

健康長寿産業連合会 健康経営WG 健康経営ビジネスサロン企画
「健康経営先進事例セミナー2025」

住友生命の健康経営[®]

～卒煙サポート運営・重症化予防事業の取組みについて～

2025年7月4日
住友生命保険相互会社
人事部 神田 貴之

本資料は2025年6月時点の内容を元に作成しております。

「健康経営[®]」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

アジェンダ

1. 住友生命について
2. 住友生命の健康経営
3. 喫煙率改善へ向けた「卒煙サポート運営」
4. 重症化予防事業の取り組み
5. 今後の取り組みについて

住友生命について

社 名： 住友生命保険相互会社

創 業： 1 9 0 7 年（明治 4 0 年） 5 月

総資産： 4 8 兆 8 6 8 8 億円（連結）

売上高： 3 兆 3 7 5 3 億円（保険料等収入）（連結）

従業員： 4 2, 3 1 7 名

拠点数： 支社・事業部 9 2 支部 1, 5 3 6

業 務： 生命保険業

※2024年度末



本社：大阪市中央区



東京本社：中央区

住友生命グループのあゆみ

日之出生命保険株式会社の創業(1907年)

「理想の会社」を目指し岡本敏行が創業。当時優れた経営内容を「業界のダイヤモンド」と評される。



日之出生命本店社屋(東京市京橋区、大正2年12月完成)

国民生命保険相互会社の設立(1947年)

戦後の財閥解体により新会社「国民生命保険相互会社」を設立し、「積極的健全経営」方針のもと出発。



国民生命本店(大阪市東区安土町)

新コーポレートブランドの展開(2011年)

「理想の会社を創ろう」という創業の想いを、「あなたの未来を強くする」というメッセージに託して、新たなブランド戦略を展開。

あなたの未来を強くする



住友生命保険株式会社の発足(1926年)

社名を「住友生命保険株式会社」と改称し、社会公共の利益のために住友の生保事業がスタート。



住友ビルディング(大阪市東区北浜)

「住友」への社名復帰(1952年)

「住友生命保険相互会社」の新社名のもとで再出発。現在の「経営の要旨」を制定。



ラジオ放送を通じ社名改称挨拶をする芦田社長

「住友生命グループVision2030」策定(2023年)

サステナビリティ経営方針の実現に向け、「住友生命グループVision2030」を策定。2030年に向けたグループの目指す姿を「ウェルビーイングに貢献する『なくてはならない保険会社グループ』」と定め、1人でも多くのステークホルダーにウェルビーイングの価値を提供していく。

社会に貢献する商品開発の歴史

1996年2月

Vガード

5つの
重度慢性疾患を
保障!



2005年4月

千客万頼

健康に不安があり、
保険加入を
あきらめていた方へ



2007年11月

がん長期サポート特約

長期にわたる
がんの治療費や
生活費をサポート!



2015年10月

1UP

働けなくなる
リスクに備える
生活保険



2018年7月

“住友生命「Vitality」”

「リスクに備え、
リスクを減らす」
新しい発想の保険



WaaS (Well-being as a Service) の取組み



➤ プレコンセプションケア

住友生命の不妊治療と仕事の両立支援ソリューション

Whodo整場

フウドセイバー

多彩な協業パートナーのサービスをパッケージ化

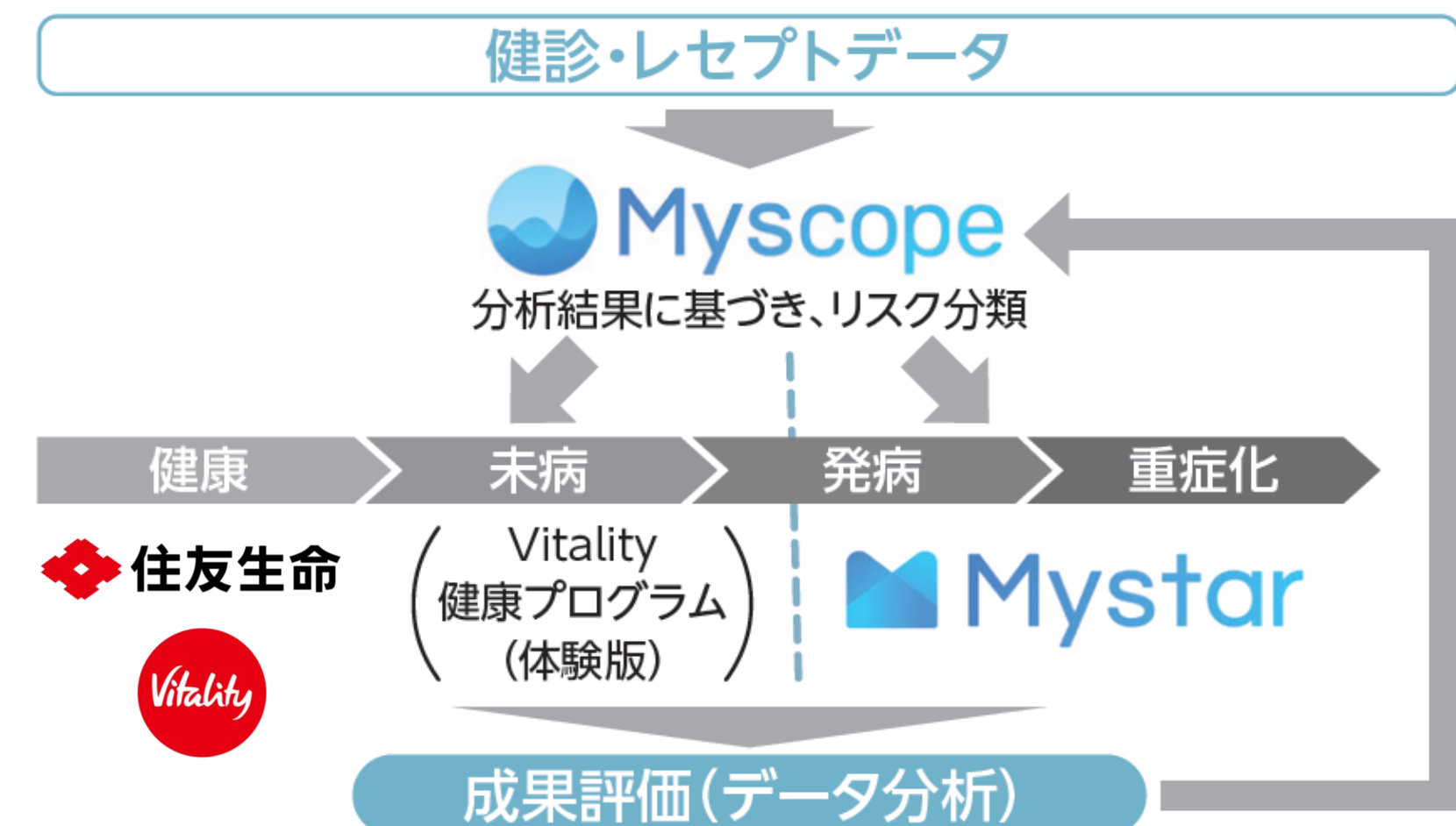
従業員アンケート(匿名調査)

