

健康企業宣言証

事業所名 株式会社美浜モーターサービスセンター

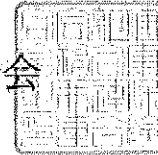
事業主 代表取締役 備前 淳 殿

貴事業所について、健康企業宣言事業所であることを
証する

令和3年10月5日

健康保険組合連合会福井連合会

会長 三谷 聡



健康宣言

(株)美浜モーターサービスセンターは、社員が心身共に健康で働くことが、「地域社会から愛され」、「長期的に発展していく」会社を目指す為の最優先課題と考えます。社員一人一人がいきいきと業務につき、健康を維持、増進できる職場環境づくりを推進します。

背景

弊社が在る福井県美浜町は、町民の健康面の特徴として高血圧、循環器欠陥の傾向が強いという事があります。その予防対策として美浜町が 2013 年 4 月より「げんげん運動」（塩分を減らす「げん」と体重・食事量を減らす「げん」の二つの「げん」でげんげん）を町民に発信し、活動をしています。弊社も 2015 年 4 月よりそのサポーター企業として行政とタイアップし活動に取り組んでいます。また弊社は、昭和 40 年の会社設立から 60 年近く経ちますが、数十年前より毎朝の朝礼時には全員でラジオ体操を実施してから業務に取り組んだり、コミュニケーションづくりとして毎年の新年会、2 年ごとの社員旅行、キャンペーン終了後の表彰式や懇親会も実施しており、家庭的な雰囲気の中で業務を推進し、離職率が低いのが特徴の一つとしてあります。

ただ、自然環境、労働環境が変化していく中で、会社として個人が健康管理しや

すくなる環境づくりの必要性を感じ、前述の会社としての目標達成・課題解決の
為、組織として健康経営に取り組むこととなりました。

取組方針

健康を維持、増進できる職場環境に向けて、営業部（役員含む）・整備部・事務
部（女性部）の3部門からそれぞれ1名ずつ計3名の推進担当者を作ります。

全員共通の課題もありますが、部門ごとにより特有の課題もあります。各担当
者が共通課題、部門課題を把握し、その課題解決の為に外部から健康情報を収集し、
社員に伝達したり、具体的活動を企画、参加要請をします。また、いくつかの活
動の中でその有効性の判断もしながら、内容も検討、変更していきます。（PD
CA）

課題と解決の為のテーマ

部 門	課 題	テーマ①	テーマ②	テーマ③
共 通	生活習慣病の予防と進行防止	食生活の改善	運動機会の増設	ストレス解消
営 業 (役員)	肥満予防	運動機会の増設	食生活の改善	
	喫煙率の低減	卒煙希望者への支援	健康被害の意識向上	
整 備	腰痛予防と改善	予防・改善運動の実施		
	喫煙率の低減	卒煙希望者への支援	健康被害の意識向上	
事 務 (女性)	婦人病の予防	予防意識の向上	食生活の改善	
	肩こり、腰痛予防と改善	予防・改善運動の実施		

それぞれの部門の課題が共通の課題に結び付くこともありますが、部門ごとの課題を明確にすることにより、具体的な取組がしやすくなります。

取組内容と 2021 年度実績

2021 年度の実績は下表の通りです。実施期間が短かったこともありますが、アンケートの結果、社員の健康意識向上は確実に高まったことがわかりました。

取組内容	対象者	実施時期	概要	回数	参加率
定期健康診断	全員	8月7日	労働安全衛生法に基づく定期健康診断	1	100%
健康情報提供	全員	10月～	全社員に健康情報資料を配布	6	100%
ラジオ体操指導	全員	10月27日	ラジオ体操1級指導員の方より指導を受ける	1	100%
女性健康セミナー	女性	11月2日	女性対象健康講座 ～乳がん・子宮頸がんの健診の勧め、HPVワクチンについて～	1	100%
野菜宅配	全員	11月20日	近隣の野菜生産業者（障害者施設）より季節の野菜を全社員宅分に配布。	1	100%
運動機会支援	全員	1月～	運動機会へのきっかけづくりとして1名1万円支給。	1	23.5%

アンケート結果

① 健康経営の取組に対しどう感じるか

・良い 100% ・良いと思わない 0% ・どちらでもない 0%

② 自分の健康意識に変化はあったか？

・あった 28% ・少しあった 63.7% ・ほとんどない 8.3%

③ 生活習慣に変化はあったか？

・あった 19% ・少しあった 54.5% ・ほとんどない 26.5%

④ 変化があった方で、どのような変化がありましたか？

- ・積極的に体を動かすようになった。・野菜を多めに食べるようになった。
- ・常に健康状態を意識するようになった・体重が少し減った
- ・食事内容に気を付けることになった・運動の習慣がついた

他、アンケートでは昨年度取組んだ内容の中で役立った項目や今後取り組みたい具体的な内容を聞き取りしました。今後の取組の参考にしていきます。

健康経営優良法人 2022 認定

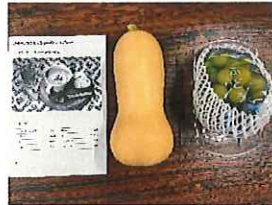
2022年3月9日、日本健康会議様より健康経営優良法人2022（中小規模法人部門）に認定されました。この取組をすることにより社員の健康意識が高められ、組織としてさらに健康経営が浸透できるよう今後も推進していきます。

2022年度 取組

- * 4月～5月 減塩月間 週1回全員に昼食時に減塩弁当を食べてもらい、日頃の食生活を見直す機会としました。計5回実施。



- * 4月、7月、8月 野菜宅配便 (昨年度からの継続活動)



- * SNS Facebookpageにて取組の発信

10:34 美浜モーターサービスセン...

美浜モーターサービスセンター



美浜モーターサービスセンター

備前 淳さんの投稿

4月22日 · 🌐

おはようございます。

今年度、健康経営の取組みにおいて社員の方々に日頃の食生活を見直して頂く為、4月～5月を【減塩月間】とし美浜町内の飲食店様にお願ひし、週一回昼食時に社員全員に減塩弁当を食べて頂いてます。

美浜町は、町民の健康面の特徴として高血圧、循環器欠陥の傾向が強いという事があり、予防対策として美浜町が10年程前より【げんげん運動】(塩分を減らすげんと体重を減らすげん)を町民に発信し活動をしています。町内の飲食店様も減塩弁当に対応して下さい、昨日2回目も大変美味しく、減塩の大切さも感じながら頂きました。

また、昨年秋より取り組んでいる【野菜宅配便】(町内の野菜栽培事業者から定期的に季節の野菜の詰合せセットを頂く)が届き、社員全員自宅へ持って帰って頂きました。

社員さんはもちろん、家族の方々も健康であります様に。

* 6月～11月 期間限定で第1土曜日を定休日にし、計画的に連休が取れ

家庭サービス等がやりやすくなる環境を整えました。

年間休日105日に。

* 8月23日 定期健康診断実施(100%)。昨年度、特定保健指導対象者が

2名の所、今年度は1名に減りました。

検査結果後、再検査等が必要とされた社員への受診勧奨。

* 10月 全社員対象にストレスチェック実施。

* 10月 2F 社員休憩室にフィットネスコーナーを設置。社員に昼休

み等にストレッチを推奨しました。