

## 令和4年度の取組計画

## I 生活習慣病対策の推進

1 がん対策の推進

- (1) がん予防・早期発見
  - ① 市町及び検診機関に対するがん検診の精度管理調査の実施
  - ② がん教育の実施
  - ③ 「病気にならない体づくり」の絵・ポスターの募集及び展示
- (2) がん医療
  - ① 県内のがん診療連携体制の構築
  - ② 全国がん・地域がん登録の実施
  - ③ 県内のがん診療病院の施設及び設備の整備に対する補助
- (3) 患者支援
  - ① 拠点病院等における緩和ケア研修会の開催
  - ② 三重県がん相談支援センターにおける相談支援
  - ③ 社会保険労務士によるがん患者就労相談の実施
  - ④ 事業所に対する就労支援に関する啓発

2 循環器病対策の推進

- (1) 県民への啓発
  - ① 啓発資材を活用した循環器病の予防や正しい知識の普及啓発
  - ② 「病気にならない体づくり」の絵・ポスターの募集及び展示

3 糖尿病対策の推進

- (1) 県民への啓発
  - ① 各種イベントや世界糖尿病デー等にあわせて、糖尿病予防啓発の実施
  - ② 三重県栄養士会と連携した食生活相談の実施
  - ③ 三重CKD委員会と連携し、CKDシールを活用した啓発支援
- (2) 人材育成
  - 多職種を対象とした糖尿病重症化予防人材育成研修会を開催します。

4 特定健診・特定保健指導受診率向上への取組

- (1) 県民への啓発
  - 健診受診率向上に関する周知・啓発を行います。

## II メンタルヘルス対策の推進

1 自殺対策の推進

- (1) 普及啓発
  - ① 自殺予防週間（9月10日～16日）及び自殺対策強化月間（3月）にあわせて、街頭及び県立図書館、県内大学、本庁舎等で啓発を実施

- ② 自殺予防やストレス対処に関する正しい知識普及のため、県民公開講座を開催
  - ③ 労働分野と連携した相談窓口の普及（ハローワーク等での相談窓口を記載したチラシの配布等）
  - ④ 検索連動型広告を活用した相談窓口へのつなぎ事業を実施
- (2) 相談支援事業
- ① 三重県自殺対策推進センター（こころの健康センター）での「自殺予防・自死遺族専門相談」の実施
  - ② 夜間・休日自殺予防電話相談の実施
  - ③ 関係機関の相談窓口対応者の人材育成
- (3) 若年層の自殺対策
- ① 児童・生徒・学生への出前教育を実施するとともに、保健医療及び教育関係者等を対象とした研修会を開催します。
  - ② SNS を活用した相談体制の整備
  - ③ 若者に届きやすい手法や媒体を取り入れた啓発活動に関して検討するために、若者と考える自殺予防普及啓発事業を実施します。
- (4) うつ病対策事業
- 自殺予防について、かかりつけ医等の関心と知識を深めるため、「かかりつけ医等うつ病対応力向上研修」を実施します。
- (5) 自殺未遂者支援事業
- 医療従事者等の自殺未遂者への支援に対する理解を深めるため、「自殺未遂者支援向上研修」を実施します。
- (6) 自死遺族支援
- ① 自死遺族の集い「わかちあいの会」の開催
  - ② 自死遺族に関わる様々な分野の関係者・ボランティア等を対象とした支援者研修会の開催
- (7) 関係機関・団体との連携
- ① 「地域自殺対策強化交付金」を活用し、市町・関係団体における自殺対策事業の補助
  - ② 県内全ての市町、保健所、関係機関を対象に自殺対策ネットワーク会議の開催
  - ③ 各保健所におけるうつ・自殺対策ネットワーク会議の開催
- (8) 進捗管理等
- ① 自殺対策作業部会における自殺統計分析及び取組内容の検討、進捗管理
  - ② 公衆衛生審議会自殺対策推進部会における①での協議結果に基づき、さらなる検討
  - ③ 次期三重県自殺対策行動計画の策定

