

1. 基本的な考え方・推進体制



「人をつくり 人をまもる」の精神で健康を推進します

社長 小島 栄二

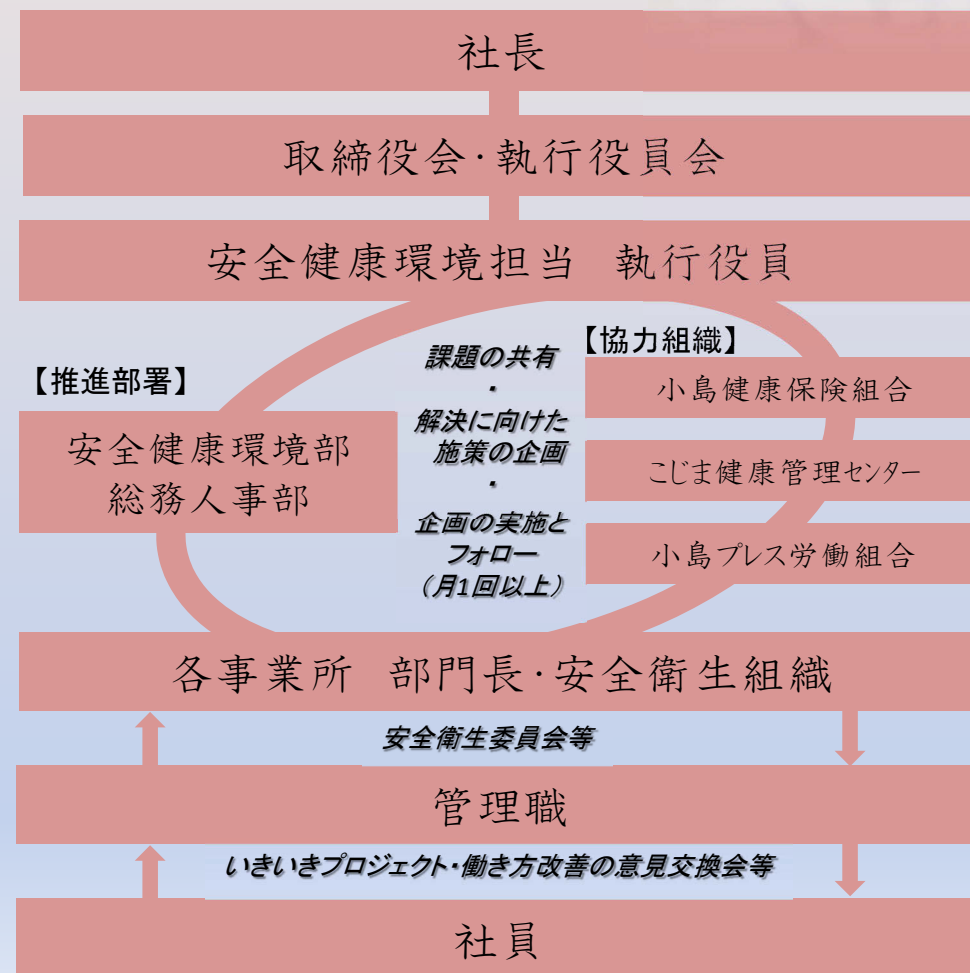


健康への考え方：

当社は、長期テーマとして「人をつくり 人をまもる」を掲げています。企業活動の原点は「人」であり、社員一人ひとりの心身の健康は、当社の経営を支える最も重要な財産です。全社員が心豊かに、また健やかに定年を迎えることが願いです。

自動車業界が大きな変革期にある中で、自分の仕事に誇りを持ち、自信にあふれ、常に目標にチャレンジし続けられる「明るく楽しい職場」を目指しています。その基本となる心身の健康を支えるため、小島健康保険組合と連携し、従来の疾病予防対策や法令順守はもとより、健康寿命を延ばす先制医療の考え方を取り入れた活動に積極的に取り組むことをここに宣言します。

推進体制：



2. 医療費、労働損失と生活習慣の分析結果

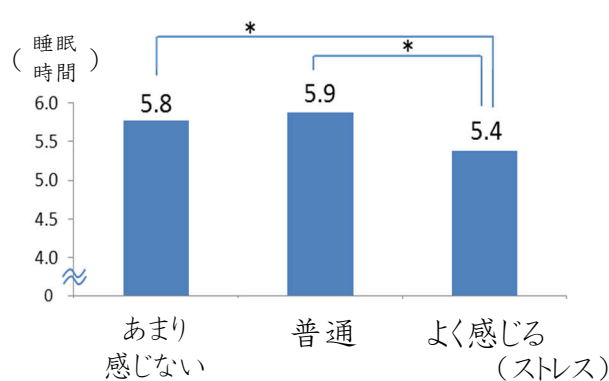
健康保険料

労働損失額

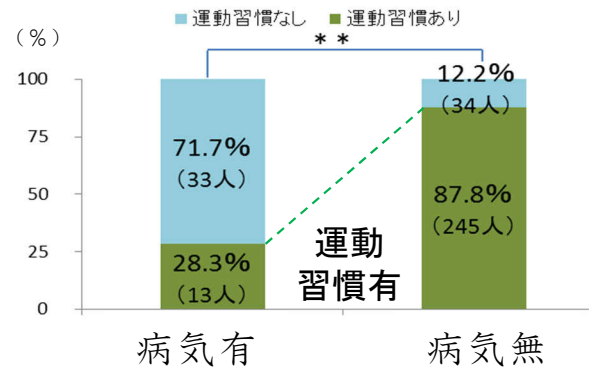
通院回数

診断書の提出
(メンタル、生活習慣病)

