全国健康保険協会宮城支部 三上 知良氏

自社の健診結果データを宮城支部平均および 同業種平均と比較できる「事業所カルテ」を提供

準の一つ″事業所独自の健康増進 について講演した。まず三上氏は 簡単にできることからスタートす 対策に取り組むこと。について、 職場健康づくり宣言事業の登録基 の概要や、提供するサポー る事業所が多い。まずは気軽に実 社内掲示や階段利用の推奨など、 が実施する「職場健康づくり宣言」 トなど

宮城支部の三上知良氏は、同支部 が行っているサポートの内容につい ベルアップを」と話した。宮城支部

題の把握に役立つ」と利用のメリッ ぽが行っているサ 平均と比較ができ、自社の健康課 ても説明。宣言1年後に提供する トについて説明した。 「事業所カルテ」について「従業員 続いて、協会け 健診結果データをもとに同業種

んぽが保健師や管 準該当者に協会け 生活習慣改善のサ て、健診のメタボ基 トの一つとし 相談も気軽に問い合わせを」と呼 レンジしてほしい。申請に関する 向上などメリットも多い。 いて説明。「認定を受けると社内の 健康経営優良法人認定制度」につ

# 「特定保健指導」 場の健康づくり の 積極的な活用を しっかりサポ

全国健康保険協会(協会けんぽ)

現できることから始めて徐々にレ

数値改善効果が見られる結果が出

いる。費用も無料なので積極的に

最後に経済産業省が推進する

企業イメージの

例を交え、健康経営を「身体、

は、同社が実践する取り組み事

式会社レバークの菅野正人氏

コンサルティングを手掛ける株

企業や個人に向けた経営金融

りが欠かせないとし、実施して

いる子連れ出社、学校行事優先

社が推進する「がんファ

に触れ「出産後に戻りたいと思っ

クライアントに話している」と てもらえる企業を目指すよう

説明。また「お金」の分野では同

難しくない。会社から大事にさ れていると社員が感じ、貢献

経営の実践は、社員を家族と思

いその幸せに本気で向き合えば

られる環境を整えていくことが 組み、がんになっても働き続け ス」に触れ「がんにさせない取り 代は女性が働きやす

い環境づく

働くママ

するケアについて、これからの時 めて話した。その中で「心」に関 心、お金」三つのポイントにまと 特定保健指導を受けた人の方が

協賛企業の取り組み②

**本気で向き合う社員の幸せ** 

身体・心・お金」の健康目指

株式会社Revarc(レバーク)代表取締役

菅野

正人氏

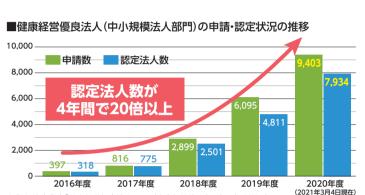
東北大学大学院 医学系研究科 公衆衛生学分野 辻一郎 教授

を持ち、それを従業員と共有する こと。「そこをクリアすれば実践は 簡単。アプリや製品などの外部資 トップが従業員の健康への思い 「最も大事」と訴えたのが、経

ことと、楽しみながら自然と健康 など具体的な実践例を紹介 それを通じて成果の見える健康経 になれる職場づくりを行うこと。 機の飲料を健康的なものにする。 歩数を競い合う」「社内の 「重要なのは目標を決め共有する

## 約2倍に増加しているが、人口規 に広がっている。東北6県でもそ を紹介し「健康経営は全国で急速 年間で20倍以上に伸びていること が、初年度(2016年)からの4 小企業の健康経営優良法人認定数 に目指すもの」と説明。昨年の中 会的価値の向上』この二つを同時

重要な点になる」と強調した。 事に対しポジティブになれる職場 向上させる大きな要因に「職場の 進んだ」と説いた。また、生産性を えて、従業員を大切にする会社と づくりが、今後のメンタルヘルスの 防・治療といった対策に加えて、仕 ること」を挙げ、「精神疾患の予 メンタルヘルス対策を幅広く考え されてきたことが大きい」とし を「経営者にとっての価値が認識 具体的に健康経営を進める上 、材確保につながるという理解が うブランドイメージが、優秀な 健康経営が急速に広がった理由 削減に加



健康と幸福』『企業の生産性と社

『従業員の

経営とは」と題して講演した。辻

郎教授は、「成果の上がる健康

トみやぎ健民会議」顧問の辻

健康への思い、経営者は従業員と共有を

会(協会けんぽ)宮城支部、協賛企業の取り組みが紹介された。

成果の上がる健

原経営とは<sup>・</sup>

# 2020年度 (2021年3月4日現在) 出典:経済産業省「健康経営優良法人2021(中小規模法人部門)の申請状況 |

# ジャパン事業本部 戦略企画本部 イノベー サントリー食品インターナショナル株式会社 日常に〝スモールチェンジ〟組み込む 楽しく続く健康アプリ「SUNTORY

食品インター

行動変容を起こすヒントについて +」の紹介を通じ、健康のための 社が開発した法人向け健康支援 ル株式会社の後藤謙治氏は、同 ビスアプリ「SUNTORY

「SUNTORY+」は、緩めの

高く評価されている。後 アプリ。飽きずに続けら めるよう設計された健康 健康行動タスクを日常に組み れ効果の 上がる仕掛け

三つのヒントとして「日 継続する理由につながる 員の行動が変わ 導入で従業 ら、かつ

いつもより速く歩 食材はざく切りにする

通じ、体も気持ちも健やかにな 点を増やし伴走する」を挙げた。 促す」「アプリ以外の健康への接 り、多くの人が明るく健康と向き と強調し、「SUNTORY+を きっかけを埋め込めるかが重要」 特に「生活の動線上にどれだけ して、今後もサ

