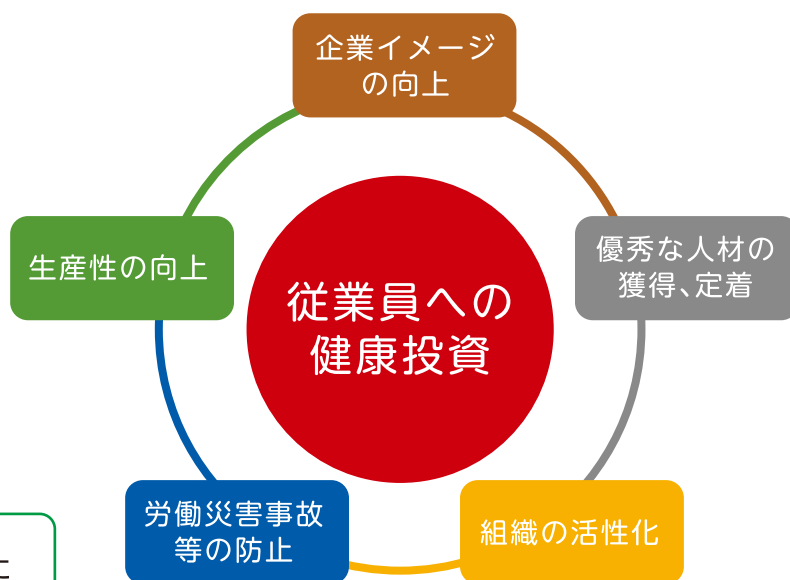


豊橋市健康経営® 事例集

2024



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

豊橋市
2024.12月発行

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>市が実施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」