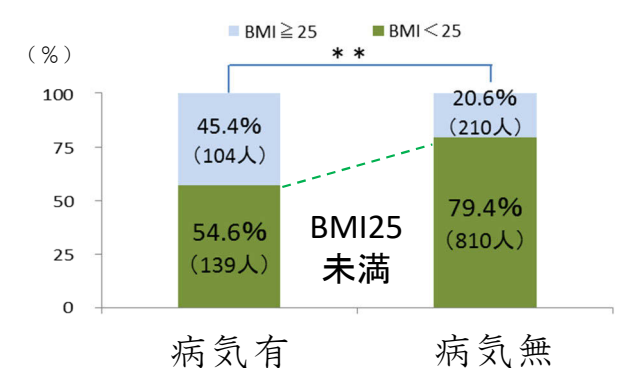
長欠日数



睡眠時間とストレス



運動習慣と精神疾患



BMI (体格指数)と生活習慣病

* $p < .05$ 、** $p < .01$
すべて小島プスの健診データより

『睡眠時間』『運動』『BMI (体格指数)』の改善が
医療費・労働損失改善につながる

3. 小島プレスの健康課題と目指す姿

長期テーマ：
人をつくり 人をまもる
KPI：
健康長寿で
定年を迎える

組織課題

受動喫煙対策

- 屋内禁煙:2020年4月
- 敷地内禁煙:2022年1月

保健指導の徹底

- 一般保健指導/
特定健診・特定保健指導
の受診率向上

経営層の関与

- 役員会:1回/年以上
- 教育の企画・実施
- 積極的な企画参加

働き方改革

- 働きがい改善・残業低減
- 新しい働き方の検討

医療費
労働損失の
低減

行動の変容

肥満改善

- 抗加齢ドック
の受診
- 体重測定推進
- 常備薬斡旋

睡眠改善

- 睡眠計測定・指導
- 常備薬斡旋

意識の変容

禁煙

- 禁煙外来補助
- 禁煙チャレンジ
- 常備薬斡旋

メンタルヘルス

- バースデイエクササイズ
- 心理職によるフォロー

女性健康
生活習慣病の知識

- 健康教育の実施

個人課題

4. 中長期活動計画(2019~2023年)

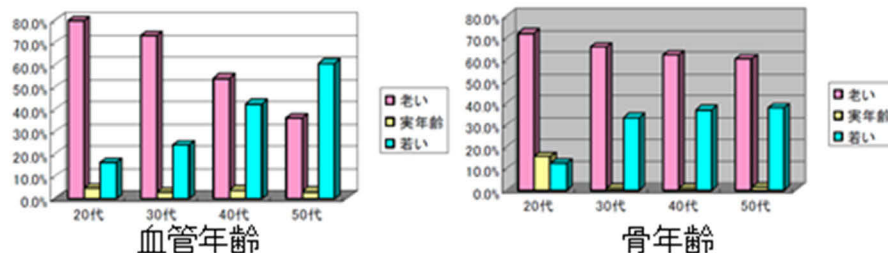
	5年目標値	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年
全体進捗確認	各月1回以上	●	○	○	○	○
①健康寿命 企画活動	要生活習慣改善 者数の低減: 8.6%以下	抗加齢ドック	抗加齢ドック	抗加齢ドック	抗加齢ドック	抗加齢ドック
			企画	LS改善 コース	LS改善 コース	LS改善 コース
②生活習慣 病対策活動	40歳以上 BMI:18.5~25 67.2%以上	健康チャレンジの展開				活動 まとめ
			体重測定習慣化のトライ	全社体重計設置		
			健康課題に合わせた常備薬斡旋活動			
			オンライン・エクササイズ			
③法令順守 活動	特定保健指導受 診率:60%以上	企画	オンライン保健指導			活動 まとめ
			特定健診 / 特定保健指導受診率向上取組み			
④メンタル ヘルス活動	平均睡眠時間 6時間以上 睡眠十分率: 67.7%以上	自前のリワークプログラムの提供				活動 まとめ
		臨床心理士・公認心理師による定期的なフォロー面談の実施				
		睡眠計による結果のフィードバック(抗加齢:管理職対象)				
		睡眠計による結果のフィードバック(交通事故者を対象)				
		睡眠計による結果のフィードバック(過去メンタル長欠者を対象)				
		バースデイエクササイズ	バースデイエクササイズ+1	バースデイエクササイズ(担当員向け)		
			オンライン・エクササイズ			
			健康課題に合わせた常備薬斡旋の活動			

4. 中長期活動計画(2019~2023年)

	5年目標値	2019年	2020年	2021年	2022年	2023年
⑤受動喫煙対策活動	喫煙率: 24.7%以下	屋外喫煙所整備 屋内喫煙所利用制限	建物内禁煙 スワンスワン活動		敷地内禁煙	活動まとめ
		禁煙外来補助、禁煙チャレンジの実施				
⑥働き方改革活動	実施率:100%	健康管理規定 健康情報管理規定の整備	女性の健康課題・BMI・睡眠の健康教育	妊娠している従業員に関する管理監督者知識教育	病気と仕事の両立支援に関する規定及び教育	活動まとめ

これまでの取り組みと成果:

抗加齢ドックからわかってきたこと



若い世代が実年齢に比べて老化が進んでおり、定期健康診断では「異常なし」でも、抗加齢ドックでは「異常あり」と判断される人が多い。

毎週運動教室

- 年間延べ2400人参加
- 行動科学を取り入れた勧誘



【当社のリワークプログラムの結果】

再発率(%)