### Ⅲ ライフステージに応じた健康づくりの推進

#### 1 健康食育の推進

##### (1) 県民への啓発

- ① 多様な主体と連携した野菜摂取や減塩を推進するための啓発
- ② 食育月間や食生活改善普及月間における啓発
- ③ みえの食フォーラム（三重県栄養改善大会）の開催
- ④ 健康野菜たっぷり料理グランプリ（ベジ-1グランプリ）による啓発
- ⑤ 県民や食品関連事業者への食品表示講習の実施

##### (2) 環境づくり

- ① 健康づくり応援の店の登録の促進及び登録店からの情報発信
- ② 給食施設指導による食環境整備

##### (3) 人材育成

- ① 県及び各保健所での連絡会議や研修会の開催
- ② 管理栄養士臨地実習受入による人材育成支援

#### 2 たばこ対策（受動喫煙防止対策）の推進

##### (1) 「たばこの煙の無いお店」促進事業

##### (2) 啓発活動

世界禁煙デー（5月31日）及び禁煙週間（世界禁煙デーに続く1週間）にあわせて、庁内放送で禁煙啓発を実施します。

##### (3) 受動喫煙防止対策の推進

三重県ホームページ等を用いた周知啓発に取り組むとともに、健康増進法違反への指導監督対応業務及び既存特定飲食提供施設が喫煙可能室を設置するための届出受付業務を適切に遂行します。

#### 3 歯科保健対策の推進

##### (1) 県民への啓発

全身の健康につながる歯と口腔の健康保持に向け、ライフステージに応じた歯科疾患予防や口腔機能の維持・向上に係る啓発を行います。

##### (2) 地域口腔ステーションの整備

在宅歯科医療を必要とする患者に安定した歯科保健医療サービスが提供できるよう、医療機関や地域包括支援センター等と地域口腔ケアステーションの連携を図ります。

##### (2) 障がい者センターでの歯科診療の実施

三重県障害者歯科センターにおいて、一般の歯科医療機関では受け入れが困難な障がい児（者）への歯科診療を行います。

##### (4) 「三重の歯科保健」の作成

県内の歯科保健の現状等を集約した報告書「三重の歯科保健」を、市町や関係機関・団体等に配布し、情報提供を行います。

#### IV 「協創」による健康な社会環境づくりの推進

##### 1 三重とこわか県民健康会議

「三重とこわか健康経営大賞」の表彰や取組事例の発表等を実施します。

##### 2 三重とこわか健康マイレージ事業

(1) 周知啓発

① 市町、県、関係団体等が実施するイベント等における啓発

(2) マイレージ特典協力店、マイレージ取組協力事業所の拡大

① 市町、保健所担当者会議の開催

② 関係団体への依頼、企業との連携

(3) 健康づくりの推進

① 各イベント等でのマイレージポイントの付与

(4) デジタル技術の活用に向けた市町支援

##### 3 三重とこわか健康経営カンパニー（ホワイトみえ）

(1) 「三重とこわか健康経営カンパニー（ホワイトみえ）」の認定

〈評価項目例〉特定健診、歯科検診、がん対策、不妊治療、メンタルヘルス対策、受動喫煙対策等

(2) 「三重とこわか健康経営大賞」の表彰

認定企業の中から特に優れていると認められる取組を「三重とこわか健康経営大賞」として表彰します。

(3) 「三重とこわか健康経営促進補助金」の交付

認定企業におけるDX（デジタルトランスフォーメーション）を取り入れた健康経営を加速させる取組に対して「三重とこわか健康経営促進補助金」の交付を行います。

「健康事業所宣言」で  
健康経営を全力でサポート  
〈協会けんぽ三重支部〉

協会けんぽ三重支部では、「健康事業所宣言」に参加いただいている企業に対し、従業員の健康維持・増進の取組のサポートを行っています。従業員の健康課題を把握できる事業所カルテや、自社の取組状況を健康経営優良法人の認定条件と比較できる健康経営度レポートの提供等、様々な取組を行っています。

