

健康長寿 推進企業等 知事表彰



取組事例集

平成29年1月
宮崎県福祉保健部

はじめに



本県では、高齢化が全国より早いペースで進んでおり、社会保障に必要な費用も年々増加しています。また、平均寿命が延びる一方で、日常生活に制限が生じ、生活の質の低下や介護負担の増大を招く状況が見られます。

そのような中、県では平成27年3月に、県総合計画「未来みやざき創造プラン」を改定し、2030年に「健康寿命 男女とも日本一」を目標に掲げ、平成27年7月から「健康長寿社会づくりプロジェクト」に取り組んでいます。

健康寿命とは「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」のことで、平成27年末に発表されたデータによりますと、本県男性の健康寿命(平成25年)は71.75歳(全国8位)、女性は75.37歳(全国4位)となっております。

今後ますます健康寿命の延伸を図るためには、県民自らが家族や仲間とともに「健康づくり」や「いきがづくり」に積極的に取り組むことが必要であり、様々な団体等が健康長寿社会の実現に向けた環境づくりを行うことが大変重要となってまいります。

今年度は、従業員とその家族の健康づくり部門において、対象を中小企業に限定しましたが、知恵と工夫の凝らされた模範的な取組が多く見られました。

この事例集では、各企業等の主な取組を紹介しております。広く御活用いただき、健康づくりに取り組む際の参考にしていただければ幸いです。

結びに、この事例集作成に当たり、御協力いただきました関係者の皆様に厚く御礼申し上げます。

平成29年1月

宮崎県福祉保健部長 日隈 俊郎





健康長寿推進企業等知事表彰とは

従業員やその家族、地域住民等の健康づくりに対して、模範的取組を継続して行っており、今後もその活動が期待できる企業、事業所及び各種団体(以下「企業等」という。)を対象に、平成27年度からその取組を表彰する制度を設けました。本県企業等における健康づくりの取組の一層の推進を図り、青壮年期から心身によって健康的な生活を習慣化することにより、県民全体の健康寿命を延伸させることを目指しています。

平成28年度健康長寿推進企業等知事表彰実施概要

主催 宮崎県
 実施期間 【応募期間】平成28年6月7日(火)～平成28年8月5日(金)
 【選考委員会】平成28年8月30日(火)
 【表彰式】平成28年9月19日 午前10時10分～10時40分
 会場:JA・AZMホール 大ホール(健康長寿県民フェスタの中で実施)

表彰

【最優秀健康長寿推進賞】

従業員とその家族の健康づくり部門 1団体
 地域住民等の健康づくり部門 1団体

【優秀健康長寿推進賞】

従業員とその家族の健康づくり部門 3団体以内
 地域住民等の健康づくり部門 3団体以内



表彰基準

1 従業員とその家族の健康づくり部門

※平成28年度の対象は、県内に本店又は事業所を有する中小企業とします。

業種	中小企業者(下記のいずれかを満たすこと)	
	資本金の額又は出資の総額	常時使用する従業員の数
①製造業、建設業、運輸業、その他の業種(②～④を除く)	3億円以下	300人以下
②卸売業	1億円以下	100人以下
③サービス業	5000万円以下	100人以下
③小売業	5000万円以下	50人以下

次の項目のうち、3つ以上の項目に該当し、今後もその活動が期待でき、他の模範と認められるものであること。

- (1) 従業員やその家族の定期健康診断、がん検診の受診率向上のための取組を実施している。
- (2) 従業員の定期健康診断の要精密者を減少させるための取組を実施している。
- (3) 従業員のたばこによる健康被害を減少させるため、受動喫煙防止や喫煙対策を実施している。
- (4) 従業員やその家族の身体活動を促進する取組を実施している。
- (5) 従業員のメンタルヘルス対策を実施している。
- (6) 従業員のワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)に配慮した取組を実施している。
- (7) 上記以外で、健康づくりに資する特徴ある取組を実施している。