オンラインセミナー&
妊活ライブラリー

男女セルフチェック
検査キット

LINE相談&オンライン相談

➤ 重症化予防に向けた取組み



住友生命グループVision2030 ～2030年にありたい姿～

～日本・世界・地球未来のウェルビーイングに向けて～

ウェルビーイングに貢献する「なくてはならない保険会社グループ」

住友生命グループ Vision2030で目指すステークホルダーのウェルビーイングな姿

お客さま



それぞれのニーズにあった保障・サービスの提供を受け、様々なリスクに対して不安なく、生き生きとくらすことができている。

1人でも多くの方に
ウェルビーイングの価値を提供

目指すべき目標

ウェルビーイング価値提供顧客数2000万名
うちVitality会員数500万名

社会



少子高齢化社会の中でも、多くの方が健康で豊かに生きることができる。また、齢を重ねても、病気になったとしても、身近な方とともに、幸せに生きることができる。

ビジネスパートナー



住友生命グループの理念を共有し、共に価値を創造・提供していくことで、ビジネスパートナー自身とそのステークホルダーのサステナビリティが高まっていく。

地球環境



カーボンニュートラル実現に向けた取組みにより、気候変動のリスクが大きく低減される。多様な生物が生息し、持続可能な環境が作られている。

従業員



一人ひとりが自律的かつ主体的に成長しながら、自身の価値を発揮できる。また、周りの方から信頼され、誇りと自信をもって働き続けられる。

会社



ステークホルダーを支えていくことで、信頼・支持され、住友生命グループも持続的・安定的に成長する。

人的資本・人財共育の取組み

ステークホルダーに価値を提供するために職員のウェルビーイングを実現する取組み（人財の育成）

会社側の取組み

- 経営理念と連動した人財戦略を明示
- 目指す姿としてのコンピテンシーを策定
- タレントマネジメントのレベルアップ



会社と職員が
「共に育ち、選び・選ばれる関係」へ

職員の取組みへの支援

- 自律的なキャリア形成の支援
- 積極的な自己研鑽の推進

職員のありたい姿「一人ひとりが自律的かつ主体的に成長しながら、自身の価値を発揮できる。
周りの方から信頼され、誇りと自信をもって働き続けられる。（エンゲージメントの向上）」



職員のウェルビーイングをサステナブルなものにしていくための取組み（環境の整備）

人財の多様性の発揮（DE&I）

- 多様な人財が、公平な環境で、互いを尊重しながら自分らしく活躍できる、働きがいのある職場づくりを進めています。

働き方改革（WPI）

- 2018年度からWPI（ワーク・パフォーマンス・イノベーション）の取組みを進めています。

健康経営

- 職員やその家族が積極的に健康維持・増進活動に取り組むことを全力でサポートし、持続可能な未来の実現を目指します。

住友生命の健康経営

住友生命グループ健康経営宣言

住友生命グループの最大の財産は「人」であり、「人」こそが経営の源です。そして、一人ひとりの職員が個々の能力をいきいきと最大限に発揮するためには、何よりも職員やその家族が心と体の健康を大切にし、「Well-being(身体的健康・精神的健康・社会的健康・幸福)」であることが非常に重要だと考えています。

住友生命は、お客さま、職員、社会にとって、「人」「デジタル」で「Well-being」に貢献する『なくてはならない』生命保険会社を目指しています。「Japan Vitality Project」を通じてお客さまの健康維持・増進を応援し、健康寿命の伸長という社会課題の解決を行い、「お客さま」「社会」「職員・会社」が共有できる「新たな価値づくり」に取り組んでいます。そして、その根幹を支えるものが、職員一人ひとりの健康に対する「意識」と「行動」です。

このような認識のもと、住友生命グループは、職員やその家族が積極的に健康維持・増進活動に取り組むことを全力でサポートし、サステナブルな経営体制を構築し、SDGs「サステナブル社会」へ貢献してまいります。

2021年7月2日

住友生命保険相互会社

取締役 代表執行役社長 高田 幸徳

職員のウェルビーイングの実現

一人ひとりの職員が個々の能力を最大限に発揮するため、職員やその家族が心と体の健康を大切に「ウェルビーイング」を実現すること。

健康管理

健康リスクの軽減

健康維持・増進
活動の奨励

定期健診
2次健診
受診率向上

重症化予防
事業実施

メンタルヘルス
不調予防

禁煙推進

長時間労働の
抑制

Vitality健康プ
ログラム活用

スニーカー
通勤推奨

- 定期健康診断および2次健診の受診率向上
- 特定保健指導、生活習慣改善指導等の実施
- 重症化予防事業の実施
- 家族の健康診断受診率向上への取組み
- 人間ドック・乳がん検診費用補助事業の利用促進
- 電話健康相談の活用促進
- メンタルヘルス不調予防
- ストレスチェック受検勧奨と活用



- 禁煙の推進
- 長時間労働の抑制と柔軟な働き方への取組み
- コミュニケーションの促進



健康維持・増進活動の奨励

- 「Vitality健康プログラム」の活用
- 「社内ウォーキングキャンペーン」の年2回
(春・秋)開催
- ICTや機関誌等による健康情報の提供（生活習慣病、食事、禁煙等）
- スニーカー通勤の推奨
- 「日本健康マスター検定」「メンタルヘルスマネジメント検定試験」の受検勧奨

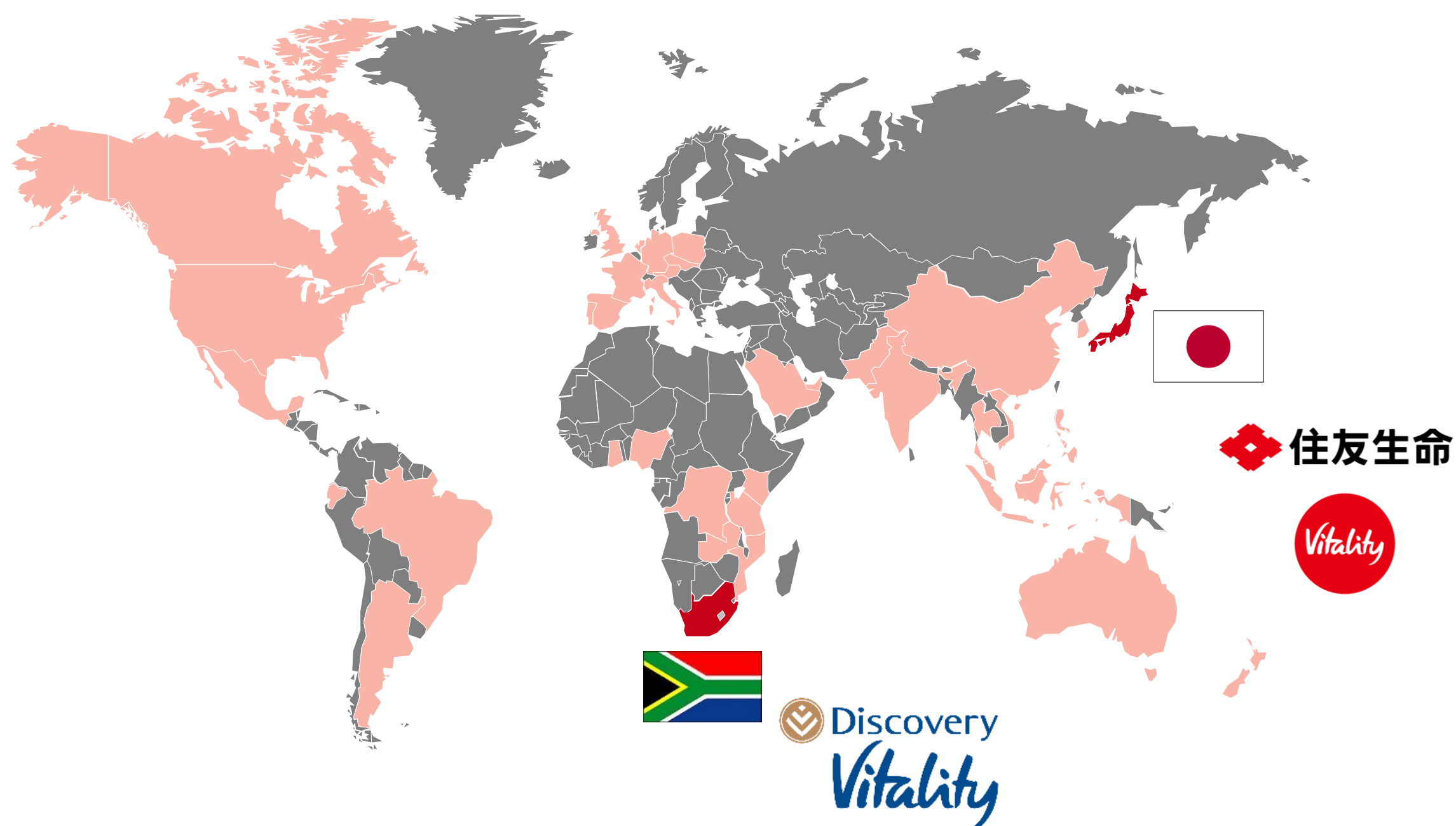


Vitality健康プログラム

世界**41**の国と地域で、約**4,200万人**※以上が加入

※2024年6月末時点

※他国で提供されている「Vitality」の種類はVitality導入各国により異なる場合があります（損害保険・健康保険等）



「保険」と「健康プログラム」を組み合わせたサービス

リスクに備える
保険契約



リスクを減らす
Vitality健康プログラム



- ☑ 健康増進に資する日々の活動の積上げを評価し、保険料変動や特典(リワード)で還元。
- ☑ 継続的な健康増進活動を促すことで、病気等を患うリスク自体の減少に寄与。