また、「健康事業所宣言」に参加することで、「三重とこわか健康経営カンパニー認定制度」への申込手続きが不要になります。

令和4年度の認定を目指す  
ならば、3月末までにぜひ  
エントリーを！



▲健康事業所宣言  
ホームページ



LINEによる  
健康マイレージ事業を実施  
〈伊賀市〉

伊賀市では、LINE を使ってマイレージ事業を実施しました。今年度はのべ1000名以上の方に参加してもらいました！

月1～2回、LINEのトーク機能で5分間の健康情報番組「いが忍にん健康プロジェクト」の配信案内や、健康情報を発信しました。



みえ健康経営推進キャンペーン  
を開催

〈伊勢新聞社〉

平成30年度から毎年、みえ健康経営推進キャンペーンを開催しています。今年度は紙面で健康経営に関する情報や健康経営実践企業の紹介をしたほか、健康経営コンソーシアム会議では、専門家の講演や、県内で健康経営に取り組む企業の事例発表などを行いました。

三重県からのお知らせ

三重とこわか健康経営カンパニー2022

健康経営の取組は、従業員の健康増進、組織の活性化・生産性の向上につながります。認定を受けると、認定証の交付や認定マークの提供、取組を加速させるための補助金などのメリットもあります。

※令和3年度認定企業の皆さんも、  
令和4年度認定のため、令和4年  
5月末までに実績報告が必要です。



▲実績報告様式、  
制度の詳細

「こころつながりSNS相談みえ」

新型コロナウイルス感染症の影響により、心身の健康問題、経済・生活問題等が重なり自殺リスクが高まっている状況をふまえ、若年層に身近なツールであるSNS(LINE)を活用し、様々なこころの悩みに応じることのできる相談窓口を設置しています。つらい、逃げたいと思ったら、一人で悩まず気軽にご相談ください。



▲相談はこちらから

三重とこわか健康マイレージ事業

県民の皆さんが市町の健康づくりメニューへ参加し、ポイントを貯めることで「三重とこわか健康応援カード」を獲得できるマイレージ事業における、「特典協力店」「取組協力事業所」を募集しています！

現在、1200を超える企業の皆さんにご協力をいただいています。



▲事業の詳細

健康野菜たっぷりグランプリ  
(ベジ-1グランプリ)

成人の野菜摂取量の目標は一日あたり350g。日本人の平均摂取量(約280g)にもう一皿(約70g)加えた量に相当します。

野菜不足解消に向けて、野菜をたっぷり使った栄養バランスの取れたお弁当レシピを紹介しています。



▲レシピ等



▲+70gの野菜で食生活を見直そう！  
(スマート・ライフ・プロジェクトHP)



とこわか県民健康 news  
Vol.2

発行日：令和4(2022)年2月  
発行：三重県医療保健部健康推進課



三重とこわか県民健康会議  
会長あいさつ 三重県知事 一見勝之



平素より本県の保健医療行政にご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の影響やデジタルトランスフォーメーション推進の流れを受け、ここ数年で生活習慣が大きく変化しています。心身の健康への影響が懸念される一方で、健康への関心が高まり、健康づくりに取り組んでいる県民の皆さんは増加しています。

私は、「人生100年時代」と言われる中、健康は何より大事な財産であると考えています。昨年9月に三重県知事に就任して早々、「三重とこわか健康経営大賞」受賞企業の皆さんを表彰しました。本誌では、同大賞の受賞企業の皆さんを中心に、本県において進められている健康づくりの取組をご紹介しますので、ご参考としていただければ幸いです。