改善を図る「健康経営®」が求められている。河北新報社は、経営者や労務管理者を対象 に健康経営勉強会を会場とオンラインで同時開催。有識者の講演に、全国健康保険協 健康の大切さが注目される昨今、企業にも従業員の心身の健康づくりと生活習慣の

いきいきと働

~

# ンセンティブで習慣化を るスモールチェンジ」「イ 常生活の延長線上ででき 込 ビスを磨いていきたい」と語った。

# 「健康経営勉強会」に参加した健サポフレンズの声 🔻

リモート出社OK

## 情報収集で優良法人認定目指す/



田中 裕希 さん

## 弊社は来年優良法人認定取 得を目指しており、情報収集の 一環になればと勉強会に参加し ました。特に参考になったのは、 社内の自販機に飲み物に含まれ る糖分量を掲示する事例です。 数値を可視化することで、一人 一人の意識変容に効果がありそ うだと感じました。小さなことの 積み重ねが大事と分かったの で、簡単にできそうなことから取

り組みを始めようと思います。

## 「緩く長く」が大事と実感



宮城ノーミ株式会社 小林 信一 さん

健康経営はハードルが高そう な印象があったので、緩く長く 続けることが大事という話と、 具体的な事例紹介が参考にな りました。サントリーのアプリは 楽しく取り組めそうですね。弊社 では6月に健康経営委員会を社 内で立ち上げたところです。40 代50代のメタボ気味な社員も 多いので、まずは運動、食事を 通じた健康づくりを取り入れて いきたいと考えています。

## **■** その他、たくさんのコメントを頂きました



○成果を上げるために、特別なことをしなくて はならないと思いがちでしたが、簡単に楽し く長続きするものを考え、実践することこそ 大切であることを学びました。

○公的なサポートを活用できるのは大事だと思

○テレワークの影響でコミュニケーションロス が課題となっている現在、「ソフト面をいかに 従業員に寄り添ったものにしていくか」を考 えるきっかけとなりました。

○小さな「できた」で生活の行動変容を進め る方法は面白いと思いました。

○これまで無意識のうちに高いハードルを設け てきたのではないかと反省しました。簡単で もいいから、何か一つでも健康に良いことを 見つけ、継続してもらうことを今後広く呼び 掛けようと思います。

○健康経営はお金をかけるだけではなく、「今 いる従業員をいかに大切に考えるか」が大 切だという点が印象的でした。

○健康経営をどう進めていいのか悩んでいまし たが、本セミナーを参考に、焦らず一歩一 歩取り組んでいこうと思います。

# 健サポフレンズ募集

健サポフレンズ登録のメリット

「健サポフレンズ」は、職場での健康づくり に関心のある企業・団体に登録いただく会 員組織です。河北新報社が「健康みやぎサ ポーターズ」の協賛社や協力団体・専門家と 「健サポフレンズ」をつなぎ、健康経営実践 のサポートをはじめ、職場での健康づくりに 役立つさまざまな情報をご提供します。

## 健康みやぎサポーターズとは

宮城県民は、メタボ該当者・予備群が 全国ワースト2位、特に30~50代の働き 盛り世代の健康課題が山積みです。河北 新報社では「健康経営」の実践により職 場における健康づくり推進を呼びかける 「健康みやぎサポーターズ」を2019年4 月より展開しています。第3期となる今年 度は、取り組みを更に拡大し実施します。 沖縄県 宮城県

健康経営・職場での健康づくりに関する、

情報の提供・質問への回答・取り組

び特設WEBサイトで紹介

●登録各社からの情報や取り組み

事例を、河北新報特集紙面およ

メタボ予備群、該当者割合が高い県

(ワースト2)2018年度 34.09% 30.90% 30.88%









「健康経営」

実践を

応援します!

その他、健康づくりに関するさまざまなメリットを提供する、双方向の会員組織を目指します。

## 健サポフレンズ新規登録はWEBサイトから

み支援など

https://www.kahoku.co.jp/ad/health-supp/entry/

11月

7発行予定

健サポフレンズ検索



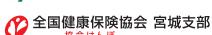
※本勉強会は、マスクの着用ほか感染症対策を徹底し実施。 勉強会終了後にマスクを外し、顔写真の撮影を行った。

お問い合わせ 健康みやぎサポーターズ事務局(河北新報社営業局営業部) Tel.022-211-1318 10:00~17:00(平日のみ)

企画·制作/河北新報社営業局











●「健康経営勉強会」などに、

●「職場での健康づくり情報紙」

などを職場まで、優先送付

●「健康みやぎサポーターズ」協賛社による、サービ

ス提供・商品サンプリング・ミニセミナーなど

優先的に参加可能