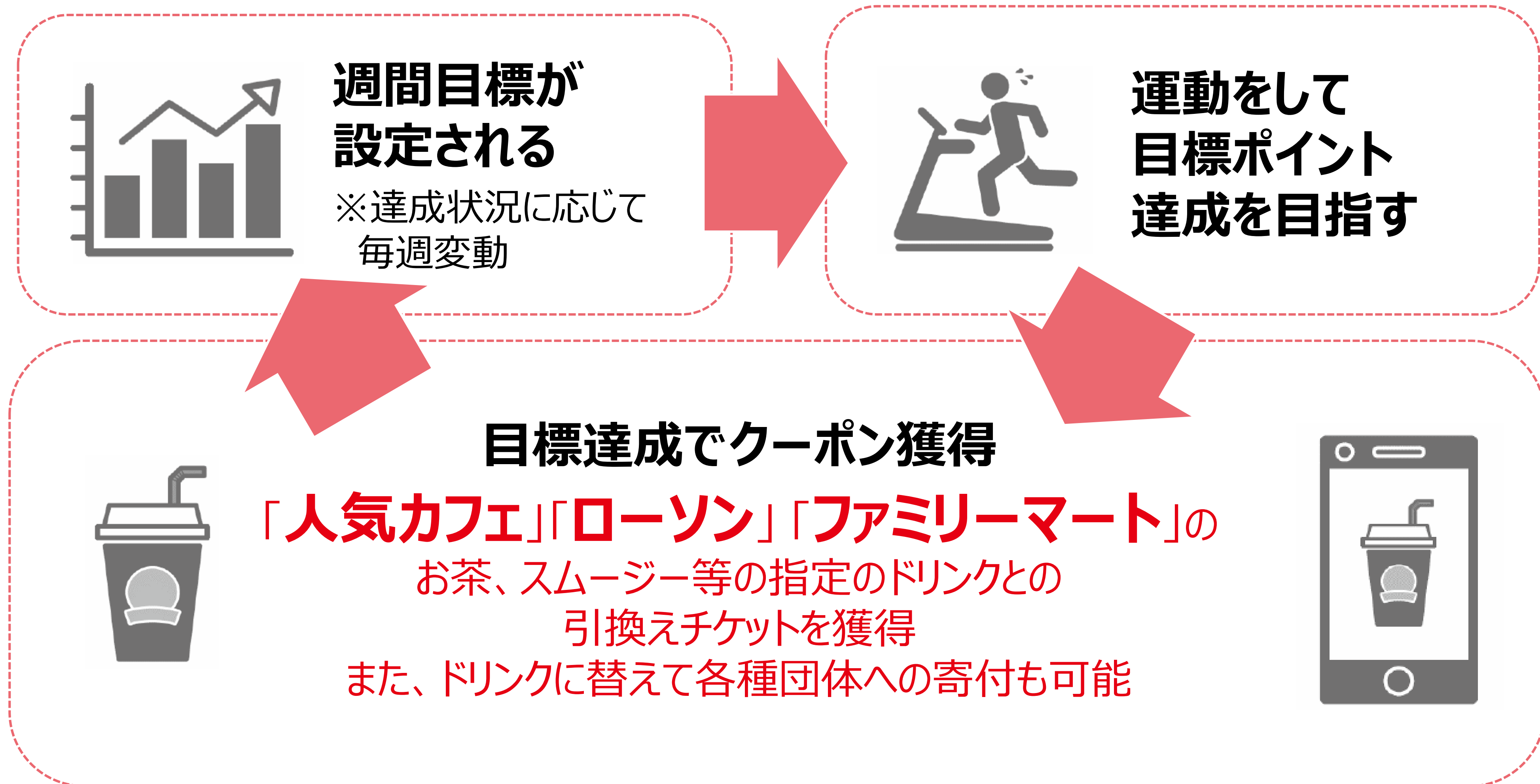
お客さまとともに、健康を目指す保険

【ご参考】

健康長寿産業連合会WG3主催「健康経営先進事例セミナー第4回」（2024年12月6日(金)開催）
「住友生命の健康経営～職員ウェルビーイング実現のための「Vitality健康プログラム」の活用～」
<https://www.well-being100.jp/report/20240919668/>

アクティブチャレンジ

1 週間ごとの目標クリアで、嬉しい「特典」が必ず獲得できるサブプログラム



企業向けのソリューション

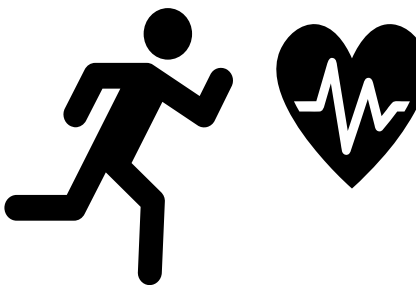
Vitality福利厚生タイプ

Vitality健康プログラム

健康診断等
結果を提出



日々の運動
(歩数・心拍数) 計測等



ポイント化して
記録



企業

月次・年次レポート
利用者あてアンケート



利用料
(企業負担)