三重とこわか県民健康会議構成員の皆さんにおかれましては、保健医療や健康づくり、福祉および教育の関係団体、保険者、経済団体、報道機関、学識経験者、行政機関、それぞれのお立場で、引き続き、本県における健康づくりに取り組む気運の醸成を図っていくことに、ご支援・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



三重とこわか健康立県宣言

私たちは、人生100年時代の到来を見据え、「誰もが健康的に暮らせる“とこわか三重”」の実現に向けて、次のとおり取り組むことを宣言します。

- と 特定健診・がん検診等受診率向上に取り組めます
- こ こころの健康づくりに取り組めます
- わ 「輪」、「つながり」を大切にします
- か 身体(からだ)づくりのために望ましい食習慣と運動習慣に取り組めます



# 「三重とこわか健康経営大賞2021」として7社を表彰

令和3年10月

受賞者の皆様からの  
メッセージや評価項目に沿った  
先事例を  
ご紹介



【中小規模法人】  
**イケダアクト株式会社**  
(鈴鹿市、建設業)

- ・全従業員に対する健康習慣アンケートの結果をデータやグラフで見える化し、それに基づいて取組を決定しています。
- ・就労時間内に受診スケジュールを調整し、定期健診や特定保健指導の実施率が100%となっています。
- ・チーム対抗で健康づくりイベントを実施したり、「健康増進だより」の個人配布と社内掲示を毎月行ったりすることで、健康に興味を持つ従業員を増やし、取組意欲の向上を図っています。



大賞受賞者の取組を  
動画でご覧いただけます!

※CBC放送「チャント!」内  
「よしお兄さんのもっと  
パパにみえてきましたね」



【大規模法人】  
**富士フィルムマニファクチャリング株式会社  
鈴鹿事業所** (鈴鹿市、製造業)

- ・健康的な生活習慣に向けて、従業員が取り組みやすい運動、飲酒、睡眠等に関する「7つの健康行動」を制定し、取組の実践度を定期的に確認しています。
- ・各種健(検)診について、受診しない理由の分析や組織別受診率の公表、当日未受診者に対する代替健(検)診の設定など、様々な取組によって高い受診率を達成しています。
- ・産業医をはじめ全員が女性医療スタッフで構成される健康推進室を常設し、従業員一人ひとりに寄り添った取組を進めています。



健康推進室



【中小規模法人】  
**株式会社伊藤工作所** (尾鷲市、製造業)

- ・PET、CTがん検診にかかる費用を全額補助し、要精密検査者に対して個別に受診を促すとともに初期費用を会社負担とするなど、受診勧奨に取り組んでいます。
- ・運動推進・禁煙・適度な飲酒などの目標達成に向けてインセンティブを付与した社内イベントを実施し、生活習慣の改善を図っています。
- ・毎月全従業員に健康に関するチラシの配布や、健康教室の開催を行っています。



健康教室



【大規模法人】  
**住友電装株式会社** (四日市市、製造業)

- ・コロナ禍でも従業員の健康づくりを促せるよう、オンラインコミュニティを設置し、トレーニングメニューの紹介や「正月太り解消チャレンジ」を実施しています。
- ・自社のアスリート社員と食堂運営委託先が協業し、ヘルシーメニューを開発・提供し、従業員へレシピも展開しています。
- ・参加者と応援団とで完全禁煙をめざす「禁煙ダービー」を開催し、禁煙達成者は7割を超えました。

写真			
禁煙挑戦者	キンエモン	Michi3	ワムー
受診歴 1日に吸っていた本数	19年 10本	20年 10本	23年 12本
禁煙への覚悟込み	アイコス本体を売却	完全達成!	とにかくやってみる。 そしてやめる!
禁煙継続実績	9/14 9/15 9/16 9/17 9/18 9/19 9/20 9/21 9/22	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	× × × × × × ○ ○ ×

禁煙ダービーレース速報シート



【中小規模法人】  
**株式会社大島水道** (桑名市、水道業)