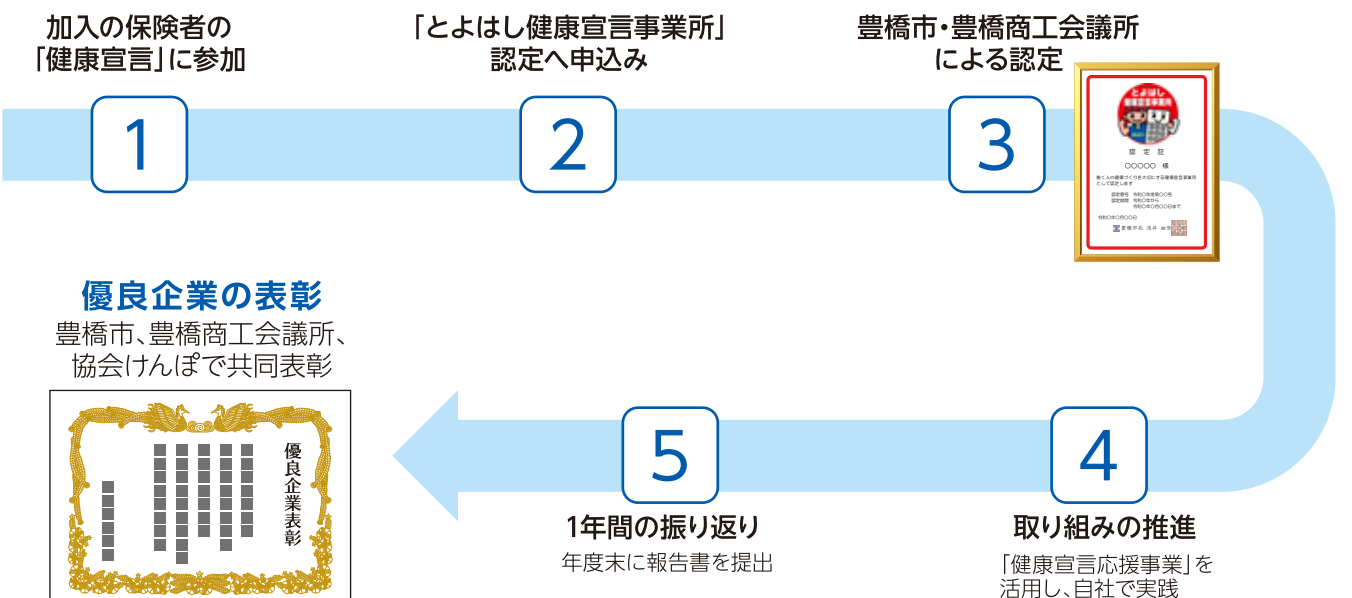
健康経営を実践する際に、活用可能なメニューを提供します。



【応援事業一例】

- 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

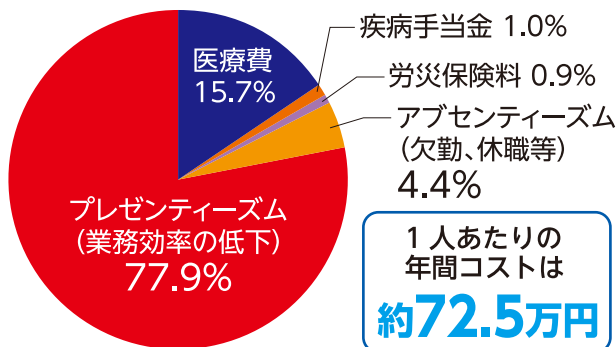


従業員の「健康」が企業を元気にする！

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

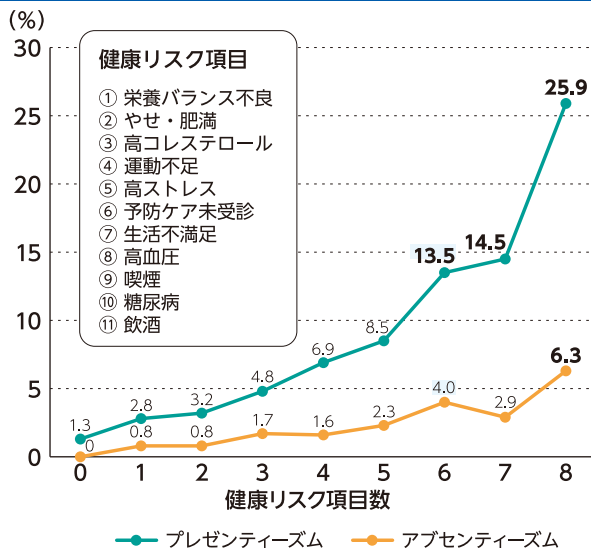
間接費用(プレゼンティーズム・アブゼンティーズム)が健康に関するコスト全体の約8割を占めています。

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)

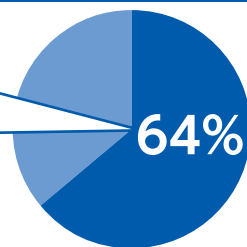


出典：Boles, M., Pelletier, B., & Lynch, W. (2004). The relationship between health risks and work productivity. JONE, 46(7), 737-745.

豊橋市は糖尿病予備群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(予備群も含む)



豊橋市は、糖尿病一步手前の糖尿病予備群や軽い糖尿病の方が多い地域です。

糖尿病は、予備群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。

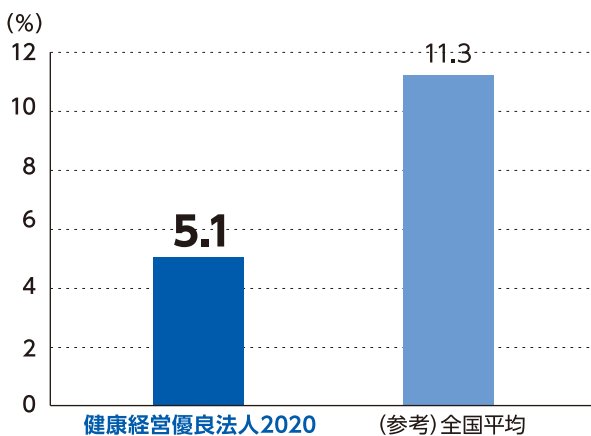
*1: HbA1c ≥ 5.6% または空腹時血糖 ≥ 100mg/dl以上

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6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




2024
健康経営優良法人
Health and productivity
ブライト500



■ 従業員を支える健康経営のさらなる深化

■ 継続が生んだ2年連続の最優秀賞受賞

■ 小さな変化が大きな成果に:階段利用の促進と保健指導の仕掛け



昭和製薬株式会社のみなさん

2年連続での最優秀賞獲得について

(林) 2年連続で最優秀賞を受賞した際、驚きとともに、継続することが成果につながると実感しました。賞はあくまで結果であり、日々の取り組みを振り返り、次の年の目標を立てることで社員同士が協力し合い、楽しんで進めていけるようになっています。