あなたの未来を強くする



各種イベント・セミナー提供

Vitality
健康プログラム
提供



活動データ



従業員



応援メール
ひな型提供

ウォーキング
キャンペーン

健康増進
セミナー

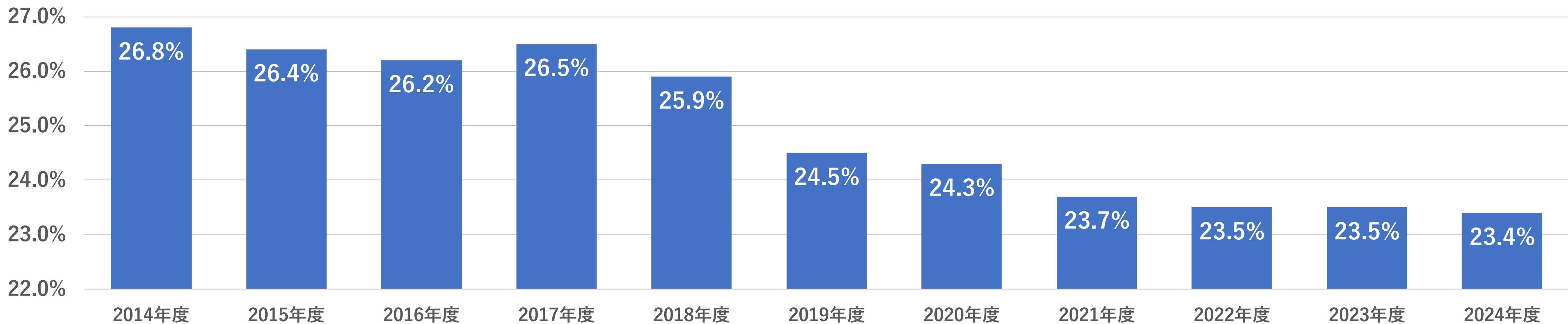
貴社の健康増進の取組みをサポートするメニュー

喫煙率改善へ向けた「卒煙サポート運営」



喫煙率改善に向けた取り組み

喫煙率推移



2024年10月より全社的な「卒煙サポート運営」を展開

たばこから「あなた」「家族」「仲間」を守るため、煙のない会社の実現を目指します。

- 卒煙チャレンジ応援プログラム（管理職）
- 就業時間中禁煙運営（本社）
- 喫煙スペースの利用自粛運営（本社）

卒煙チャレンジ応援プログラム（みんなチャレ禁煙）

一般的な禁煙プログラム

通院やオンライン面談

医療職と1対1





みんなチャレ 禁煙

通院やオンライン面談なし

禁煙を目指す仲間



みんなでがんばる！

一般的な禁煙プログラム

年間いつでも参加可能





みんなチャレ 禁煙

期間限定!! 5月・9月・1月



みんなでがんばる！



参加促進

ポスター・Web



ナッジを活用した動奨ツール
で喫煙者を振り向かせる

禁煙補助薬



日本調剤オンラインストア
と連携し自宅へ個別配送

禁煙継続支援



禁煙仲間と励ましあい
心理的依存に打ち勝つ



禁煙ノウハウの提供や
禁煙状況の定期確認

再喫煙防止



禁煙成功した仲間と
継続チャレンジ可能

管理職向けの卒煙チャレンジ応援プログラムとして、エーテララボ株式会社が提供する「みんなチャレ禁煙プログラム」に参加し、卒煙にチャレンジする職員のサポートを実施。

卒煙チャレンジ応援プログラム（みんなチャレ禁煙）

実施結果

◆管理職向け卒煙チャレンジ応援プログラム実施結果

※2024年10月から3か月間の実施
※4週間以上禁煙継続した方を
卒煙成功とする

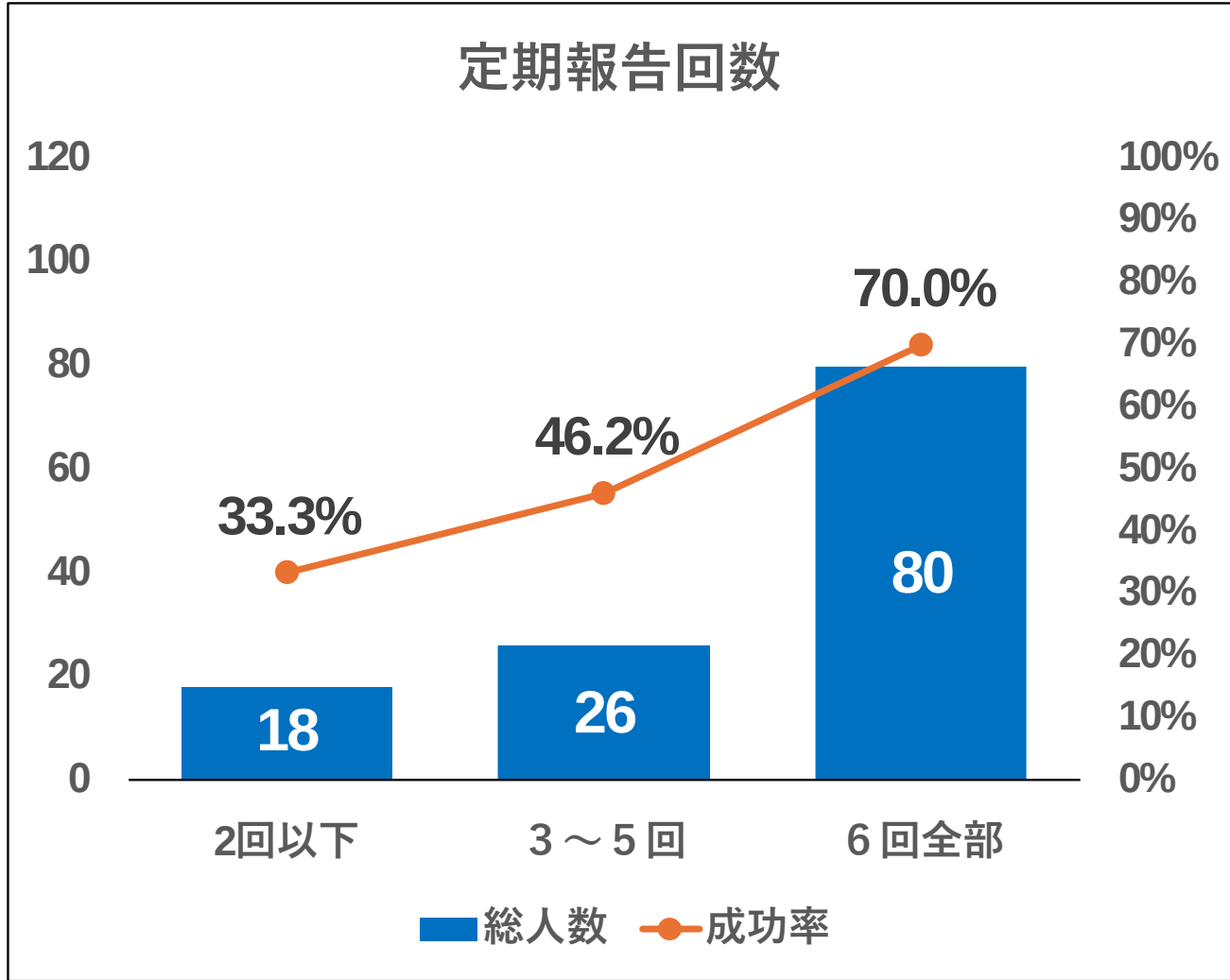
喫煙者 ① (名)	申込者 ② (名)	申込率 ②／① (%)
199	127	63.8



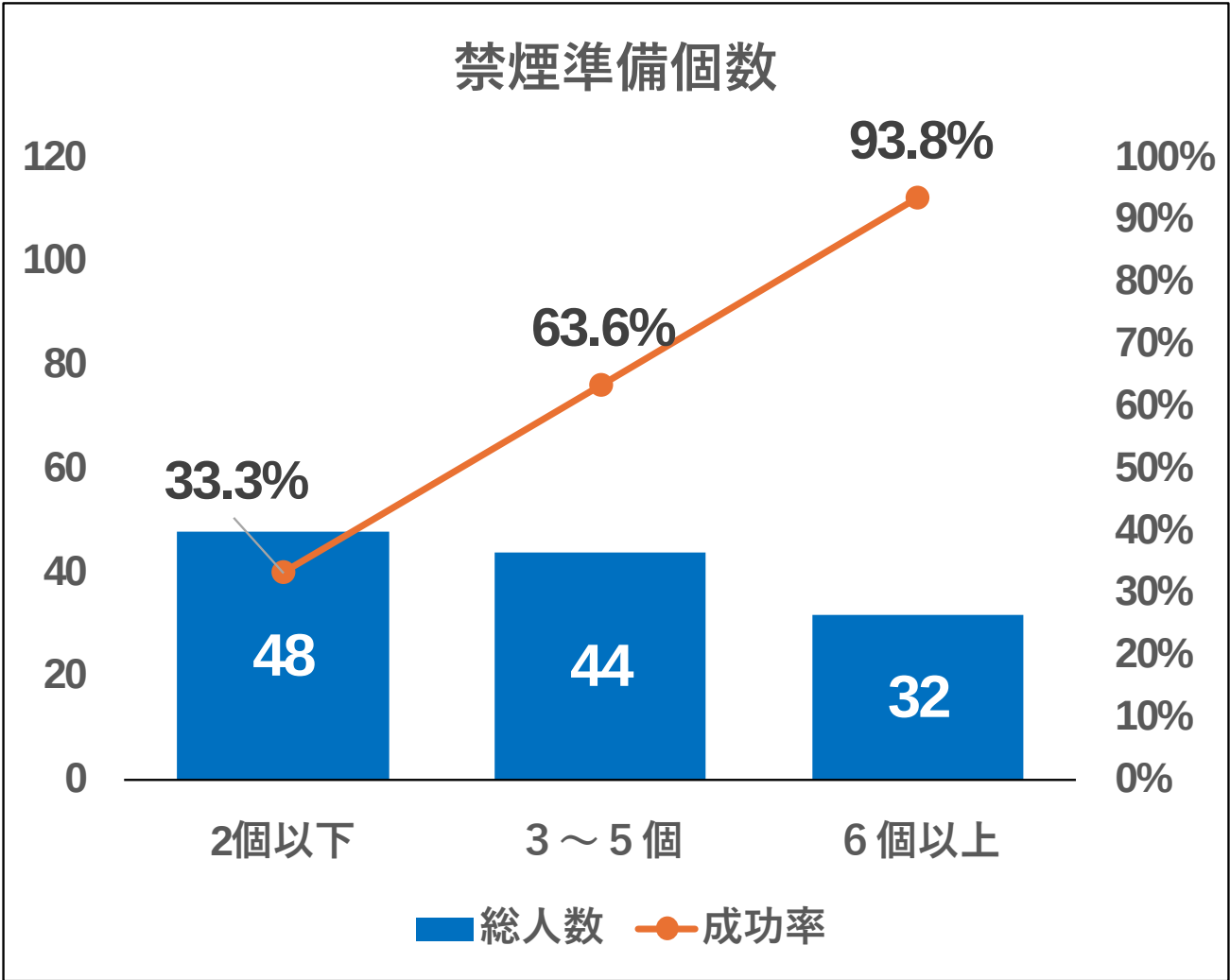
最終報告 ③ (名)	卒煙成功 ④ (名)	成功率 ④／③ (%)
124	74	59.7