- ・自社の取組を積極的に情報発信し、健康経営の普及啓発に貢献するとともに、社員のモチベーションアップを図っています。
- ・毎月季節に合った健康情報誌「けんこうレポート」を自社作成し、給料と一緒に配布することで、家族への波及効果を図っています。
- ・社員のスケジュール管理を徹底し、創業以来、法定外労働を発生させていません。



三重テレビ放送  
「県政だよりみえ」での情報発信



【大規模法人】  
**明治安田生命保険相互会社四日市支社** (四日市市、保険業)

- ・本社の取組を効果的に活用できるよう工夫し、支社独自の取組を推進し、定期健診結果に基づく支社の健康指数を向上させています。
- ・定期健診の受診状況をタイムリーに管理するとともに、各種健(検)診受診率を社内の組織評価として反映しています。
- ・コロナ禍で一体感の希薄が懸念される中、労使一体で社員のモチベーションアップに向けた様々な取組を実施し、コミュニケーションの促進を図っています。

2020年度健康診断受診率				
営業所	対象者	受診者	受診率	未受診者
○	51	51	100.0%	0
●	32	30	93.8%	2
◆	27	27	100.0%	0
□	37	37	100.0%	0
◇	27	22	81.5%	5
▲	34	34	100.0%	0

受診状況を管理



【中小規模法人】  
**新成運輸株式会社** (四日市市、運輸業)

- ・従業員の健康管理が特に求められている運輸業において、積極的に取組を進めています。
- ・毎月テーマを設け、全従業員に対して部署ごとに健康増進講座を開催するなど、社員への健康教育が充実しています。
- ・不妊治療を受けている従業員に特別な配慮を行っています。



健康増進講座



知事から表彰状授与

知事祝辞・受賞者謝辞



## 審査員(三重とこわか県民健康会議幹事会構成員)からの審査コメント

13名の県民健康会議幹事会構成員の皆様には、応募企業の取組実績をご覧いただき、大賞の選出にご協力をいただいています。

健康経営の取組を審査するのは2回目でしたが、女性の健康に配慮されている企業が増えていると感じました。  
また、受動喫煙に関する法整備が進んだことで、これからのたばこ対策は、「卒煙」に向けた取組が期待されます。  
社会復帰プログラムを整えている企業もあり、従業員の病休復帰への取組が広がっていくと良いと思っています。

公益社団法人三重県医師会 理事 小西 博 様

今年度から企業の規模別に審査を進めたことで、中小企業の皆さんのがんばりがよく伝わってきました。  
個人単位の業務や不規則な勤務形態になりがちな運輸業において、不妊治療の支援等の取組を応募してもらったり、社員の健康を第一に考えて創業以来法定外労働をさせていない企業があったことが印象的でした。  
来年度も、企業オリジナルの取組を楽しみにしています。

三重県経営者協会 事務局次長 中村和仁 様

# 「三重とこわか健康経営大賞 2021」受賞企業からメッセージをいただきました！！

## 「三重とこわか健康経営大賞」とは

多くの人々が一日の大半を過ごす職場での健康づくりに積極的に取り組み、特に優れた健康経営を実践している企業等を表彰する制度です。

「三重とこわか健康経営カンパニー 2021」認定企業の191企業のうち、55企業から応募があり、7企業の受賞を決定しました。



「三重とこわか健康経営大賞」(県ホームページ)



【中小規模法人】

### イケダアクト株式会社 (鈴鹿市、建設業)

従業員が健康で笑顔でなければ、安全な作業ができないという想いで取り組みました。各種データを掲示、パンフレット等で「見える化」し、それを継続することで、従業員の意識が少しずつ変わってきたように思います。

何もお金をかけて特別な事をする必要はありません。弊社で何十年も昔から当たり前だと思っていたことが、実は健康経営の取組でした。皆様の会社でも当たり前だと思っていることが、実は健康経営の取組かもしれません。自社でできることから少しずつ始めてはいかがですか？



