**健康経営理念**　人に寄り添うケアは働く人の健康から

**健康経営宣言**　高齢者介護を担う企業として、「人に寄り添うケアは、働く人の健康から」の想いのもと、まずは従業員自身が心身ともに健康であることが、ご利用者様への質の高いサービスの提供につながると考えております。健康診断やメンタルヘルス対策、ワークライフバランスの推進など従業員の健康問題を予防・改善し働きやすい環境を支援し、地域に必要とされる介護サービスの提供に努めてまいります。

日建ヘルスメディカル株式会社　　代表取締役　　林　芳弘

## －　健康経営の具体的な取り組み　－

### 1.　定期健康診断の実施
- 受診率実質100％（就業時間において実施）
- 基本健診・総合健診・人間ドック・婦人科がん検診への費用補助
- 再検査費用補助
- 健診後の事後指導の費用補助
- 健康診断結果の推移を確認したり、日々の記録できるアプリの提供

### 2.　健康増進のサポート
- インフルエンザ予防接種の実施（接種医療機関の斡旋、費用補助）
- 職場外でのスポーツクラブ等との連携・利用補助
- カロリー計算もできる健康アプリの提供
- 健康維持・改善につながる情報紙〈健康サポート通信〉発行し〈健康週間〉を制定
- 事務所内にアクアバンク設置/栄養補助食品を社内割引にて販売

### 3.　メンタルヘルスサポート
- ストレスチェック実施（受検率実質100％、集団分析実施）
- 社内及び外部のメンタルヘルスカウンセリングの設置
- メンター制度の導入

### 4.　仕事と家庭生活の両立
- 有給休暇・子の看護休暇・介護休暇取得の促進
- 半日単位での年次有給休暇制度の導入
- 計画的有給休暇取得の推奨
- 時差出勤制度の導入
- 残業の事前申請制度導入
- 定年後再雇用制度導入

### 5.　長時間労働の防止
- 労働時間が一定時間を超えた社員に対する管理職による面接指導の実施等

### 6.　労働災害の防止
- 安全運転受講制度導入
- 自動車運転者に対し、安全セルフ診断（三井住友海上様提供）の実施
- 事故惹起者研修の実施

### 7.　喫煙率低下に向けた取り組み
- 禁煙サポート（禁煙補助剤の無償支給、カウンセリング）
- 受動喫煙防止対策設置

### 8.　コミュニケーション促進
- 年2回社内懇親会の実施（金銭補助実施）

【　健康経営プロジェクト　】

## 健康関連の目標指標について

### 1.　健康経営の目標
介護業界では、腰痛は「職業病」とされており、当社も多くの従業員が腰痛で悩んでいます。被介護者との体格の格差がある中で抱え上げて行う介助や前かがみや中腰となる動作も多く、腰痛になるリスクが高くなります。さらに、身体的負担だけでなく、利用者様の家での介護サービスをする上で自己判断を迫られる状況も心理的ストレスを生じるリスクもあり、それらの負担を軽減させる職場環境づくりと運動習慣が定着できるようサポートを行います。

### 2.　目標の達成状況を確認する指標（KGI）
内臓脂肪型肥満者リスク者（BMI25以上または腹囲　男性85㎝以上/女性90㎝以上）のある従業員の割合を2028年度を目標に健康保険組合全事業の平均である17%以下を目指します。

### 3.　目標の達成状況を確認する指標の背景
内臓脂肪型肥満者リスク（BMI25以上または腹囲　男性85㎝以上/女性90㎝以上）において、BMIが5%増えると腰痛リスクが11%増加すると言われています。逆にBMIが25以上の過体重や肥満の人は、BMIを10%減らすことが、腰痛リスク減少の目安になることを研究者が示唆しています。腰痛のリスクがある介護業界ではなるべく、リスクとなる内臓脂肪型肥満にならないよう従業員の運動習慣の定着とサポートをしていきます。