分析結果

◆定期報告回数が多いほど成功率が高い



◆禁煙準備が多いほど成功率が高い



※禁煙準備
・タバコ、ライター等を処分
・禁煙補助薬を入手
・禁煙について周囲に告げた 等

参加者の声

卒煙する良いきっかけとなり、思いのほか家族も喜んでくれました。

タバコ代の出費も、喫煙場所を探す時間も削減できました。



禁煙補助剤（ニコチンパッチ・ガム）の支給がありがたかった。

チームの仲間がお互いの励ましになった。
スタンプの内容も面白かった。



[『榮泉』はこちら](#)

高田社長
オフィシャルサイト [Leader's Lounge](#)

[経営メッセージ](#)

[ニュース&トピックス](#)

[スミセイと人](#)

[健康増進](#)

[VOICE](#)

感想募集中！

“みんな禁煙プログラム”の利用者にインタビュー！



～「あなたの番です！」シーズン2に向けて～

社内報の感想募集中

スミセイ「for your well-being」アワード受賞者決定！

2025.06.05 ニュース&トピックス

“みんな禁煙プログラム”の利用者にインタビュー！～「あなたの番です！」シーズン2に向けて～

社内報を活用した 卒煙風土の醸成

続いて、当社の健康経営推進担当者に、『卒煙チャレンジ応援プログラム』への想いについて聞いてみる。

<人事部推進担当者の声>

健康経営推進担当に聞いてみました！

〇人事部 神田 貴之さん



Q：卒煙プログラムの意義を教えてください。

当社は、私達一人ひとりが個々の能力を最大限に発揮するため、フィジカルウェルビーイングを実現できるように健康経営に取り組んでいます！

“みんな禁煙”を活用した卒煙チャレンジ応援プログラムは、健康経営推進の主体である管理職の皆さんより、将来的な全社展開に向けた試験実施も兼ねて実施いただきました。

2025年度は、さらに本社だけでなく支社（支部は2026年予定）においても、就業時間中の禁煙運営および喫煙スペース利用自由運営を実施いただいております。9月以降「みんな禁煙」の応募対象者を拡大して実施する予定です。

Q：みんな禁煙を導入されていかがでしたか？

「みんな禁煙」は、ただ我慢するだけでなく、禁煙補助薬を活用しながら、アプリ内の仲間や事務局の方々、家族などのサポーターの皆さんに応援いただきながら頑張れる仕組みですので、楽しく前向きに取り組んでいます。また、みなさんの声や意見も大切にしています。

2024年度下期に取り組んだ「卒煙サポート運営」

①管理職向け卒煙チャレンジ応援プログラムの実施
②本社所属における就業時間中禁煙運営
③本社所属における喫煙スペース利用自由運営
④住友生命グループ行動規範に即したマナー徹底を実施しました！

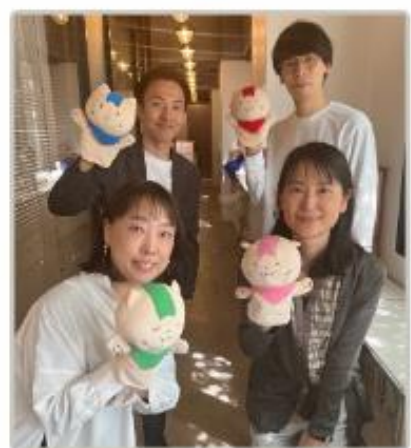
対象者	申込者数	参加者数	禁煙成功者数	禁煙成功率
1期生	127	62	124	74%
2期生	-	-	59	77%

取組結果がこちら。なんと成功率は約6割！

<エーテンラボ社担当者様の声>



～エーテンラボ CSチームのみなさま～



～エーテンラボ CSチームのみなさま～

Q：みんな禁煙禁煙の周知経緯を教えてください。

A：私たちの会社は「行動変容でみんなを幸せにする」というミッションで創業しました。その中心が習慣化アプリ「みんな禁煙」で、これまでに150万人以上の方に利用していただいています。企業で働く方々の健康づくりをしたいと思っている中で、禁煙補助薬を提供しているジョンソン・エンド・ジョンソンさまから声がけいただき、元喫煙者の産業医科大学 大和浩先生の監修のもと、禁煙補助薬とみんな禁煙を組み合わせた新しいプログラムを開発しました。

Q：周知時に苦労された点を教えてください。

A：一番苦労したのはいかに禁煙のスタートダッシュを切ってもらうかでした。参加者にインタビューをしてみると、どうしても「初めの3日間の禁煙が辛い」方が多くいらっしゃいます。そこで参加者同士一緒に意欲を高める説明会や、禁煙サポーター制度の仕組みを拡充することで、スタートダッシュを切っていただける方が増えました。また、禁煙チャレンジ中にチームメンバーと共有する禁煙記録機能を開発し、楽しく禁煙を続けられるよう工夫もしています。こうした工夫の結果、みんな禁煙は医師との面談はなく、気軽に参加いただけたながらも高い禁煙成功率を収められています。

Q：これから禁煙に取り組む方へのメッセージを教えてください。

A：みんな禁煙ではこれまで5000名以上の方に参加いただきました。みなさん参加前は禁煙できるか不安をお持ちの方が多くいますが、正しい禁煙の方法と禁煙補助薬、また一緒に禁煙に取り組む仲間が励みになって多くの方が禁煙に成功しています。禁煙成功した方からは「これまで20年以上喫煙してきたが、本当に人生が変わった」という喜びの声をたくさんいただいています。ぜひチャレンジいただけたら幸いです！

<みんな禁煙プログラム参加者の声>



～山本さんからのメッセージ～

いきなり禁煙！は難しいですね。ただ、喫煙の時間、費用は長い人生で考えると大きいものです。今は、その時間と費用を使って、家族と自分がウェルビーイングになったと思っています。禁煙に悩んでいる方は、みんな禁煙に応募してみてください！

Q：いつから喫煙されていたか？

A：学生のときから喫煙していました。今でも覚えています。最後の一本吸ったのは2024年9月10日の朝… それまで、約20年間喫煙してましたね。

Q：禁煙しようと思ったことは？

A：まったくないです！煙草の値段が1000円になっても、吸おうと思っていました(笑)

Q：みんな禁煙に参加されていかがでしたか？

A：みんな禁煙の通知が、大きなきっかけになりました。スタート時は、ニコチンパッチの効果も大きかったと思います。ただ、ニコチンパッチの使用を辞めた直後が一番辛かった… そのなかで、禁煙を継続できたのは、みんな禁煙の仲間と、サポーターである妻の支えだったと思います。

みんな禁煙の仲間とは、禁煙の状況を報告しあっていました。辛いとき、その投稿を見て自分を奮い立たせていました。



～山梨時代の喫煙スペースからの風景。絶景を眺めながらの「一」は…

Q：いつから喫煙されていたか？

A：大学4年生からです。野球に没頭していたため、喫煙する機会はありませんでしたが、「1本吸おうぜ 」と友達に勧められたことがきっかけに…。その後1日10本程度は吸っていました。