【大規模法人】

### 富士フィルムマニュファクチャリング株式会社鈴鹿事業所 (鈴鹿市、製造業)

健康増進は個人だけの取組では限界があり、健康経営として経営的な視点で実践していくことが必要と考えています。

そして、その取組は、会社で働くすべての従業員が、お互いを「気遣い」「思いやる」ことから始まると確信しています。



【大規模法人】

### 住友電装株式会社 (四日市市、製造業)

私たちが本格的には、2016年度より手探り状態から健康経営に関する取組をスタートし、「現状把握」→「基盤整備」の順に、制度の構築や健康づくりの施策を重ね、徐々に形となってきました。

一日の大半を過ごす職場において、一人ひとりの健康に対する意識を少しでも変えていく活動を、地道に続けていくことが、会社全体の活性化に繋がると信じています。



【中小規模法人】

### 株式会社伊藤工作所 (尾鷲市、製造業)

従業員の健康増進は、安全業務への必須であり、労働生産性の向上や従業員の活力向上、人材の確保等、様々なメリットがあります。

まずは健康経営によるメリットを会社全体に広めるところからスタートし、経営者の方と協力して進めていくことが良いと思います。



【中小規模法人】

### 株式会社大島水道 (桑名市、水道業)

はじめは、『健康経営』をととても難しいと感じてしまう企業の方もみえるかもしれませんが、認定要件を確認していると、ひとつ、ふたつ、みっつと、「うちの会社もやっているよね」と気づくと思います。

従業員とその家族の健康のために、まずはチャレンジしてみてください。当社は、健康経営を始めてから、従業員の体調や表情が変わってきて、とてもよい仕事の環境が整ったように思います。



【中小規模法人】

### 新成運輸株式会社 (四日市市、運輸業)

健康経営に取り組んだことにより、従業員の健康に対する意識が変わってきていると実感しています。

会社を長く継続するためにも、健康的に長く勤めていただく環境は必要だと考えます。

皆が幸せになるための活動の一つとして、健康経営の取組は有意義な活動だと考えています。



【大規模法人】

### 明治安田生命保険相互会社四日市支社 (四日市市、保険業)

当社では従業員の「心と健康のバランス」を重視し、心身ともに充実した状態で業務遂行する「WLDP(ワーク・ライフ・デザインプログラム)」を6年前から全国展開中。健康に向けて「プロセス」をチェック・フォローし、健康診断の数値が向上すると、「やって良かった！」と感謝されます。このような全従業員の意識向上が「健康経営」につながっていると確信しています。

# 「三重とこわか健康経営大賞」受賞企業の取組を「見える化」しました！！

## 「三重とこわか健康経営カンパニー 2022 見える化シート」評価項目

中項目	小項目	評価項目
従業員の健康課題の把握と必要な対策の検討	健康課題の把握	① 定期健診受診率 (実質 100%) ② -1 受診勧奨の取組 (②-2、②-3 以外) ②-2 がん検診の受診勧奨の取組 ②-3 がん精密検診の受診勧奨の取組 ③ 50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施

(三重とこわか健康経営カンパニー 2022 見える化シート)

## 健康診断受診率 100% へ向けた取組

◆各現場の状況を事前に確認し、タイムテーブルを作成。全従業員が受診できるよう業務の調整を行っています。(イケダアクト株式会社)

◆全従業員が健康診断を就業時間内に受診できるようにするため、仕事の工程や進捗状況を確認しています。(株式会社大島水道)

