会社チュウチク	大東自機工業株式会社
株式会社シーアイプラント	株式会社ススキ自販東海	有限会社星翔企画

掲載順は、日本標準産業分類の大分類順。大分類内は順不同です。