Q：禁煙しようと思ったことは？

A：やめた方がいいとは思っていたものの、周りが一緒に吸う機会が多くてやめられませんでした。山梨にいたときは喫煙スペースが気持ちよくて(笑) 築地にいたときは、3Fの喫煙所で上司や同僚と「タバココミュニケーション」を取ることでフランクに話ができているように思います。

Q：みんな禁煙に参加されていかがでしたか？

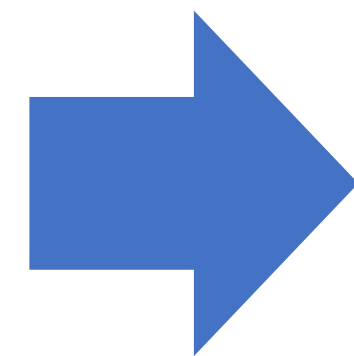
A：禁煙は自分からはできないので(貴船前) 法人総括部長が号令をかけて部内取り組みとして乗っかれたのは大きかったです。部長がやるなら自分もやろうと。取り組み始めると意外とできるのだなという感覚がありました。喫煙OK居酒屋でたばこの匂いがあるとちょっとやばいかなと思いましたが、誘惑に負けずに頑張りました

Q：禁煙に成功されて、ご家族や周囲の反応はいかがですか？

重症化予防事業の取組み

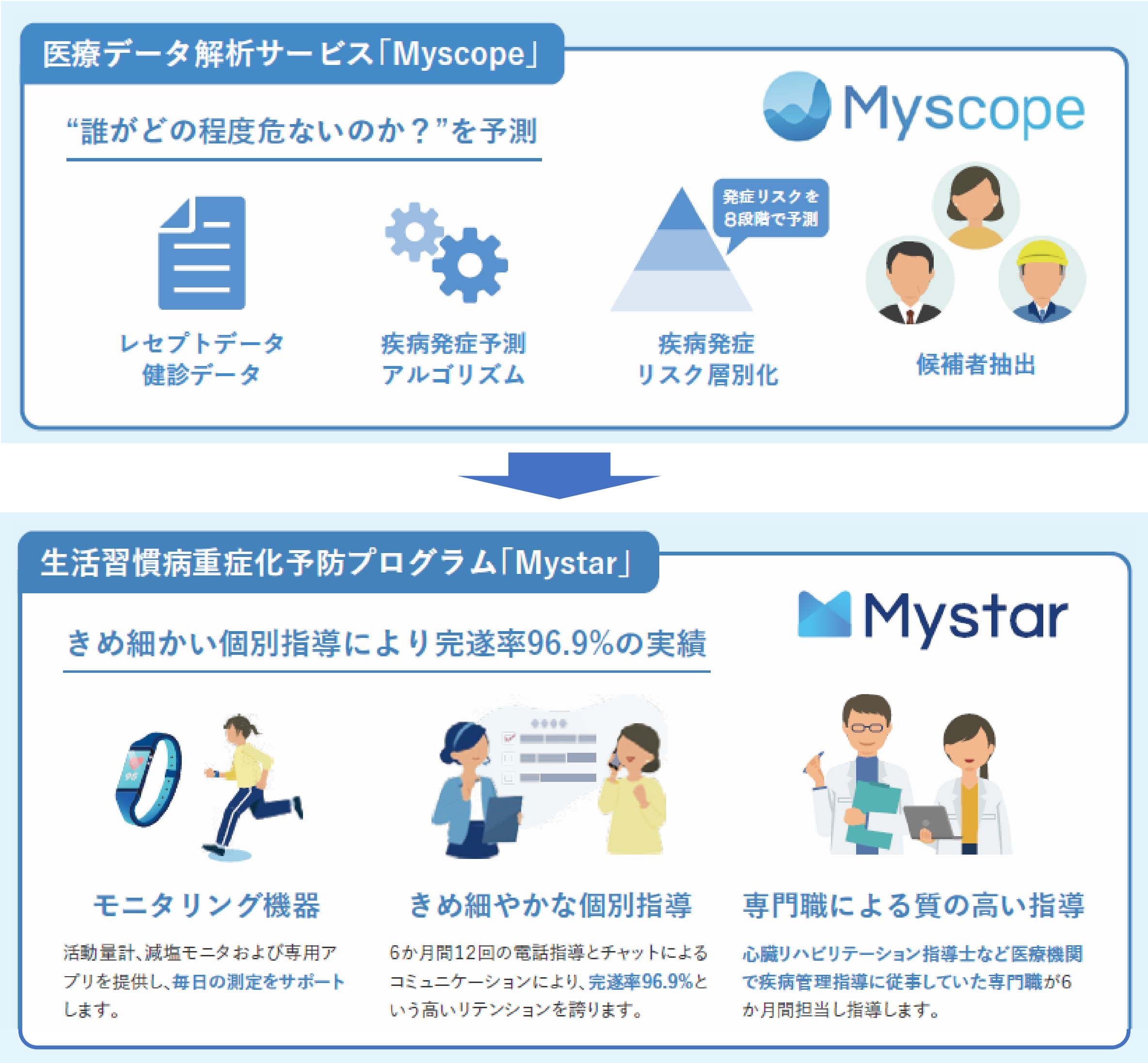
重症化予防事業の実施

- 動脈硬化性疾患の重症化予防として、PREVENT社の生活習慣病重症化予防プログラム（Mystar）を実施



- 糖尿病の重症化予防として、健康保険組合にて一定基準を超えた対象者を選定し、受診勧奨や本社診療所での面接指導等を実施

動脈硬化性疾患の重症化予防



糖尿病の重症化予防

対象者選定

特定健診の結果で下記の①かつ②に該当する
糖尿病リスクの高い対象者を選定

①HbA1c 7.0%以上

②定期健診以降、医療機関での受診履歴なし



受診勧奨

健保組合より対象者宛に受診勧奨文書を発信



保健指導・受診

- 東西本社所属の対象者は、各本社診療所長（産業医）の協力のもと面接指導を実施。
- 以外の対象者は、近隣の医療機関にて受診。（レセプト情報にて状況確認）

◆受診勧奨実績推移

年度	2020	2021	2022	2023
対象者数	61名	56名	43名	34名
治療開始確認	35名	44名	34名	22名
通院治療等 受診率	57.4%	78.6%	79.0%	64.7%