(清水) ささやかな取り組みが普段の生活に反映され、従業員同士で改善点や成果を話し合う場が自然と生まれました。その結果、社員のモチベーションも向上し、より楽しく健康経営に取り組める環境が整っています。



幹部会の様子
(左下/専務取締役:林 知亜子氏 中央下/代表取締役会長:林 昭氏 右下/取締役社長:清水 徹氏)

階段に社内公募した標語を掲示するとともに「あいち健康+アプリ」を活用した階段利用の促進

(林) 豊橋市からは多くのサポートプログラムを提供してもらい、その中から弊社に合ったものを選んで実践できることを大変ありがたく感じています。「企業対抗チャレンジマッチ」に参加して歩くことを習慣化できるようにしています。

(清水) 歩くことは、年齢や性別を問わず誰でもできる平等な運動です。そのため、全社員で「同じ方向を向いて頑張る」「分かち合う」というモットーのもと、毎年社内行事として伊良湖岬までの「忘年ウォーク」に取り組んでいます。

(林) 市役所に掲示されていた階段ステップの標語を見て、弊社でも、もっと階段を使うような工夫をしようと考えました。そこで、保健所から標語を頂くとともに、社内公募で標語案を募りました。今年効果が薄れないように、新たな公募を実施したところ、なんと88個もの案が集まりました。社員から「応募用紙をもっとください」と頼まれるほどの盛り上がりを見せています。

(清水) 社員が愛着を持って作成した標語を掲示することで、階段に対する親しみが生まれました。さらに、7月から8月の夏休み期間中には「強化月間」を設け、家族との外出時にも階段を利用するよう推奨しています。



就業時間内に特定保健指導を実施するなど、社内の健康意識向上と一体感を醸成

(林) 健康診断の結果が届いた際、結果が良い社員は喜びますが、悪い結果の社員は黙りがちです。そうした社員に対して「もう一度健診を受けた方が良い」と促すには、日常のコミュニケーションが重要です。直属の上司が軽い声かけをすることで、健康管理の後押しができるよう努めています。

(清水) 弊社では、日常の挨拶や「かわら版」を活用したコミュニケーションを重視しています。社員が日々の出来事やプライベートな話題を共有し、会話のきっかけを作る場として20年前から機能しています。これにより、健康診断や保健指導についても自然に話題に上がりやすく、上司と部下の間で健康に関する声掛けがしやすくなっています。

健康診断についても巡回バスが会社に来てもらえるようにしたことで、以前のように交代で健診に行く手間が省け、社員が効率よく健診を受けられる体制が整いました。

また、特定保健指導も健康診断と同じ日時で実施するようにしたため、社員からは抵抗なく受けられるとの声も上がっています。

(林) 健康診断を受けているメンバーとの会話から、30代の社員は「自分はまだ若いから」と考え、がん検診などを後回しにしがちなことに気づきました。特に体調不良がなければ、仕事を優先して検診を受けないことが多いです。

しかし、今年35歳になった社員たちが健診で初めて胃の検査を受けた際、会社が「やるよ」と促したことで、渋々であったとしても、身体の状態がわかるというのは、よかったなと思ったんです。35歳って若いので健診に行かないかもしれない。でもその年齢から救ってあげるといのは、会社でやる意味があるなと思います。「自分ももう35歳なんだ」というメンバーたちがドキドキしながらでもバリウムの列に並んでいる姿を見て「みんな年齢が上がったから、ちゃんと見てもらおうね」と、なんだか親心のような気持ちになってしまいました。



ミーティングの様子

今後の目標

(清水) 健康を維持することは、社員の働きがいにつながり、生活の質を高めるためにも重要です。会社としては、社員が常に健康に対する意識を持ち続け、生活の中で健康管理を行えるよう、興味を持てる取り組みを継続していきます。また、一度知識を得ても、定期的に新しい刺激や情報を提供することで、健康意識を絶やさずに維持していけるように努めます。それにより、社員が健全な生活を送り、仕事もプライベートも充実し、家族も喜ぶという良い循環を目指していきます。