受付時間	受診者名	受診コース	備考
8:30		法定Aコース 生活習慣病 生活習慣病 生活習慣病 法定Aコース 生活習慣病 生活習慣病 法定Aコース 生活習慣病	4/2(金) 健康診断の受診順番を組みました。受付時間は、目安ですが、待ち時間の削減、三密回避、スムーズな受診のためにご協力をお願いします。時間の都合が悪い方は、事前に各々で相談いただき、変更事項を連絡まで、ご連絡ください。  問診票にオプション検査希望の有無及び検査項目と自己負担額が記載されたメモがとめてあります。
9:10		生活習慣病 生活習慣病 生活習慣病 生活習慣病 法定Aコース 生活習慣病	
9:30		生活習慣病 生活習慣病 生活習慣病 生活習慣病 法定Aコース 生活習慣病	
9:50		生活習慣病 生活習慣病	

## がん検診の費用補助・再検査等の検診受診勧奨

◆毎年の健康診断で腫瘍マーカー検査をオプションで付けるのに加え、PET (Positron Emission Tomography) がん検診を会社で全額負担。会社でまとめてがん検診を受診することにより、従業員の健康状態が把握できるため、再検査の初診費用を会社負担することにより、受診勧奨がしやすくなりました。



(株式会社伊藤工作所)

## 産業医／保健師／看護師によるオーダーメイドの受診勧奨

◆従業員ひとりひとりと向き合いながら、その人に応じた方法で検(健)診受診勧奨を実施しました。

そのほかにも、「所長名での受診お願いレター」による勧奨、「検診を望まない理由調査アンケート」等、さまざまな方法により受診勧奨を行うことで、胃がん／大腸がん／乳がん／子宮がん検診において、いずれも全国平均を大きく上回る受診率と高リスク者の精密検査受診率 100% を達成しました。

(富士フィルムマニュファクチャリング株式会社鈴鹿事業所)



健康推進室による受診勧奨

中項目	小項目	評価項目
健康経営の実践に向けた基礎的な土台づくりとワークエンゲイジメント	ヘルスリテラシーの向上	④ 管理職又は従業員に対する教育機会の設定
	ワークライフバランスの推進	⑤ 適切な働き方実現に向けた取組
	職場の活性化	⑥ コミュニケーションの促進に向けた取組
	病気の治療と仕事の両立支援	⑦ -1 病気の治療と仕事の両立の促進に向けた取組 (⑦ -2、⑭以外) ⑦ -2 がんの治療と仕事の両立の促進に向けた取組

## 健康に関するセミナーの開催

④ 管理職又は従業員に対する教育機会の設定

従業員には長く勤めてもらいたいという思いから、毎月異なるテーマを設定し、全従業員に対して、部署ごとに月1回の健康管理講座を開催しました。従業員一人ひとりと向き合い、健康教育を行った結果、健康診断受診率100%を達成できました。

〈新成運輸株式会社〉



## 「有給休暇」取得キャンペーンを実施

⑤ 適切な働き方実現に向けた取組

仕事とプライベートを両立すべく、年間14日の「有給休暇」取得キャンペーンを実施しました。キャンペーン実施中、個々人の有給休暇取得状況をフォローし、有給休暇取得を推進しました。

〈明治安田生命保険相互会社四日市支社〉

所属	氏名	管理監督者/36協定者	取得必須日数	取得状況		4月	5月	6月
				取得率 14.8% 判定値	取得 残日数			
四日市支社		管理監督者	9	5	あと4			
四日市支社		管理監督者	9	5	あと4			
四日市支社		36協定者	14	6	あと8			
四日市支社		36協定者	14	20	あと14	0.5	8.5	2

## 半日有給休暇制度を創設

⑤ 適切な働き方実現に向けた取組  
⑦ - 1 病気の治療と仕事の両立の促進に向けた取組

「通院のために1日有給休暇を取りたくない」という従業員の声から、半日単位で有給休暇を取得できる制度を創設しました。制度を計画的に利用する従業員が多く、有給休暇取得促進にもつながっています。

