

01 目的

健康経営の目的は、社員の「身体的健康」「精神的健康」「社会的健康」を総合的に向上させることで、社員の生産性や創造性を高めると同時に、社員のワークライフバランスを向上させることにあり、その結果として、社員と会社が共に成長することを目指している。

02 課題・目標

健康経営で解決したい経営上の課題

課題 ① 組織のパフォーマンス向上	健康経営で解決したい経営上の課題	パーパス(成長に、寄り添う。)の実現には、社員と会社が共に成長し続ける必要があり、そのためには社員一人ひとりがパフォーマンスを最大化させる必要があると考えている。
	健康経営の実施により期待する効果	健康経営の施策実施により、労働生産性の向上を期待している。 具体的には、2025年度末までに、アブゼンティーズム2.5日、プレゼンティーズム78%を目指す。

自社従業員(組織)の課題と目標

重点課題1 ⑧ 健康状態にかかわらず全従業員に対する疾病の発生予防

健康診断での有所見率は毎年60%後半(2022年度68.9%2023年度65.0%)を推移しており、全国平均・健保平均と比較すると高い状態にある。また、二次検診などの推奨は行っているが、従業員それぞれの健康課題について詳細を管理しきれていないことも課題である。

健康診断 有所見率

	数値	単位	年度
取組前実績値	68.9	%	2022年度
現在の実績値	65	%	2023年度
目標値	58.7	%	2026年度

重点課題2 ⑭メンタルヘルス不調等のストレス関連疾患の発生予防・早期発見・対応に関する課題

毎年実施しているストレスチェックにおいて、高ストレス者の割合は5年平均6.8%であった。全国平均・業界平均を下回っている状況であるが、より一層高ストレス者の割合を減らすため、予防・改善を行っていく。

ストレスチェックにおける高ストレス者の割合

	数値	単位	年度
取組前実績値	4.4	%	2022年度
現在の実績値	5.1	%	2023年度
目標値	5	%	2030年度

04 健康経営の成果

経営上の課題に対する健康経営の成果

2023年に健康経営の取り組みを開始し、施策やイベントの実施を通して社員のパフォーマンス(アブゼンティーズム(77.4%→77.5%)/プレゼンティーズム(2.4日→2.2日))は改善傾向にある。今後とも健康経営に関わる活動を継続し、施策やイベントへの参加率を向上させることにより、より一層社員のパフォーマンスを改善し、社員、会社ともに成長していきたい。

03 施策・実績

健康経営の取り組み

施策内容(重点課題1)

健康に対する意識や知識向上のためのeラーニングの周知や、運動習慣の身に着けるためのウォーキングイベント、また食生活改善のためのイベントを行った。

具体的な実践内容1

分類	自社サービス
名称	JMAM eラーニングライブラリ*
内容	全社員に必要な知識やスキルなどを動画で分かりやすく、手軽に学べるeラーニングサービス。健康経営に特化したコンテンツも充実している。
導入時期	2010年
評価(定量・定性)	<ul style="list-style-type: none"> 健康経営関連eラーニング受講人数:55コース/人(延べ人数413人)。 管理職への労務研修の一環として受講案内を行い、新任管理職の100%が受講完了した。 JMAM eラーニングライブラリ*「健康経営ライブラリ」を閲覧することによってヘルスリテラシーの向上に繋がった。

具体的な実践内容2

分類	外部サービス
名称	Renobody
提供元社名	株主総会リンクアンドコミュニケーション
内容	歩数計アプリ「RenoBody」を使用し、企業内において歩数や距離を競うウォーキングイベントを開催することで健康促進、運動習慣定着が期待できる。
導入時期	2023年4月
選択理由	<ul style="list-style-type: none"> 価格 効果 機能・性能 使いやすさ 評判 サービス・製品の可能性
評価(定量・定性)	<ul style="list-style-type: none"> イベントへの参加人数:313人(割合:41%) イベント開催中の1日あたりの全体平均歩数:7683歩 「定期的に運動を行っていますか」というアンケートの質問に対し、「はい」と答えた人の割合が38%→42.9%に増加した。 ウォーキングイベントの実施により運動習慣のきっかけ作りに寄与できた。

具体的な実践内容3

分類	外部サービス
名称	あすけん
提供元社名	株式会社asken
内容	AI食事管理アプリ「あすけん」を使用することで、毎日の食事や運動を記録し、栄養バランスやカロリー摂取量を管理することができる。
導入時期	2024年2月
選択理由	<ul style="list-style-type: none"> 価格 効果 機能・性能 実績 評判 サービス・製品の可能性
評価(定量・定性)	<ul style="list-style-type: none"> イベントへの参加人数:78人(割合:10%) 一か月間毎日毎食、食事データを入力した人は58人(74%) イベント終了後もあすけんを利用し食事管理を行った人の割合は21% あすけんイベントの実施により食生活改善のきっかけ作りに寄与できた。

取り組みにおける課題や困っていること

実施している施策の課題	全社的な施策やイベントへの参加率が低い点。
今後取り組みたい施策の課題	現状ありません。

施策内容(重点課題2)

メンタルヘルスに関する知識向上や予防対策のためのeラーニングの周知や、残業時間およびPCの稼働時間の管理、またストレスチェックの受診率100%を達成するための活動を行った。

具体的な実践内容1

分類	自社サービス
名称	JMAM eラーニングライブラリ*
内容	全社員に必要な知識やスキルなどを動画で分かりやすく、手軽に学べるeラーニングサービス。メンタルヘルスに特化したコンテンツも充実している。
導入時期	2010年
評価(定量・定性)	<ul style="list-style-type: none"> 健康経営関連eラーニング受講人数:4コース/人(延べ人数39人)。 JMAM eラーニングライブラリ*「健康経営ライブラリ」を閲覧することによってメンタルヘルスの知識が向上し、予防や対策ができた。

具体的な実践内容2

分類	外部サービス
名称	NEC働き方改革支援ソリューション
提供元社名	NECソリューションイノベータ株式会社
内容	働き方改革を支援するサービス。弊社においては、PCの稼働状況と勤怠のデータを照合し乖離をチェックする機能を利用中。また、業務内容の可視化機能も活用している。
導入時期	2019年
選択理由	<ul style="list-style-type: none"> 効果 機能・性能 使いやすさ サービス・製品の可能性
評価(定量・定性)	<ul style="list-style-type: none"> 全社の平均残業時間:16時間(2023年7月~2024年6月) サービス導入によりPCの稼働状況と勤怠の乖離が減少した。

具体的な実践内容3

分類	外部サービス
名称	ストレスチェッカー
提供元社名	株式会社HRデータラボ
内容	ストレスチェックサービス「ストレスチェッカー」により、ストレスチェックおよび、そのデータ分析、改善が可能。
導入時期	2024年2月
選択理由	<ul style="list-style-type: none"> 価格 効果 機能・性能 使いやすさ サービス・製品の可能性
評価(定量・定性)	<ul style="list-style-type: none"> ストレスチェック受診率:100% 高ストレス者の割合:5.1%(5年平均6.8%) 社員のストレス状況を把握することができ、人事施策に活かすことが可能。

データ活用事例

事例名	歩数計アプリ「RenoBody」を利用した歩数情報の利活用
内容	ウォーキングイベントの開催にあたり、社員に対し歩数計アプリ「RenoBody」のダウンロードを依頼し、1ヵ月間の歩数を計測し、参加社員の1日あたりの平均歩数データを取得した。
利用データ	ライフログ(歩数)
利用者(ユースケース型)	人事部管理職等(ユースケース2) 従業員(ユースケース3)