(林) 結果から見えた弊社の課題として、肝機能の改善に力を入れていきます。社員に興味を持ってもらえるように考えた肝機能改善プログラムを実践し、継続的に取り組んでいく予定です。健康診断の結果はすぐに改善するものではありませんが、長い目で見て少しずつでも良くなることを目指し、これからも、社員の健康管理をサポートしながら、数値の変化を確認していきたいと考えています。

令和6年度とよはし健康宣言事業所

優秀賞

豊鉄バス株式会社

■ 2007年(平成19年)設立

■ 従業員数 303名

■ 代表者 代表取締役社長
岩ヶ谷 光晴

■ 事業内容

- 一般乗合事業
営業キロ数:1504.53km
- 高速バス事業
新宿深夜便 東京昼行便 新城名古屋昼行便
- 貸切バス事業
営業区域:愛知県



■ 需要に応えた置き食の導入で従業員の健康と満足度を向上

■ 実習生によるエクササイズと健康教育がもたらした意識変革



豊鉄バス株式会社
代表取締役社長:岩ヶ谷 光晴 氏

健康経営に取り組むきっかけ

(岩ヶ谷) 我々は、交通事業を営むにあたり、安全・安心・安定輸送の提供が使命です。そのためには従業員が心身ともに健康であることが必要であるため、早い段階から、健康を意識した経営に取り組んできました。

健康経営の推進体制

(岩ヶ谷) 2名の保健師が在籍し、豊鉄グループ全体の健康管理を担当しています。保健師の視点には我々経営陣とは異なるため、まずは現場を見てもらい、必要な対応を考えてまとめてもらっています。その内容に基づき、我々の考えも共有し、順次できること、そして優先すべきことから進めている状況です。

(赤川) 保健師としては、業務が年々増加しており、二人で対応することで負担が軽減されています。従業員との相性も考慮できるように、相談しやすい体制が整いました。最近では、健診業務の負担を減らすため、予約の調整や結果管理をシステム化し、効率的に運用しています。これにより、保健師は従業員の健康支援にさらに力を注げるようになりました。



豊鉄グループ保健師
赤川 景子 氏

(岩ヶ谷) 保健師の業務負担を軽減しながら、効率化を進めることで、従業員の健康管理により集中できるようになったことは大きな成果です。今後もこの体制を維持しつつ、従業員の健康をしっかりとサポートしていきたいと考えています。

従業員の健康を支える『置き食』の成功

(岩ヶ谷) 健康経営の一環として、当社だけでなく外部の支援を活用することが重要だと考え、保健所から提案を受けた「置き食」を導入しました。周辺に買い物場所が少ない弊社の豊橋営業所で試験的に導入しました。

(赤川) 不規則勤務の従業員も多く、カップラーメンや菓子パンなどカロリーや塩分の多い食事になりやすい傾向があることから、例えば、普段にプラスしてスムージーなど、健康面でもいい影響が出るかもしれないと期待をしておりましたが、予想以上の需要があり、すぐに完売しました。健康的な商品としてヨーグルトドリンクや焼き芋が特に人気で、従業員も楽しんで利用しています。アンケートでも好評で、今後は健康診断の結果やストレスチェックのデータをもとに、効果を検証していきたいと考えています。



学生と連携した健康教育の新たな取り組み

(赤川) 弊社では、浜松医科大学や名古屋市立大学から保健師実習生を受け入れ、健康教育やエクササイズを行っています。我々、保健師が行うよりも従業員の反応が非常に良く、真剣に取り組んでもらえる場面が多く見られました。実習生の熱意や新しいアプローチが従業員に伝わり、健康教育が効果的に進んでいると感じています。

(岩ヶ谷) 実習生の工夫したアプローチが非常に良い影響を与えており、弊社にとっても学びの多い取り組みとなっています。今後もこのような取り組みを継続していきたいと考えています。

今後の目標

(岩ヶ谷) 健康経営には完全な形はなく、常に改善が求められると考えています。特に目指しているのは、従業員だけでなく、その家族も含めて健康を意識することです。従業員の健康が家族の豊かな生活、そして幸せにつながることで、結果的に会社全体の健全な発展に結びつくと考えています。