### 4.　健康関連の最終的な目標指標について
- 健康経営に係る各種指標（2025年度期首・最新情報）
- 名古屋薬業健康保険組合様との健康に関する分析結果に基づく

| | 2022年度 | 2023年度 | 当社の今後の目標値 | 名古屋薬業全事業所平均値（2023年度） |
|---|---|---|---|---|
| 被保険者の年齢構成 | 50.8歳 | 51.6歳 | － | 44.5歳 |
| 特定健診受診率（被保険者） | 87.5% | 100% | 100% | 94.6% |
| 特定保健指導実施率(被保険者) | 25% | 16.7% | 24% | 24.2% |
| 内臓脂肪型肥満者リスク者 | 26.4% | 24.5% | 17% | 17.5% |
| 肝機能異常リスク者 | 11.5% | 13.3% | 13% | 14.2% |
| 運動習慣あり | 17.7% | 20.8% | 21% | 21.0% |
| 就寝前2時間以内に夕食をとることが週に3回未満 | 75.8% | 73.6% | 76% | 72.0% |
| 朝食を抜く頻度が週に3回未満 | 83.9% | 86.1% | 90% | 77.8% |
| 飲酒をほとんどしない | 62.9% | 59.7% | 63% | 47.2% |
| １日あたり飲酒量が2合未満 | 96.0% | 78.4% | 96% | 82.1% |
| 喫煙しない | 74.2% | 77.8% | 80% | 80.6% |
| 睡眠で十分な休養がとれている | 66.1% | 71.8% | 75% | 60.2% |
| ストレスチェック受検率 | 100% | 100% | 100% | － |

【　健康経営プロジェクト　】

**健康経営理念**　人に寄り添うケアは働く人の健康から

時間外労働の削減や有給休暇の取得推進により、仕事と家庭の両立ができるよう、働きやすい職場環境づくりを進めています。また育児休業や子育て看護はもちろん親の介護休暇に関する休暇制度を導入し女性社員だけでなく男姓社員も育児、家庭、教育、介護に積極的に参加できる体制を整えています。（男性の子の看護休暇取得実績あり　・　親の介護休暇取得実績あり）
また、私病の早期発見と治療・復職においても従業員の負担軽減を考慮し、支援していきます。

## ＜　仕事と育児、仕事と介護の両立　応援宣言　＞

| | |
|---|---|
| **宣言の内容** | ・　常に仕事の進め方の改善を心掛け、職場環境づくりに努めます。<br>・　子供の急病やケガ等の連絡があった場合には、直ちに子供の元へ駆けつけることが出来るよう組織づくりをします。<br>・　時間外労働を削減し、仕事と家庭の両立を支援します。<br>・　小学校就学前の子供をもつ社員は、短時間勤務ができます。 |

## ＜　仕事と治療の両立　応援宣言　＞

| | |
|---|---|
| **宣言の内容** | ・　早期発見につながるよう、健康診断100％受診を目指します。<br>・　治療を優先できる、職場環境づくりに努めます。<br>・　治療中・復職後の休暇制度、勤務制度を整備し、就業負担軽減を図ります。<br>・　両立支援コーディネータを配置し、支援にあたります。 |

日建ヘルスメディカル株式会社　　代表取締役　　林　芳弘

## －　仕事と育児、仕事と介護、仕事と治療　応援の具体的な取り組み　－

**1.　仕事と家庭生活の両立**
- 有給休暇・子の看護休暇・介護休暇取得の促進
- 半日単位での年次有給休暇制度の導入
- 時差出勤制度の導入

**2.　長時間労働の防止**
- 労働時間が一定時間を超えた社員に対する管理職による面接指導の実施等
- 勤怠管理システムで勤務時間をモニタリングし、かつ一定時間を超えると、上長及び本人にアラート通知を自動配信

**3.　定期健康診断の実施**
- 受診率実質100％（就業時間において実施）
- 基本健診・総合健診・人間ドック・婦人科がん検診への費用補助
- 再検査費用補助
- 健診後の事後指導の費用補助
- 健康診断結果の推移を確認したり、日々の記録できるアプリの提供

**4.　健康増進のサポート**
- インフルエンザ予防接種の実施（接種医療機関の斡旋、費用補助）
- カロリー計算もできる健康アプリの提供
- 事務所内にアクアバンク設置/栄養補助食品を社内割引にて販売
- 両立支援コーディネーターの配置

**5.　メンタルヘルスサポート**
- ストレスチェック実施（受検率実質100％、集団分析実施）
- 社内及び外部のメンタルヘルスカウンセリングの設置

# 【　健康経営戦略マップ　】

作成年　：　２０２５年

## 健康投資

＊従業員とその家族の健康管理
- ・定期健診の実施
- ・がん検診/婦人科検診の実施
- ・特定保健指導の強化
- ・二次検査受診勧奨
- ・歯科健診の受診勧奨
- ・インフルエンザ予防接種の補助