〈株式会社伊藤工作所〉

## 昼食会の実施

⑥ コミュニケーションの促進に向けた取組

毎週土曜日は、コミュニケーションをかねて、社員全員でおいしいご飯を食べ、一週間の疲れを癒してもらいたいという社長の声掛けで始まった食事会（費用は会社負担）です。ほとんど仕事の話せず、ざっくばらんに楽しくご飯を食べようと続けています。

〈株式会社大島水道〉



## 社内ビジネスチャット上に「健康コミュニティ」を開設

⑥ コミュニケーションの促進に向けた取組

コロナ禍で対面型の関わりが行えないことや、在宅勤務等で運動習慣率が低下することを危惧したため、コミュニケーション手段の一つとして、社内ビジネスチャット上に「健康コミュニティ」を立ち上げました。「健康コミュニティ」上では、「正月太り解消キャンペーン」の開催やトレーニング紹介、従業員同士で運動に関する悩みを共有するなど、運動を通じてコミュニケーションの活性化を図ることができました。

〈住友電装株式会社〉

中項目	小項目	評価項目
従業員の心と身体の健康づくりに向けた具体的な対策	保健指導	⑧ 保健指導の実施又は特定保健指導実施機会の提供に関する取組
	健康増進・生活習慣病予防対策	⑨ 食生活の改善に向けた取組 ⑩ 運動機会の増進に向けた取組 ⑪ 女性の健康保持・増進に向けた取組
	感染症予防対策	⑫ 従業員の感染症予防に向けた取組
	過重労働対策	⑬ 長時間労働者への対応に関する取組
	メンタルヘルス対策	⑭ メンタルヘルス不調者への対応に関する取組
	インセンティブ	⑮ 従業員に対してインセンティブを提供する取組
	受動喫煙対策	〈必須〉受動喫煙対策に関する取組

## 「ヘルシー弁当」を開発・社員食堂で提供

⑨ 食生活の改善に向けた取組

従業員の健康意識の向上と高リスク者への健康指導を通じて、食の改善を進めるため、食塩（2g目安）・低カロリー（500kcal目安）の「ヘルシー弁当（ワンプレートタイプ）」を食堂の管理栄養士と健康推進室との協働により開発・提供しています。

〈富士フィルムマニュファクチャリング株式会社鈴鹿事業所〉



## スポーツ活動助成金の支給

⑩ 運動機会の増進に向けた取組

「スポーツを通じて従業員同志の交流を図り健康意識の向上を目指す」ことを目的に、スポーツ活動助成金を支給しています。バドミントンなどのスポーツ活動を実施するにあたり、社員3人以上の参加を条件に、1活動につき、1人あたり1,000円を支給しています。

〈イケダアクト株式会社〉



## 始業前にかんたん「トレーニング」を実施

⑩ 運動機会の増進に向けた取組

毎朝の朝礼の際に、自席でできる「チューブトレーニング」や「プッシュアップ」などを実施し、健康増進を図っています。また、会議の際にも背筋のばしなど、リフレッシュする時間をつくっています。

〈明治安田生命保険相互会社四日市支社〉



## 卒煙イベント「禁煙ダービー」の開催

〈必須〉受動喫煙対策に関する取組

禁煙ができ、かつ“喫煙者を悪者にしない”取組を検討しました。そこで、禁煙希望者とその応援団を1つのチームとし、一定期間、禁煙をサポートしていく「禁煙ダービー」を企画しました。「禁煙ダービー」参加者のうち、76.9%が禁煙に成功しました。

〈住友電装株式会社〉

写真			
禁煙挑戦者	キンエモン	Michi3	リンムー
喫煙歴 1日に吸っていた本数	19年 10本	20年 10本	33年 12本
禁煙への意気込み	アイコス本体を売却	完全達成!	とにかくやってみる。そしてやめよう!
禁煙継続実績	9/14 ○ 9/15 ○ 9/16 ○ 9/17 ○ 9/18 ○ 9/19 ○ 9/20 ○ 9/21 ○ 9/22 ○	○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	× × × × × × ○ ○ ×