2 地域住民等の健康づくり部門

事業活動や社会貢献活動の一環として、地域住民等の健康づくりに資する取組を実施し、今後もその活動が期待でき、他の模範と認められるものであること。



平成28年度 健康長寿推進企業等知事表彰

1 従業員とその家族の健康づくり部門

最優秀健康長寿推進賞

宮崎ダイシンキャノン株式会社 4

優秀健康長寿推進賞

キャデック株式会社 6

医療法人養気会 池井病院 7

えびの電子工業株式会社 8

2 地域住民等の健康づくり部門

最優秀健康長寿推進賞

佐土原町商工会 9

優秀健康長寿推進賞

延岡市区長連絡協議会 10

みやこんじょ健康づくり会 10

公益社団法人小林法人会 女性部会 11



① 従業員とその家族の健康づくり部門

取組



身体活動を促進

年1回社内で新入社員歓迎ミニバレーボール大会を開催。各種クラブ活動も充実している。

- 社内には4つのクラブ活動(バスケットボール、ミニバレーボール等)があり、月1回以上活動している。
- 希望者を募り、キヤノン本社が主催する駅伝大会に参加している。



取組



メンタルヘルス対策

様々な工夫ある取組を継続したことで、年間休職者数が年々減少している。

- 人事部と健康管理室が連携して職場復帰プログラムを作成・実行している。
- 健康管理室で健康やメンタルヘルスに関する相談を常時受け付けている。
- 管理職向け、新入社員向けの研修会を実施している。

取組



ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)に配慮

基準以上の時間外勤務を行っている社員に対し、超過残業者健康診断を実施し、結果を各所属長へフィードバックしている。

- 産休、育児休暇取得率100%

取組



上記以外で健康づくりに資する特徴ある取組

熱中症や腰痛に罹患するリスクが高い部署に細やかな配慮を行い、リスクを軽減している。

- 「熱中症」に罹患するリスクが高い部署には、6月から9月にかけて、健康教育の実施や麦茶・塩飴の支給等を行っている。
- 「腰痛リスク」が高い職場に対し、腰痛体操の案内・腰痛教育を実施している。
- 就業が健康・疾病の経過に悪影響と予見される場合、会社独自の基準に該当する従業員に就業制限を設け、会社を挙げて生活習慣病の早期発見・早期治療に努めている。



担当者の声



人事部 安全衛生課
桐木様

従業員の健康づくりを増進するために大切なこと

2012年度、健康管理室を立ち上げ、社員の健康支援に取り組んでまいりました。

有所見率等、事業所独自の特性を踏まえ、従業員が自身で健康面を見つめ直し、自己管理ができるような環境を整えることを大切に考え、取組を進めてきました。

今後はストレスチェックを活用したメンタルヘルス対策や健康診断の事後措置を強化し、会社全体で「健康第一主義」の風土づくりに取り組んでいきたいと考えています。



キャデック株式会社

企業等概要

設立	1989年4月
業種	情報処理サービス業(設計)
従業員数	60名
所在地	宮崎市学園木花台西2丁目1番2
事業内容	社会基盤の整備に不可欠な仮設・土工構造物に関する設計を行う。 宮崎県を拠点に全国に技術サービスを提供し、海外企業と連携している。



取組

1 定期健康診断・がん検診の受診率向上

全従業員(正・契約社員)を対象に年1回定期健康診断を実施し、創業当初から定期健康診断の受診率100%である。

- 近年では、社員の負担軽減を考慮して巡回健診による健康診断を実施している。
- 法定項目以外の健診を実施している。(40歳、50歳は腹部超音波等の付加健診も同時実施)
- 女性社員は、全員、子宮頸がん検診を会社負担で実施している。

取組

2 定期健康診断の要精密者を減少

衛生委員会が個別に精密検査を促し、直接指導するため、要精密検査受診対象者の受診率100%である。

- 定期健康診断の結果、「要精密」と診断された従業員には、精密検査の受診結果を会社に報告するよう義務づけ、会社でフォローできる体制を整えている。
- 希望者には、協会けんぽによる保健指導を実施している。

取組

3 身体活動を促進

年1回、職員全員参加のボウリング大会を実施する、クラブ活動が充実している等、身体活動を促進するための環境が整っている。

- 社内には、ゴルフ、ジョギング等、社員が誰でも参加できる5つの同好会があり、毎月いずれかの同好会が活動を行っている。
- 朝と昼の始業5分前に社内放送でラジオ体操を流し、社員に実施を促している。