＊規則正しい生活習慣の見直し
- ・ウォーキングイベントの開催
- ・運動週間の実施
- ・健康アプリの活用
- ・禁煙プログラムの勧奨

＊メンタルヘルス対策の実施
- ・ストレスチェックの実施
- ・懇親会の実施（年2回）

＊労働時間の管理強化
- ・休暇制度や勤務制度の見直し
- ・勤怠システムの活用

＊健康増進関連の研修

＊健康経営に取組むトップのコミットメント

## 健康投資の効果

| 健康投資施策の取組み 状況に関する指標 | 従業員等の意識変容・ 行動変容に関する指標 | 健康関連の最終的な目標指標 |
|---|---|---|
| ・健康診断受診率100%<br>・二次検査受診勧奨100%<br>・特定保健指導実施率向上 | ・特定保健指導の対象者実施率<br>・運動週間問診の改善 | ＊健康状態の改善<br>・プレゼンティーイズムの改善<br>・アブセンティーイズムの改善<br>・肥満者の減少 |
| ・イベントへの参加率・満足度<br>・運動週間の参加率・満足度<br>・健康アプリ導入率・満足度<br>・禁煙プログラム参加率・認知率 | ・1回30分以上の運動の実施率<br>・就寝2時間前までに夕食をとる割合<br>・禁煙習慣がない割合 | |
| ・メンタルヘルス相談窓口の認知率<br>・ストレスチェック受検率100% | ・高ストレス者率（経年比較） | ＊組織パフォーマンスの改善<br>・ワーク・エンゲイジメントの改善<br>・高ストレス者人数の減少 |
| ・休暇制度・勤務制度の認知率 | ・年次有給休暇取得率 | |
| ・健康増進関連の研修参加率<br>・健康経営の認知率 | ・ヘルスリテラシーの向上 | |

## 健康風土の醸成

| 健康経営の浸透状況 | 方針実現のための 体制・環境 | サポート、組織的支援（POS） WBC等 |
|---|---|---|
| ・従業員の健康保持・増進の理解度確認<br>・経営トップからの発信 | ・健康経営推進責任者の設置<br>・保険者との連携体制<br>・健康経営推進等に関する外部からの評価 | ・上司/同僚からのサポート<br>・心身及び介護全般の相談窓口の実施<br>・サービス責任者による介護サービスの実地指導/確認を実施<br>・座学及び実務研修を社内外で毎月実施 |

## 従業員の健康課題

腰痛発症リスクである肥満症の減少・予防

目標年　：２０２８年

| KGI | 健康経営の目標 | 健康経営の推進方針 | 経営方針 |
|---|---|---|---|
| 内臓脂肪型肥満者リスク者のある従業員の割合を１７％以下 | 介護業界の職業病とされる腰痛を発症しないため肥満を解消し、生き生きと利用者様のケアにあたる | 『人に寄り添うケアは、働く人の健康から』の想いの元、従業員自身が心身共に健康に努め持続的な企業成長を実現する | 介護が必要な方のニーズに合わせた質の高いサービスを提供する |

【　健康経営プロジェクト　】

## 健康経営、経年の効果について

| | | 2024年 |
|---|---|---|
| 有給取得率 | | 64% |
| 平均勤続年数 | | 9年 |
| 月平均残業時間 | | 3時間 |
| 女性の育休取得率 | | 100% |
| 育休復帰後の時短利用率 | | 100% |
| 看護・介護休暇取得人数 | | 6人 |
| 労働災害・死亡災害 | | 0% |
| 健康診断受診率 | | 98.6% |
| 高ストレス者率 | | 12.3% |
| 内臓脂肪型肥満者リスク者率 | （KGI） | 24.5% |
| 健康経営認知度 | | 69% |
| アプリ導入率 | | 16% |
| 継続的運動の実施 | 実施 | 26% |
| | 努力中 | 36% |
| | 未実施 | 38% |
| 健康経営施策満足度 | 満足 | 40% |
| | 普通 | 57% |
| | 不満 | 3% |