

トプランターの健康経営

導入から計画、実践のステップ

健康経営に取り組むこととなったきっかけから、課題意識に関すること、目標達成のための取り組みなど、「今日から」「京から」健康経営に取り組もうとされているみなさまに、ご参考としていただけるような事例をご提供いただきました。



株式会社 京応

健康経営優良法人
プライム500

HP <https://keio-web.com/>
業種 コンサルティング

所在地 京都市中京区御倉町85-1KDX烏丸ビル2F
従業員数 17名 (R4.3時点)



健康経営戦略マップで実現する well-being 型健康経営

健康経営に取り組むきっかけ

「幸福創造企業」を掲げる企業として、社員の健康増進・パフォーマンス向上を考える中、5年前に健康経営というキーワードに出会い取り組みをスタートさせました。

組織の体制

健康づくり推進委員会は「運動推進」「食生活改善」「働き方改革推進」「全体会議推進」の4つのグループを組成、産業医・保健師・管理栄養士のサポートを受けて毎月活動しています。

健康課題の内容

- ① メタボ該当が予備群を加えると27.3%。腹囲基準超過も50%を超える。
- ② プレゼンティズム19.3% (東大1項目版アンケート)。総損失額は約1,900万円と推定。
- ③ エンゲージメントスコア (独自サーベイシステム) 58ポイント。

数値目標の内容と期限

★いずれも2023年度3月末目標

生活習慣病予防・肥満者の減少

- ① 腹囲基準 超過比率の減少 54.6% → 34.5%
- ② 脂質検査 超過比率の減少 27.3% → 17.3%

※2023年度健康診断結果により判定

従業員の幸福度向上

- エンゲージメントスコア 20%向上
※独自サーベイシステムにより判定

社員全体のパフォーマンス向上

- プレゼンティズム損失 20%削減

東大1項目版アンケート※により判定

※東京大学政策ビジョン研究センター健康経営研究ユニットが作成した、プレゼンティズム (何らかの疾患や症状を抱えながら出勤し、業務遂行能力や生産性が低下している状態) の程度を測定できる尺度



健康経営戦略マップ

目標達成のための取り組み (主な取組)

- 健全な食生活者比率の向上……年5回の食生活改善セミナー実施
- 運動者習慣比率の向上……クラブ活動推進、ウォーキングイベント
- グループ交流、関係性の向上……毎月全体会議実施 (対話と学習)
- エンゲージメント・幸福度向上……well-being ダイアログカードの実践
- 健康増進習慣化の推進……健康わくわくマイレージポイントの導入

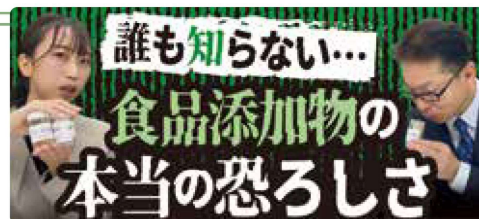


健康わくわくマイレージ

取組結果 (効果検証)

食生活改善セミナー実施によって朝食摂取や栄養バランスを考える人が増えました。特に食品添加物についての知識が増え、食生活が大きくなりました。(社内アンケート結果集計より)

独自サーベイシステムによってメンタル、フィジカル、エンゲージメントは毎月データ検証。何れも3ポイントアップしています。



食生活改善セミナーに活用した動画

健康経営優良法人 2021- ブライト 500- 認定

株式会社 システムクリエイト

専務取締役 岩崎 秀樹 様

弊社は生損保代理店として創業し、約17年間で他事業にも拡充してきました。創業当初は30代の若いスタッフを中心に、健康は個人の問題として捉えておりました。しかしスタッフの平均年齢も上昇し、近年の若手人材の求人難といった中小企業の問題は当社も解決できず、ましてや保険といった業界特有のイメージで社員の求人ももともと難しいのが現状です。そういった環境では、社員が健康で長く働けることが事業活動には本当に必要と痛感し、健康経営への取組を開始しました。弊社ではOne important in Enterprise(企業の大切なもの)をテーマにコンサルティングしております。今後自社でも【社員とその家族の健康を大切なもの】として健康経営により一層取り組みます。京都の経営者の皆様へ、中小企業にとって健康経営優良企業の認証は大きな価値があります。大手企業のような潤沢な資金やインフラも限りがあります。中小企業では、少しの資金と柔軟なアイデアで創意工夫することが醍醐味だと思います。健康経営にかかる取組コストを最も有効な投資であること位置づけ、【伝統と革新】の京都から多くの健康経営優良企業が増加すればと思います。



主な取り組み

毎月、保険者の協会けんぽ京都支部からのメルマガ配信サービスの情報を受信し、その情報を元に自社の【健康だより】を作成して社員全員へ配信しております。健康情報や季節のレシピなどを掲載することによって社員の家族へも渡しやすい内容を意識して作成しています。また、秋には全員で3か月間の歩数ダービーを開催し年末には健康表彰して、社員の運動への意識づくりを啓発しております。