取組

4 メンタルヘルス対策

時間外労働時間を審査し、会社の基準に沿って産業医のカウンセリング等の対応を行っている。

- メンタルヘルス対策の一環として、勤務中にオフィスにBGMを流してストレスの緩和を図っている。
- 各チーム間のコミュニケーションを深めるため、毎月1回シャッフルランチを実施している。

取組

5 ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)に配慮

積極的に休暇がとれるような工夫を凝らしている。

- 短時間勤務・フレックスタイム制度、年次有給休暇の計画付与やアニバーサリー休暇(個人の自由で決定できる休暇)を導入し、勤務時間を自由に組み立てられるようにしている。
- 毎週水曜日にノー残業デー(はよ帰るデー)を実施し、会社全体で積極的に取り組んでいる。





医療法人養気会 池井病院

企業等概要

設立	1919年4月
業種	サービス業
従業員数	231名
所在地	小林市真方87番地
事業内容	98年間地元に着目した地域医療を実践している。糖尿病、消化器内科、人工透析等の専門医を配置し、「気を養う(心のケア)」医療を志し、職員一丸となって取り組んでいる。



取組

定期健康診断・がん検診の受診率向上

全従業員(正・嘱託・パート職員)を対象に年1回定期健康診断を実施し、10年以上にわたり、受診率100%である。

- 定期健康診断では、全従業員に法定項目以外の追加項目を実施している(腎機能やHbA1c等)。
- がん検診も一部実施している。

取組

定期健康診断の要精密者を減少

定期健康診断・がん検診受診後に「要精密」と診断された従業員が精密検査を受診したか、追跡調査を実施している。

- 精密検査を受診する場合、医療費を補助している。
- 年1回、精密検査受診率を向上させるための検討会や、職員向けに栄養士による生活習慣病予防のための講義を実施している。

取組

身体活動を促進

従業員の身体活動を促進するための独自のきっかけづくりを企画し、健康づくりのための環境を整えている。

- 年1回ボウリング大会や従業員の家族も参加するウォークラリー大会を開催。
- 階段使用月間(年2回、実施期間1か月)を設けて、従業員の身体活動を促進している。
- マラソン大会応援金、登山応援金、エコ通勤手当等、健康づくりのためのきっかけづくりを多く実施している。
- 今年はリオデジャネイロオリンピックが開催されたため、これにちなんで、ダイエット企画(スラリンピック)を行った。6月にメールや回覧文で参加を募集し、年末に向けて体質改善に取り組んでもらい、その成果を表彰する予定。
- 協会けんぽ宮崎支部が実施する「運動推進事業所」に登録している。



取組

メンタルヘルス対策

約10年前からメンタルチェックを実施している。

- 問診チェックで不調者に該当した従業員は、昨年度のデータと比較し、部署長に報告する。
- 上記を実施する際は、必要に応じて産業医による面談や希望者には保健師によるカウンセリングを実施している。

えびの電子工業株式会社

企業等概要

設立	1975年11月
業種	製造業
従業員数	637名(平成28年7月)
所在地	えびの市大字上江670番地
事業内容	電子部品・自動車部品の製造。県内に5か所、県外に1か所、計6か所の生産工場を有する。省力化機器やソフトウェアの設計・開発・販売も行っている。



取組

定期健康診断・がん検診の受診率向上

全従業員(正・契約社員)を対象にした年1回の定期健康診断において、3年以上にわたり、受診率は100%(長期休暇者を除く)である。

- 全従業員に法定項目以外の診断項目(腎機能、胆管嚢機能等)を実施している。
- 35歳以上の正社員には、胃がん検診(胃透視)と大腸がん検診を実施している。

取組

定期健康診断の要精密者を減少

「要精密」や労災保険の「二次健康診断等給付の該当者」と診断された従業員へのサポートを実施している。

- 要精密対象者には、会社独自に作成した「健康診断に基づく指導書」と「医師の指示書」を配付し、精密検査受診を奨励する。また、精密検査結果を「医師の指示書」に記入して会社に提出してもらい、保健指導に役立てている。
- 定期健康診断後、労災保険の二次健康診断等給付に該当する従業員の給付・受診に関する手続きに関し、本人が病院窓口でスムーズに手続きできるようサポートしている(必要書類の配付、請求書記入の補助)。
- 協会けんぽによる特定保健指導を推奨し、希望者全員に指導を実施している。