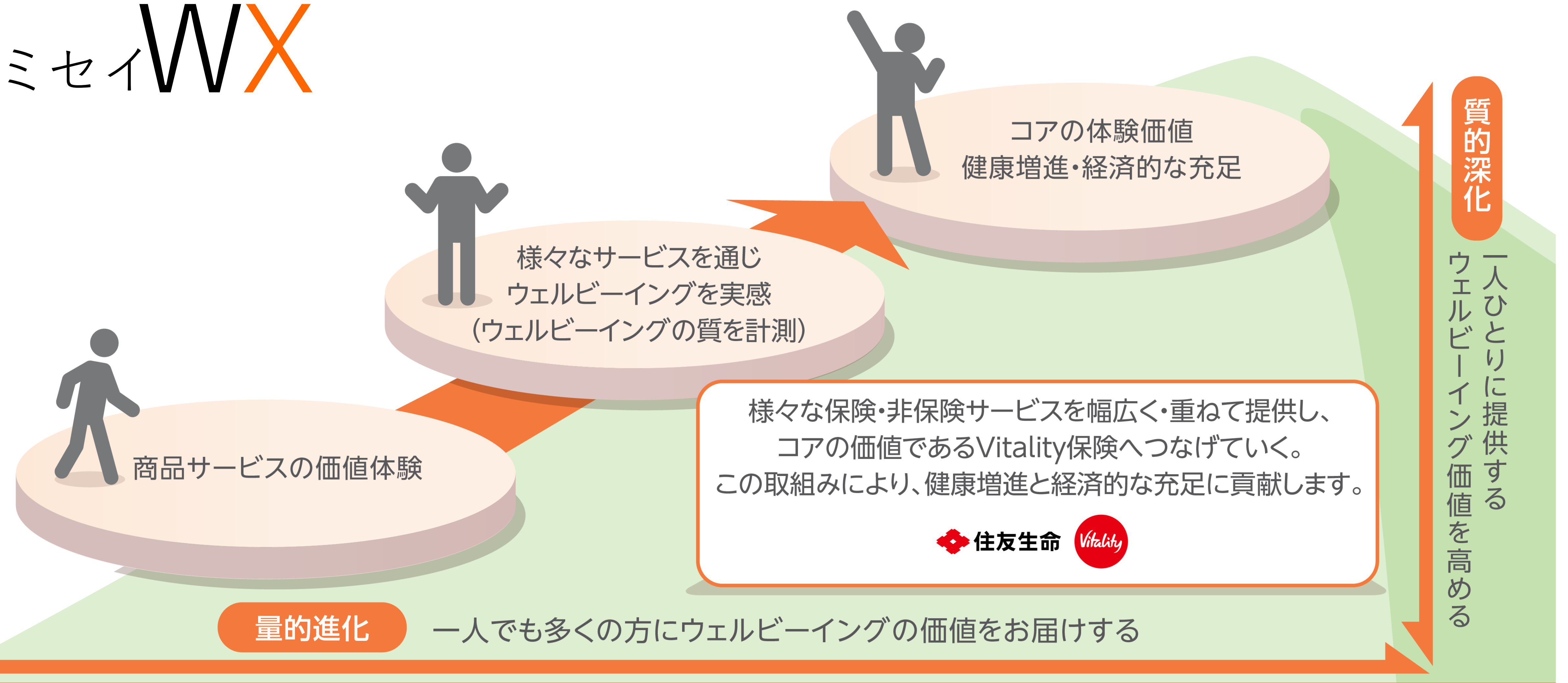
※継続実施の効果もあり、案内対象者数は年々減少傾向となる。



今後の取組みについて

スミセイWX(ウェルビーイング・トランスフォーメーション)

