



ヘルスケア  
キャンペーン

## 小さなことから一歩ずつ ～健康経営の取組事例紹介～①

政府が提唱する「働き方改革」とともに注目されている「健康経営」。経営者が従業員とのコミュニケーションを密に図り、従業員の健康の維持・増進を実現するとともに生産性向上を目指し、健全な経営を維持していく手法で、県内でも複数の企業が取り組み始めている。協会けんぽ群馬支部による「生き生き健康宣言」エントリー事業所の中から、地道な取り組みを紹介していきたい。

### 中沢工業所(高崎市)

#### 特定保健指導利用を徹底し、血圧が顕著に改善

中沢工業所は、自動車部品や医療機器部品をメインとし、プレス、精密板金加工、金型設計製作などを手がける。1959年の創業時より、「個の尊重と全員参加」を企業精神とし、人材を人財と考え、従業員の健康を重要視してきた。生活習慣病予防健診(特定健診)の100%受診を徹底すると同時に、メタボリックシンドロームのリス



ク数に応じて、生活習慣の改善が必要な方に行われる特定保健指導の利用を早くから進めてきた。その実施率の高さが評価され昨秋には協会けんぽ群馬支部から表彰を受けている。

昨年、「生き生き健康事業所宣言」にエントリーし、オリジナルプランとして①始業前の準備体操②毎朝のあいさつ運動③皆が参加できるレクリエーション企画④就業時間内の全面禁煙を掲げた。

始業前の体操は、自主性を重視し、部署ごとにリーダーが内容を考えて行っている。また、「成長できる会社は、従業員がみなあいさつし明るい」との考えから、毎朝のあいさつ運動に加え、帰社時には役員が声かけを積極的に行う。密なコミュニケーションは生産性にも影響し、安全な作業にも必要不可欠となる。

レクリエーション企画は、従業員と家族を対象に、年に1回、ボウリング大会や物まねショーなどを実施している。

就業時間内の全面禁煙を実施したのは、10年前。受動喫煙対策も意識し、喫煙場所を施設外に移した。

従業員の健康づくりについては、社長が委員長となる安全衛生委員会を中心に進めている。毎月の会議で、健康管

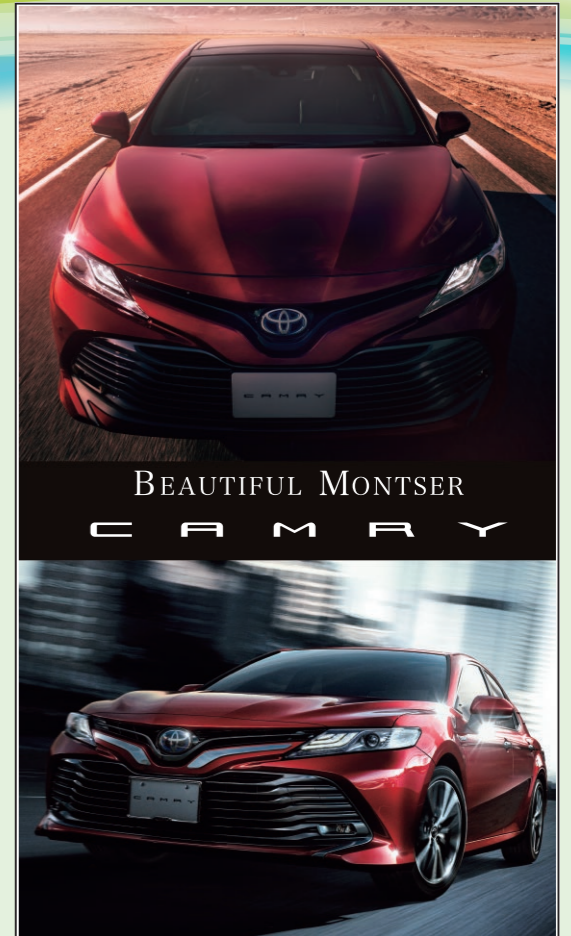


理に関することを議題とするほか、健康増進対策などの研修会に担当者が参加し、その内容を朝礼や安全衛生委員会で報告したりしている。

産業医が毎月1度、健康相談を実施し、同時に血圧も測定。定期的に血圧を意識することで、血圧管理に奏功していると考えられ、昼休みにウォーキングを始めた従業員も多い。生活習慣病予防健診の結果を見ると、2014年から2016年にかけて、血圧の改善が顕著に見られた。

また、プレス、板金、金型製作、組み立てなど職種が多岐にわたる同社では、特定の技能者に負荷が掛からないよう、多能工の養成を図り、残業時間の平準化を目指している。定年後もなるべく長く働けるよう生活習慣病の管理に加え、若手社員の採用や育成にも力を入れ、昨年には県内2例目となる「ユースエール認定企業」となっている。

血圧の改善に大きな効果のあった同社にとって、現在の課題の一つがメンタルヘルス。昨年からメンタルヘルスチェックを行い、リスクの高い従業員には産業医の受診を勧めているところだ。ものづくりには、技術力はもちろんのこと、充実した精神状態も求められる。これまでにあげた取り組みは、メンタルヘルス対策でもある。



BEAUTIFUL MONTSER

C A M A R Y

群馬トヨペット

本社/〒371-8522前橋市石倉町2-6-5 Tel.027-251-5111(大代表) http://www.g-toyopet.jp

クルマと、つぎの楽しみを。 TOYOPET



わたしたちは、ヘルスケア  
キャンペーンに参画しています。

主催 上毛新聞社 共催 群馬県、全国健康保険協会 群馬支部 後援 群馬県商工会議所連合会、群馬県商工会連合会、群馬県中小企業団体中央会、群馬県医師会

特別協賛 アクサ生命保険株式会社 協賛 公益財団法人 群馬県健康づくり財団、群馬トヨタ自動車株式会社、群馬トヨペット株式会社、群馬ヤクルト販売株式会社、NEC (順不同)

※上毛新聞HP内「ヘルスケアキャンペーンページ」(www.jomo-news.co.jp/ad/healthcare/)で、これまでの啓発紙面等、キャンペーン内容をご覧ください。



こちらからも、  
ご覧いただけます