取組

たばこによる被害を減少

喫煙場所と喫煙時間を指定して制限することにより、従業員の喫煙本数増加の抑止を図っている。

- 喫煙場所は、雨露がしのげる程度の喫煙所を全工場の屋外に設置している。
- 喫煙時間は、休憩時間帯(10:00~10:10、12:10~12:50、14:50~15:00)のみとしている。



取組

ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)に配慮

一部の労働者にのみ時間外労働が過多とならないように、全工場を挙げて努力している。

- 逐次、時間外労働時間を把握し、多くの残業が見込まれる工程には、他の工程や工場から応援要員を派遣して助け合う体制をとっている。
- 冠婚葬祭をはじめとして、田植えや稲刈り、子どもの参観日等の家庭内イベントでの休暇を取得しやすい。
- 仕事と家庭や子育てとの両立ができる環境を整えるための行動計画を策定して取り組んでいる。
- 産休や育児休暇の取得対象女性従業員は、100%取得している。

佐土原町商工会

団体概要

設立 1960年12月
従業員数 9名
所在地 宮崎市佐土原町下田島20732-53
事業内容 商工会は、ビジネスやまちづくりのために活動する総合経済団体。全国的なネットワークを持つ経営普及改善事業の実施機関であり、県内には35の商工会がある。



取組

長年継続して商工会会員向けに定期健康診断を実施

- 定期健康診断と大腸がん検診を毎年、佐土原町商工会館にて実施している（定員200名）。
- 健康診断費用の助成を行い、受診しやすい環境を構築している。
- 受診場所を佐土原町商工会館にすることで、商工会員が遠方に出向く時間が削減されるため、仕事の調整もつきやすい。



取組

健康づくりの契機となる会員向けのイベントを毎年開催

- 会員事業所の従業員等を参加対象として、健康づくりの契機となるよう、25年前から秋はゴルフ大会、22年前から夏はボウリング大会を開催している（ボウリング大会は会員の家族も参加）。参加者数は、例年各100名程度。

取組

JR九州と連携し、住民向けにウォーキング大会を開催

- 4年前から、毎年、佐土原地区にて、JR九州と連携し、住民向けにウォーキング大会を開催している。参加者数は、毎年300～400名程度。地域住民はもとより、九州全域や関東地方からの参加もある。
- JR九州とウォーキング大会を開催したきっかけは、口蹄疫からの復興のためJR九州と連携して佐土原駅前に「駅市」を設置したものの、その後、廃止されたこと。九州に「佐土原町」を発信するためには、JR九州との継続的な連携が必要と考え、模索した。その結果、健康づくりに役立ち、かつ、歴史的文化遺産の多く残る佐土原町を多くの人に知っていただくために、「ウォーキング大会」を開催することとした。



担当者の声



経営指導員
河野 友和様

商工会は企業の経営支援や改善発達支援を行っておりますが、企業の資本となるのはやはり人です。事業主だけでなく、企業を支えている従業員の健康づくりも支援することで、企業の持続的発展が可能になると考えております。

今後は、健康診断の受診者定員と検診項目をできる限り増やし、一人でも多くの方の健康づくりに寄与できるよう努力していきます。



延岡市区長連絡協議会

団体概要

設 立	1957年4月
従業員数	34名
所在地	延岡市東本路131番地5 のべおか市民協働まちづくりセンター2階
活動内容	「延岡市の地区医療を守る条例」の基本理念に基づき、安心して医療を受けることができ、生涯を健康に全うできるよう、「健康長寿のまちづくり市民運動」を地域の先頭に立って推進している。



