

楽しみながら健康に! 「健康経営」実践で企業力を高めよう!



全国健康保険協会宮城支部
企画総務グループ主任
三上 知良氏

「健康経営」実践で企業力を高めよう! 楽しみながら健康に! 「健康経営」実践で企業力を高めよう!

宮城支部の三上知良氏は、同支部が実施する「職場健康づくり宣言」の概要や、提供するサポートなどについて講演した。まず三上氏は「職場健康づくり宣言事業の登録基準の一つ、事業所独自の健康増進対策に取り組むこと」について、「栄養・食生活に関するボスターの社内掲示や階段利用の推奨など、簡単にできることからスタートする事業所が多い。まずは気軽に実

職場の健康づくりのサポート 「特定保健指導」の積極的な活用を



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

健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。

健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。

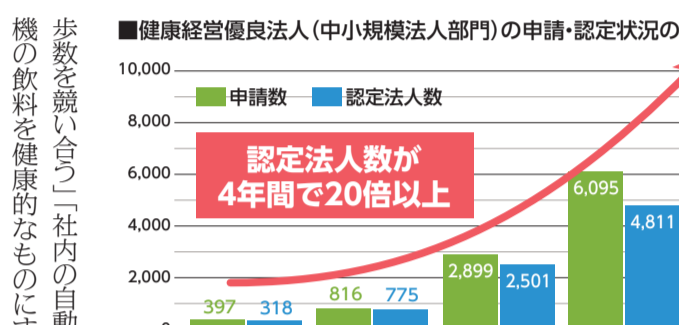
健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。

事業所名	業種	従業員数	健康経営実践状況
メタボリックシンドローム	製造業	100	特定保健指導の実施状況
メタボリックシンドローム	サービス業	50	特定保健指導の実施状況
メタボリックシンドローム	小売業	30	特定保健指導の実施状況

「特定保健指導を受けた人の方が、数値改善効果が見られる結果が出ています。費用も無料なので積極的に利用してほしいと促した。

最後に経済産業省が推進する「健康経営優良法人認定制度」について説明。「認定を受けると社内の健康意識向上や、企業イメージの向上などメリットも多い。ぜひチャレンジしてほしい。申請に関する相談も気軽に問い合わせを」と呼び掛けた。

健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。



健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。



健康経営勉強会 開催

健康にいきいきと働ける職場へ

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。

※「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。



株式会社Revarc
代表取締役 菅野 正人氏

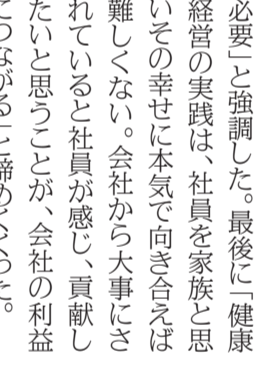
「身体・心・お金の健康目指し 本気で向き合う社員の幸せ」

「特定保健指導を受けた人の方が、数値改善効果が見られる結果が出ています。費用も無料なので積極的に利用してほしいと促した。

健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。

健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。

健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。



「身体・心・お金の健康目指し 本気で向き合う社員の幸せ」

「特定保健指導を受けた人の方が、数値改善効果が見られる結果が出ています。費用も無料なので積極的に利用してほしいと促した。

健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。

健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。

健康経営が急速に広がった理由を「経営者としての価値が認識されてきたことが大きい」とし、「生産性の向上やコスト削減に加えて、従業員を大切にしたい」というブランドイメージが、優秀な人材確保につながるという理解が向上させた大きな要因に、職場性のメンタルヘルズ対策を幅広く考えることを挙げ、「精神疾患の予防・治療といった対策に加えて、仕事にストレスを感じるメンタルヘルズの重要な点になると強調した。

「健康経営勉強会」に参加した健サポフレンズの声

情報収集で優良法人認定目指す

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、簡単にできそうなお知らせの取り組みを始めようと思います。

「緩く長く」が大事と実感

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みそうです。弊社では6月に健康経営委員会を社内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、簡単に楽しく継続するものこそ、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いました。
- 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たいのかが悩んでいましたが、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」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。

登録料・会費 無料

健サポフレンズ登録のメリット

- 「健康経営勉強会」などに、優先的に参加可能
- 「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
- 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・取り組み支援など
- 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び特設WEBサイトで紹介

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

<https://www.kahoku.co.jp/ad/health-supply/entry/> 健サポフレンズ 検索

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