今後も、保健師と協力しながら必要な情報提供や支援の仕組みを整え、従業員が自分の健康に対して予防意識を持つことを目標に取り組みを進めていきたいと考えています。

令和6年度とよはし健康宣言事業所

特別賞

アイチ興産株式会社

■ 1977年(昭和52年)設立

■ 従業員数 47名

■ 代表者 代表取締役社長
坂上 育男

■ 事業内容

● 自動車を主とした配管部品の
塑性加工及びアッセンブリー



■ 社内農園を通じたストレスケアと健康的な職場づくり

■ 長時間労働の改善と自然体験を通じた健康経営の実践



アイチ興産株式会社
左/代表取締役社長:坂上 育男氏 右/専務取締役:坂上 和広氏



健康経営に取り組むきっかけ

(坂上専務) 健康経営に取り組むことになったきっかけは、社内で長時間労働や過剰な残業が続き、従業員の体調不良や突発的な休暇が増えていたことです。こうした状況を改善したいという思いから、まず残業の削減や定時退社の推進を行い、従業員が健康的に働ける環境作りを進めました。また、有給休暇を取得しやすい環境整備にも取り組み、従業員の仕事と生活のバランスを整えることを目指しました。

このように、従業員の健康を重視することが企業全体の活力向上につながるという考えから、健康経営の取り組みがスタートしました。

社内農園の活用

(坂上専務) アイチ農園の取り組みは、新型コロナウイルスのパンデミックが大きなきっかけでした。当時、自動車部品の生産が停止し、自分自身も先行きの見えない不安を抱えていました。スーパーでも食料品が不足し、自給自足の必要性を感じたことから、自宅で小さな家庭菜園を始めたのが最初のステップでした。この経験をきっかけに、会社の敷地でも畑を作り、農園活動を本格的に展開することを決めました。

農園を始めることで、従業員が自然と触れ合い、リフレッシュできる場を提供できるだけでなく、従業員同士のコミュニケーションの場としても機能しています。実際に、野菜の収穫イベントを行い、従業員やその家族を巻き込んだ活動を通じて、社内の連帯感を強めています。収穫された野菜は、無人販売所のように社内に設置し、自由に



持ち帰ってもらえるようにすることで、従業員の日常生活にも役立ててもらっています。

特に、収穫体験は従業員の家族、特に子どもたちにも好評で、楽しく参加してもらっています。これにより、単なる福利厚生の一環ではなく、健康経営の一部として従業員の心身の健康を支える取り組みとして定着しています。

アイチ農園を始め、健康経営を取り入れたことで、経営陣は従業員の残業時間や体調について、これまで以上に関心を持つようになりました。以前は現場任せだった残業管理も、経営層が直接従業員の健康状態を把握し、問題があればヒアリングを行うようになっていきます。これにより、従業員の働きやすい環境が整い、休暇を取りやすく、帰宅しやすい職場づくりが進みました。

さらに、健康経営を通じて、従業員のモチベーションや生産性が向上していると感じています。従業員が自身の健康を意識しながら働ける環境を作ることが、長期的な企業の成長にも繋がると実感しています。



今後の目標

(坂上専務) 今後は、農園活動を継続させるために、より多くの従業員を巻き込み、共通の趣味を持つ場や収穫物を使った懇親会などを通じて、コミュニケーションの活性化を図りたいと考えています。継続的に農園を管理し、みんなで楽しめる場として発展させることが目標です。

令和6年度とよはし健康宣言事業所(183事業所)