取組

健康づくりのための体制が整っている

- 会長は、産官学民関係者で構成されている延岡市健康長寿推進市民会議の副会長を務める。
- 理事会では、2か月に1回、地域での健康づくりについて協議している。(理事会の会則に、「健康長寿まちづくり運動の推進に関すること。」を明記している。)
- 理事会に「健康長寿推進・地域医療対策委員会」を設置し、地域住民等の健康づくりに関する議題解決のための協議を行っている。

取組

住民向けの研修会が充実している

- 区長は1～2年で交代する地区が多いため、延岡市医師会等の協力のもと、地域の開業医を中心に講師を依頼し、市内16の地区・分会でグループワークを含めた研修会を実施している。(平成23年度から開始し、5年間で延べ3,481名が参加。)
- 地域での健康学習会を多く実施している。(平成23年度からの5年間で延べ1,247回、39,014名が参加。高血圧・口コモ予防、栄養や骨密度測定等、様々なテーマについて学習会を実施。時には実践も交えながら、健康に関する意識を高めている。)
- 研修会で学んだ知識や他地区の取組を参考にしながら、健康づくりのための様々な活動(調理講習会、ラジオ体操、ミニボウリング等の運動、健康診断の受診勧奨等)を行った結果、平成22年度は26.3%だった延岡市全体の特定健康診査の受診率が、平成24年度は35.6%にまで上昇した。



みやこんじょ健康づくり会

団体概要

設 立	2007年6月
従業員数	425名
所在地	都城市姫城町6街区12号(事務局:都城市役所健康課)
活動内容	都城市の健康づくり計画「みやこのじょう健康づくり計画21(第2次)」を地域で推進するボランティア団体。市内13団体に分かれて活動している。



2 地域住民等の健康づくり部門

取組

13団体ともに月1回以上健康づくりのために活動している

- 13団体それぞれ月1回、地域住民を対象に、運動教室や調理教室、健康講話等の定例活動を実施している。また、地域の実状に応じて、定例ウォーキングやステップ運動等を実施している。

取組

他の地域団体と積極的に連携している

- 各地域のまちづくり協議会等が主催するウォーキング大会では、準備体操やウォーキング時の安全確認、参加者への振る舞い等、大会運営の協力を行っている。また、他の地域団体が主催する健康講演会の運営にも積極的に協力している。

取組

市の健康づくり事業と協働している

- 平成27年度に市が作成した「みやこのじょうウォーキングマップ」では、コースの選定や安全確認、各名所との調整、冊子の校正等の協力をした。
- 地域住民へのウォーキングマップ活用の啓発活動として、ウォーキングマップを活用した定例ウォーキングを実施している。
- 都城市が発信する健康情報を、家族や友人等、身近な人だけでなく、地域全体に紹介している。



公益社団法人 小林法人会 女性部会

団体概要

設立 1983年3月

従業員数 2名(会員405名、女性部会員21名)

所在地 小林市細野1899-3 小林商工会館3階

事業内容 税知識の普及、納税意識の高揚に努め、税制・税務に関する提言、地域社会における幅広い貢献活動、会員の自己啓発を図るための研修活動の充実などに取り組んでいる。



取組

10年以上にわたり、本来業務ではない乳がん検診を年1回、会員と地域住民のために実施している。

- 平成17年度から毎年9月の第1日曜日を「乳がん検診の日」と決め、検診車を依頼し、西諸地域の部会員、住民を対象に乳がん検診を実施している(住民は平成18年度から対象)。日曜日に実施することで、平日仕事の都合で行けなかった方々が受診できるようになった。
- 今までの受診者総数は、494名。
- 検査内容は、マンモグラフィ、超音波検査、視触診検査等。
- 一般の方、会員ともに費用を一部助成している。
- 10周年を迎えた際に、上記取組に関する住民の声をメッセージ集にまとめて受診者に配付したところ、大変喜ばれた。メッセージ集には、乳がん検診を受診したことで、早期発見の大切さを感じたことや母が元気であつてこそ家族が安心できること等が書かれている。





健康長寿推進企業等知事表彰 取組事例集

平成29年1月

発行 宮崎県福祉保健部健康増進課
〒880-8501
宮崎県宮崎市橘通東2丁目10番1号
電 話:0985-26-7078
F A X:0985-26-7336