スミセイWX

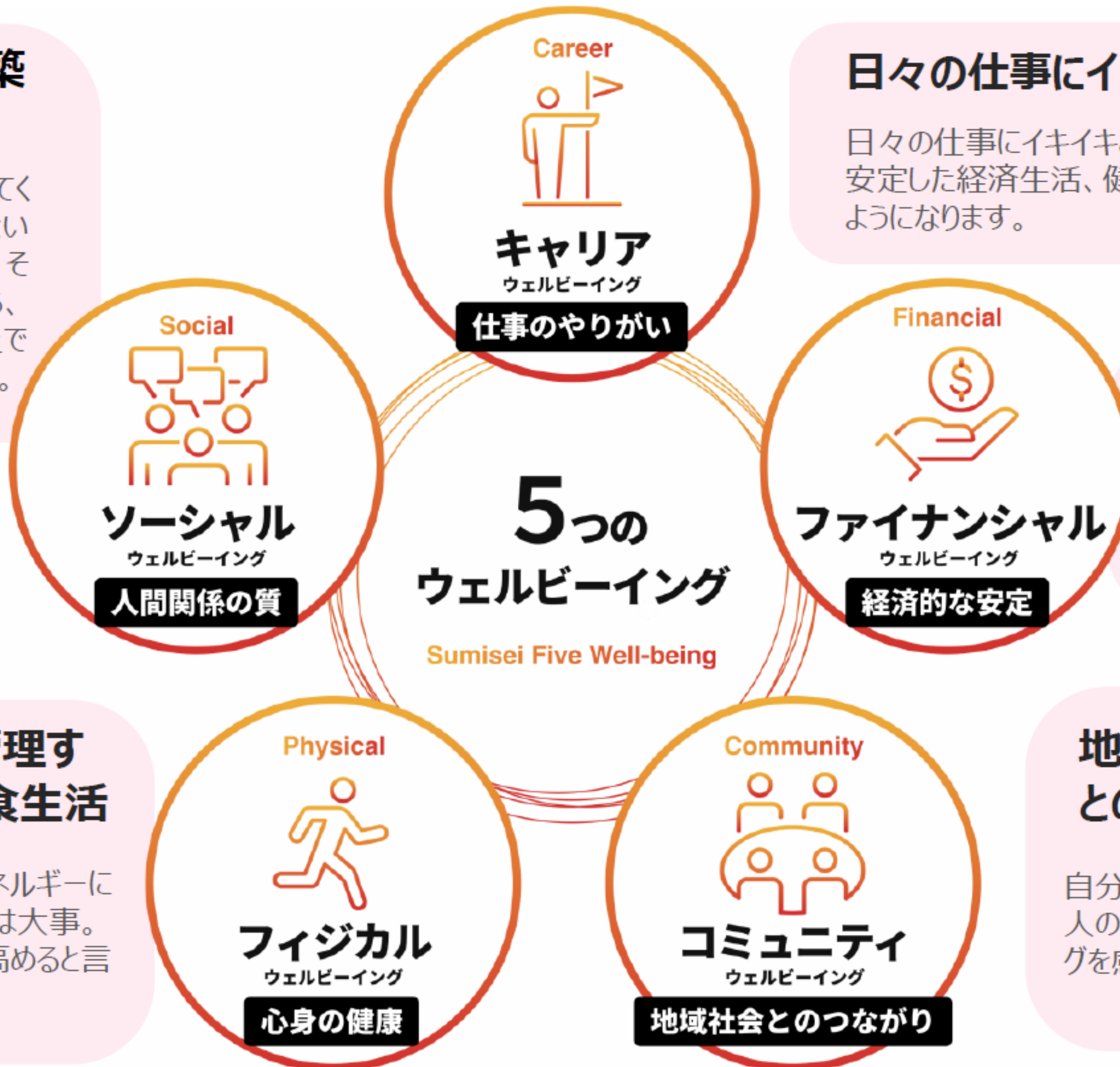


住友生命の事業変革 お客様のウェルビーイング実感を高めることを軸に会社全体を変革していく

5つのウェルビーイング

よい人間関係を築けている

よい仕事をしたら気づいてくれる、物事がうまくいかないときにサポートしてくれる。そんな存在が職場にいたら、信頼が醸成され、働く上でのやりがいが強くなります。



日々の仕事にイキイキと取り組んでいる

日々の仕事にイキイキと取り組むことができれば、より豊かな人間関係、安定した経済生活、健康、そしてより深いコミュニティへの参加ができるようになります。

経済的に「安定」を感じている

安心して健やかに生きていくために、お金についての不安をとりぞき、お金との健全な向き合い方ができている状態です。

自分の健康を管理する睡眠、運動、食生活

活動をしていく上でのエネルギーに繋がります。特に、睡眠は大事。また運動は、幸福感を高めると言われています。

地域社会など、社外のコミュニティとのつながりを持っている

自分の人生に意味があると実感すること。また、他人の幸福に貢献することで、より高いウェルビーイングを感じることができると言われています。

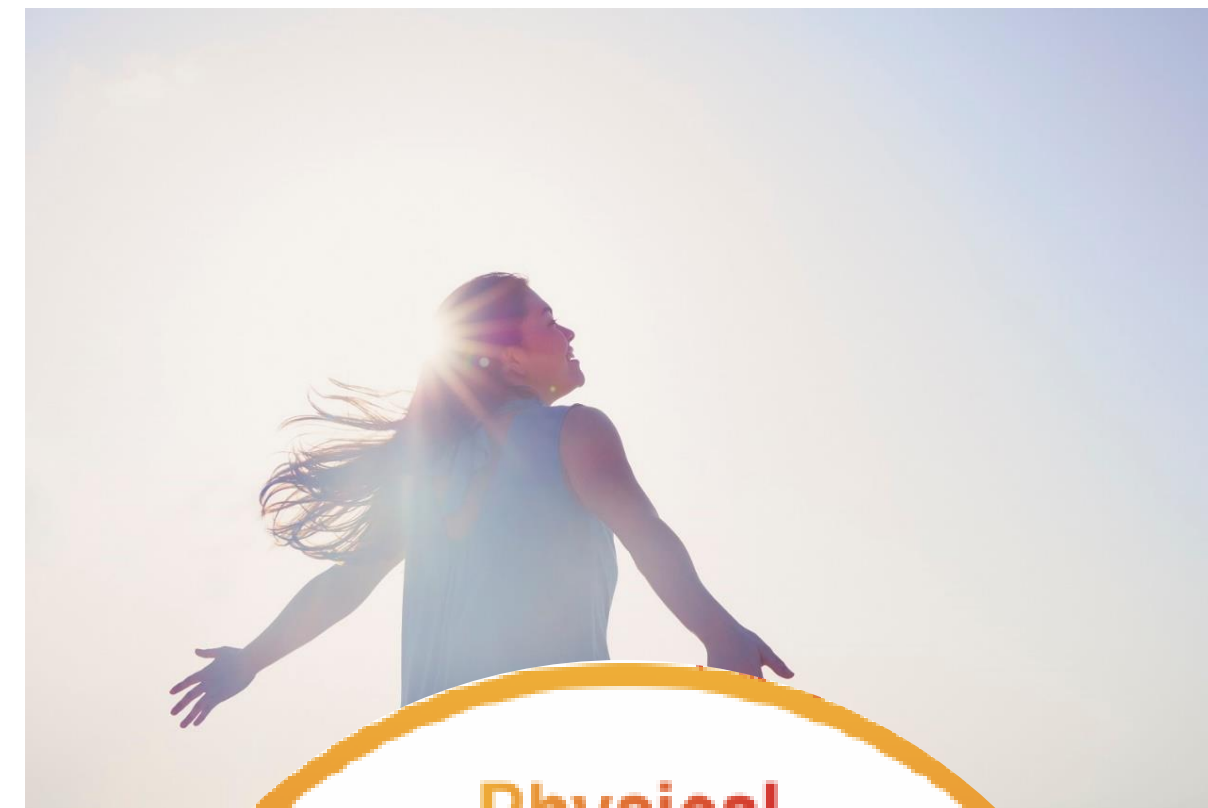
5つのウェルビーイングは、米国のギャロップ社（※）の会長兼CEOであるジム・クリフトン氏が、著書「職場のウェルビーイングを高める」で公表した、ウェルビーイングを高める5つの要素です。（※）世界中の主観的WBの調査「Gallup World Poll（GWP）」を2005年から毎年約150か国対象に実施している米国の世論調査会社。GWPの主観的WBデータは国連の「世界幸福度報告書（World Happiness Report）」に利用されています。

フィジカルウェルビーイングの実現に向けて

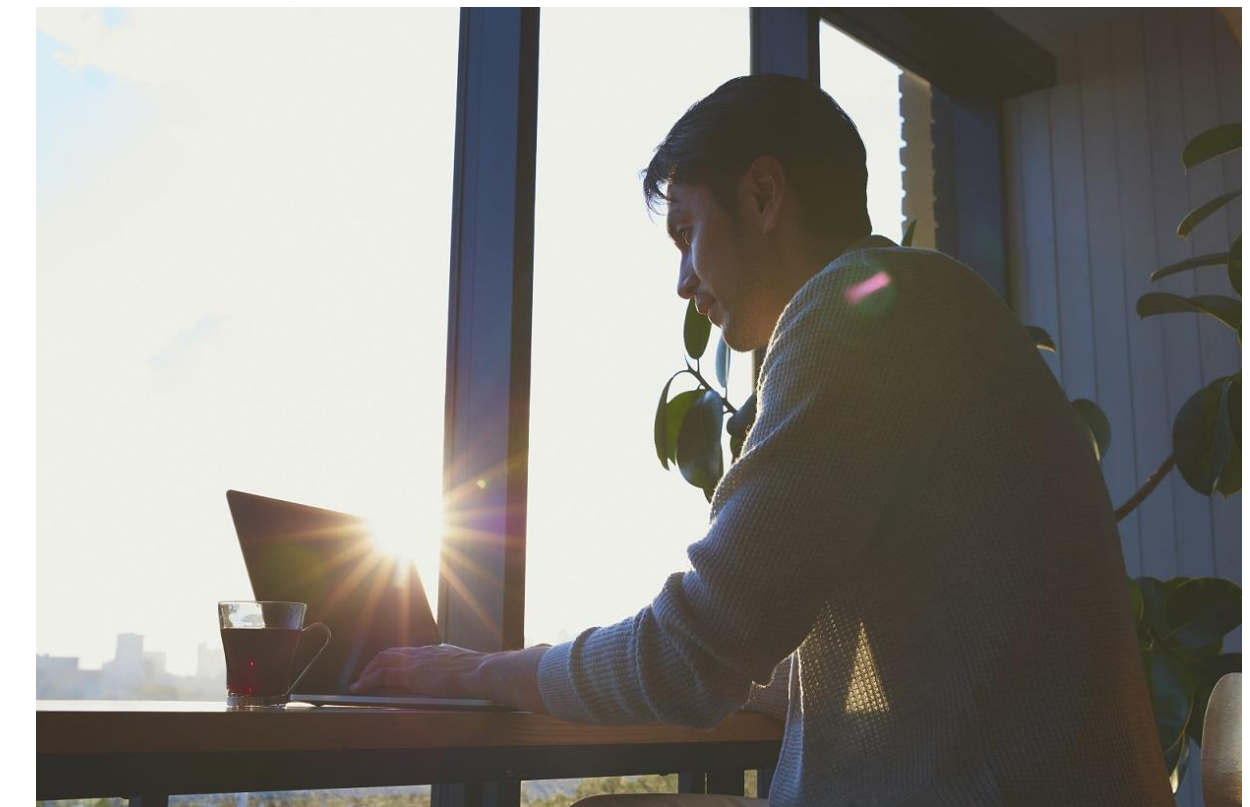
睡眠充足感の課題
に対する取組み



2次健診受診率
向上への取組み



女性特有の健康課題
に対する取組み



健康関連データ分析
高度化への取組み

住友生命グループの目指す姿

ウェルビーイングに貢献する「なくてはならない保険会社グループ」の実現へ

住友生命グループVision2030で掲げるウェルビーイング貢献領域



お客さま

健康増進への貢献

Vitalityを核とした
健康サポート

～身体的な豊かさ～

保険を通じた 安心の提供

お客さまなどに寄り添い続け、
一人ひとりのニーズに応じた
最適な保障・サービスを提供

～経済的な備え～

充実した暮らし・世代 を支える

世代ニーズを捉えた
総合的なサービスの提供

～社会的なつながり～



社会

それぞれの**国・地域**に根付いたウェルビーイングサービスを提供する。

自治体における取り組みや地域**企業**における健康経営・ウェルビーイング経営のサポートを行う。



ビジネスパートナー

未来に向けたイノベーションを共に築き、
ビジネスパートナーの成長にもつなげていく。



地球環境

カーボンニュートラル実現に向けた絶え間ない
取り組みにより**地球環境の改善**を図っていく。



従業員

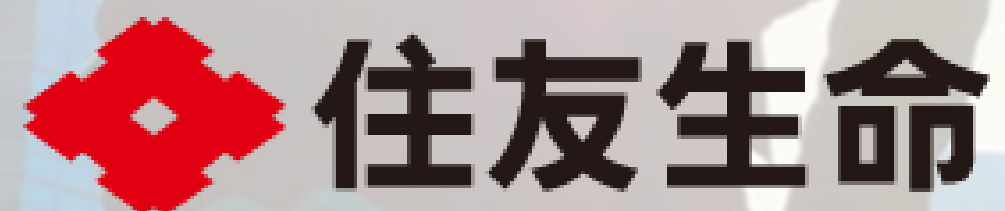
住友生命グループの**人財の活性化**、
エンゲージメントの向上に取り組む。

会社



これらの領域での取り組みを着実に進めるため、
住友生命グループも成長を続ける。

あなたの未来を強くする



<お問い合わせ先>

■ 健康経営の取組みについて

【住友生命 人事部 神田】 takayuki_kanda@am.sumitomolife.co.jp

Vitalityに関するお問い合わせ

電話でのご質問やお問い合わせなどを承ります。
お問い合わせの際は、番号をよくお確かめの上おかけください。

Vitalityにご加入のお客さまのご照会窓口

 **0120-307864**

Vitalityをご検討中のお客さまのご照会窓口

 **0120-199366**

【受付時間】 月～金 午前9時～午後6時
土曜日 午前9時～午後5時
(日・祝日・12/31～1/3除く)