※12月1日現在

D.建設業	株式会社三光製作所	若松彌株式会社
アール電装中部株式会社	株式会社小池テクノ	泉州電業株式会社豊橋営業所
サーラ住宅株式会社	株式会社新来島豊橋造船	中部ホームサービス株式会社
井口建設株式会社	株式会社秦野精密	東海ビバレッジサービス株式会社
一幸建設株式会社	三遠機材株式会社	東三河ヤクルト販売株式会社
荏原商事株式会社豊橋営業所	三光精密工業株式会社	東洋綿業株式会社
加藤建設株式会社	三立精機株式会社	有限会社府中屋
株式会社アコードエンジニアリング	昭和製菓株式会社	愛知トヨタEAST株式会社(市内9店舗)
株式会社イー・メンテ豊橋	東洋製罐株式会社	J.金融業、保険業
株式会社オーテック	武蔵精密工業株式会社	SOMPOひまわり生命保険株式会社愛知東支社
株式会社カイテック	宝和工業株式会社	アクサ生命保険株式会社豊橋営業所
株式会社セーフコート東海	豊橋合同印刷株式会社	伊藤保険株式会社
株式会社ニシ	明海リサイクルセンター株式会社	岡地証券豊橋支店
株式会社花田工務店	有限会社コモダ加工所	豊橋信用金庫(本店営業部及び市内21支店)
株式会社斎藤塗工店	有限会社伸研エンジニアリング	K.不動産業、物品賃貸業
株式会社松井組	有限会社大栄制御システム	アイセロホールディングス株式会社
株式会社石田産業	有限会社日東印刷所	株式会社サイエンス・クリエイト
株式会社中部	シンフォニアテクノロジー株式会社豊橋製作所	レンテック大敬株式会社
株式会社田中電気工事	F.電気・ガス・熱供給・水道業	L.学術研究、専門・技術サービス業
株式会社豊橋園芸ガーデン	株式会社K's電設	イノチオホールディングス株式会社
株式会社豊田組	株式会社シンデンコー	株式会社イズミテック
株式会社林美建	株式会社三立	株式会社地域活性研究所
丸中建設株式会社	福田電設株式会社	公益社団法人東三河地域研究センター
企業組合建築環境システム	平中電気株式会社	O.教育、学習支援業
三河設備工業株式会社	豊立電設株式会社	株式会社Ability act
三河土建株式会社	G.情報通信業	P.医療、福祉
三州鳶谷口建設株式会社	株式会社Raglan	NPO法人クオーレ
神野建設株式会社	株式会社マップクエスト	医療法人小石マタニティクリニック
青山建設株式会社	豊橋ケーブルネットワーク株式会社	合同会社RAHA-MARK
谷山建設株式会社	H.運輸業、郵便業	社会福祉法人豊橋市西部保育事業会松葉保育園
朝日土木興業株式会社	タカラ梱包輸送株式会社豊橋東営業所	多機能型事業所輝望
東海興業株式会社	タカラ梱包輸送株式会社豊橋工場	豊橋市立津田保育園
藤城建設株式会社	株式会社マイシン	R.サービス業(他に分類されないもの)
豊橋建設工業株式会社	株式会社井口運輸	かたづけ丸のマルイ紙業
豊鉄建設株式会社	株式会社三栄建材	トヨタオートサービス株式会社
豊立工業株式会社	株式会社武知	ムサシハーベスト株式会社
北河建設興業株式会社	金田運輸株式会社	ユタカコーポレーション株式会社
名豊建設株式会社	三星運送株式会社	ユタカ産業株式会社
株式会社大建	東海旅客鉄道株式会社豊橋運輸区	株式会社TK
E.製造業	豊橋鉄道株式会社	株式会社アーバス
アイチ興産株式会社	豊橋埠頭株式会社	株式会社システムハウス
オーエスジー株式会社豊橋工場	豊鉄バス株式会社	株式会社トヨエイ
セキスイハイム工業株式会社中部事業所	I.卸売業、小売業	株式会社トヨジン
トピー工業株式会社豊橋製造所	イノチオアグリ株式会社	株式会社葵設計事務所
ビューテック株式会社東海事業所豊橋工場	イノチオプラントケア株式会社	株式会社大平経営コンサルティング
岡本漁網株式会社	ミカワリコピー販売株式会社	株式会社明輝クリーナー
花王株式会社豊橋工場	株式会社あじわい亭	税理士法人大平経営会計事務所
株式会社B.Wave	株式会社イクモ	朝日開発株式会社
株式会社アイセロ	株式会社クライム	豊橋商工会議所
株式会社イーアイイー	株式会社スズキ自販東海	有限会社ロードサービス豊橋
株式会社サンコー	株式会社タイヤセールス	株式会社エコパートナーズ
株式会社シーアイプラント	株式会社チュウチク	成和环境株式会社
株式会社ジユトク	株式会社伊勢安ワイヤクリエイテック	S.公務
株式会社ビオック	株式会社荒木石油店	豊橋市教育委員会
株式会社メイテック	株式会社豊橋中央青果市場	名古屋税関豊橋税関支署
株式会社伊勢安金網製作所	向島流通サービス株式会社豊橋事業所	

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。