

007 健康経営 取り組み事例

企業
プロフィール

あなたの未来を強くする



住友生命保険相互会社

業種 30 保険業

従業員数 42,317名(2024年度末)

01 推進方針

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」の実現のために、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、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」であること。

02 目標・課題

目標 職員一人ひとりが健康に対し「意識」「行動」し、職員やその家族が積極的に健康維持・増進活動に取り組み、ウェルビーイングが実現すること。

目標の達成状況を確認する指標(KGI)

指標(KGI)の概要	
2次健診対象者率:定期健診を受診した職員のうち、2次健診(要精密検査)の対象となった職員の割合	
指標(KGI)の目標値	達成目標年度
30%未満継続	2025年度

指標(KGI)の概要	
職員エンゲージメントスコア:当社への愛着や仕事のやりがい等のポジティブ回答率	
指標(KGI)の目標値	達成目標年度
前年比改善	2025年度

指標(KGI)の概要	
プレゼンティーズム:労働遂行能力の低下による労働損失割合(東大1項目版)	
指標(KGI)の目標値	達成目標年度
前年比改善	2025年度

自社従業員の課題

重点課題① [KGI] 2次健診対象者率30%未満継続



⑨生活習慣改善(運動・睡眠・食生活等)に関する従業員の課題

課題内容 2018年発売の「Vitality健康プログラム」の職員への活用以降、年々改善基調となってきたものの、Vitality健康プログラムの活用有無によって運動不足者率に格差が生じているため、活用者数を増加させるとともに、運動習慣改善へ向けた更なる取組を継続的に推進していく必要がある。

名称:運動習慣の改善(運動不足者率の低下)

数値目標(KPI)	数値	単位	年度
	取組前実績値	62.3	%
現在の実績値	50.9	%	2024年度
目標値	前年比改善		

重点課題② [KGI] 2次健診対象者率30%未満継続



⑩従業員の喫煙率低下

課題内容 「喫煙率」の状況は、取り組み以降年々改善傾向がみられたものの、近年は下げ止まりの傾向となっており、また全国平均(16.7%)と比較してもいまだ高水準であるため、喫煙率低下に向けた取組を更に推進していく必要がある。

名称:喫煙率の低下

数値目標(KPI)	数値	単位	年度
	取組前実績値	25.9	%
現在の実績値	23.4	%	2024年度
目標値	前年比改善		

03 施策・実績

健康経営の取り組み

施策内容(重点課題1)



「Vitality健康プログラム」活用による健康維持・増進活動を推進するとともに、年2回(春・秋)の社内ウォーキングイベントを開催している。

具体的な実践内容1

分類	自社グループサービス	名称	Vitality健康プログラム
内容	健康増進への取組をポイント化し、獲得した累計ポイントでステータスが決められ、生命保険料の割引や各種特典(リワード)の利用が可能。		
導入時期	2018年7月		
評価(定量・定性)	●職員の本サービス利用者増加に伴い、「運動不足者率」の状況は導入前の62.3%から直近50.9%(2024年度)と△11.4pt改善している。 ●2025年度より利用料を会社負担とする「Vitality福利厚生タイプ」の導入や、ステータスに応じた賞与等を支給することにより、利用者の更なる増加につながっている。		

具体的な実践内容2

分類	外部サービス	名称	健康管理アプリkencom
提供元社名	DeSCヘルスケア株式会社		
内容	健康データや歩数・体重等の管理、参加型の健康増進イベントの展開等を提供するアプリ。		
導入時期	2017年7月		
選択理由	●価格 ●機能・性能 ●使いやすさ ●実績		
評価(定量・定性)	●アプリを活用した社内ウォーキングイベント「みんなで歩活」を毎年2回(春・秋)実施。2025年度は延べ18,646名(春9,186名・秋9,460名)が参加。 ●個人戦だけでなくチーム対抗戦(延べ参加チーム数2,829組)も実施し、健康増進活動を通じたコミュニケーション活性化も図れている。		

施策内容(重点課題2)



全社で「卒煙サポート運営」を展開し、卒煙チャレンジ応援プログラムの実施や就業時間中禁煙および喫煙スペース利用自粛運営を実施。

具体的な実践内容1

分類	外部サービス
名称	みんな禁煙プログラム(卒煙チャレンジ応援プログラム)
提供元社名	エーテラボ株式会社
内容	習慣化アプリ「みんな禁煙アプリ」や禁煙補助薬等を活用して禁煙をサポートするプログラム。
導入時期	2024年8月
選択理由	●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)	●2024年度は管理職(参加者約120名中)を中心として本プログラムに取組み、禁煙成功者(4週間以上禁煙)が59.7%の結果となった。2025年度も対象者を拡大して継続実施している。 ●5人1組チームの禁煙仲間と励まし合う「みんな禁煙アプリ」の活用や禁煙補助薬の活用等により、より高い成功率になったと思われる。

具体的な実践内容2

分類	自社グループ組織
名称	就業時間中禁煙および喫煙スペース利用自粛運営
内容	本社・支社所属の職員に対し、就業時間中における禁煙運営および入居ビル設置の喫煙スペースの利用自粛運営を実施。
導入時期	2024年10月
評価(定量・定性)	●本社所属職員のみから開始したが、2025年度からは支社所属職員まで対象を拡大し、禁煙に対する意識醸成・風土づくりを徐々に拡げている。今後は全社展開に向けて検討し、更なる喫煙率の低下へ向けて取り組んでいく。

04 健康経営の成果

検証指標	健康投資の成果として表出する生活習慣の改善状況と2次健診対象者率・プレゼンティーズム等との関係性。
検証手法・方法	2次健診対象者の疾病要因分析とともに、生活習慣(喫煙、飲酒、運動、睡眠)改善に関わる各種施策の取組み状況を経年で把握し、モニタリングしている。また生活習慣項目やメンタルヘルス項目、勤怠情報等の各結果がプレゼンティーズムに与える影響度等、相関関係を確認するためのクロス分析を実施している。
検証結果(具体的な施策の成果を含む)	生活習慣の改善推移が2次健診対象者率やプレゼンティーズムへ良い影響を与えており、中でも喫煙、睡眠充足感、ストレスがプレゼンティーズムへ与える影響が大きいことが判明しており、引き続き取組を注力していく。

取り組みについての課題や困っていること

現在実施している施策での課題や困っていること
生活習慣の課題については、職種や地域、世代、ヘルスリテラシー等による格差が大きく、それぞれに対する効果的な施策の手が打ちにくい。また投資に対する効果測定が難しい面も課題である。
今は取り組んでいない、今後取り組みたい施策での課題や困っていること
業務パフォーマンス改善に向けて、プレゼンティーズムやメンタルヘルスへの影響が特に大きい睡眠充足感向上に向けた取組みや、女性の健康課題へ向けた取組み等を推進していきたい。

データ活用事例

事例名	糖尿病重症化予防事業への活用
内容	健康保険組合とのコラボヘルスの取組みのひとつとして、糖尿病の重症化予防のために健康保険組合が主体となり、各種データ等を活用し一定基準を超えた対象者を選定し、産業医(本社診療所長)の協力のもと面談指導を実施している。
利用データ	健康保険組合の保有する健診データ、レセプトデータ
利用者(ユースケース類型)	産業保健スタッフ(ユースケース1)