

公益財団法人 福井県健康管理協会

(1) 事業所の概要

○所在地：福井県福井市真栗町47-48
○代表者職・氏名：理事長 岩壁 明美
○従業員数：46名

○創業：昭和45年8月29日
○業種：医療業
○事業内容：がん検診事業、ふくい健康の森の管理運営事業（県民健康センター、けんこうスポーツセンター、生きがい交流センター）

(2) 事業所で取り組んでいる健康づくり

【取組みの目標】	【取組みによる成果】
<p>職員が心身ともに健康的に働ける環境づくりに努め、組織の活性化を図る。</p> <p>【取組みの内容】 A-①・目指そう1日1万歩～自分の歩数を測ってみよう～ ・年休5日プラス特別休暇5日の取得 ・ノー残業デーの実施（週1回）</p> <p><必須事項> ⑤食生活の改善に向けた取り組み ・食生活改善に関するポスターの掲示およびパンフレットの配置 ・自動販売機飲料のカロリー表示</p> <p><以下選択項目> B-①定期健康診断受診率 ・93% 未受診者のフォロー実施、希望者には腹部エコー、眼底検査のオプションを追加可能とし、金額会社が負担</p> <p>②精密検査の受診勧奨について ・要精密検査者に対して、受診を確認する文書を受診3ヶ月後に通知、未受診の者については再度早急の受診勧奨をしている。</p> <p>③ストレスチェックの実施 ・「衛生管理規程」により、厚生労働省の指針等に基づきストレスチェックを実施している。</p> <p>④健康課題に基づいた具体的な目標の設定 ・「運動習慣を持つ者が少なく、1日の活動量が少ない」という健康課題に対して1日1万歩を目指す目標を設定。歩数アップのきっかけづくりとしてイベントを企画実施。社内親睦会と協力し、参加者や成績優秀者にはスポーツ用品の提供などインセンティブを高めた。 ア) 楽しく歩こうチーム対抗1ウィーク・ウォーク（5月実施） まず、自分の歩数を知り現在の活動量を把握することを目的として、チーム対抗で歩数を競った。 イ) もっと歩こう1ウィーク・ウォーク（10月） 個人対抗で1日あたり1,000歩増やすことを目標に活動量アップを目指した。</p> <p>⑤管理職又は従業員に対する教育機会の設定 ・所属長定例会議、衛生委員会においてメンタルヘルスに関するラインケア研修を実施した。</p> <p>⑥保健指導の実施または特定保健指導の実施の機会の提供 ・該当者には個別で受診の勧奨を行い、希望者については面談場所の確保、勤務時間内の面談を行っている。</p> <p>⑦運動機会の増進 ・スニーカーピスのポスター掲示により運動機会を増やすことを周知している。 ・職員駐車場を④近くと⑥離れた場所に設け、職員は④⑥の駐車場を1カ月毎に入れ替えて利用し、離れた駐車場から歩く機会を確保している。</p> <p>⑧女性の健康保持・増進に向けた取り組み 生理休暇の制度を設け、周知している。</p> <p>⑨メンタル不調者への対応 ・職場復帰プログラムを作成し、職場で協力して復帰を促す体制づくりをしている。</p> <p>⑩従業員の感染症予防に向けた取組み ・インフルエンザの予防接種の費用を補助している。 ・事務所内において感染症予防環境の整備（手指消毒液やアクリル板の設置、高度非接触型検温器の設置） ・定期的に窓を開け換気との掲示をしている。 ・新型コロナウイルス感染症の療養期間・濃厚接触者の待機期間等についての周知および検査キットの準備をしている。</p> <p>⑪喫煙率低下に向けた取組み ・敷地内禁煙としている。</p> <p><その他> ・夏季（7～9月）と冬季（1～3月）の期間内において5日間特別休暇を取得できる制度を設け、職員がリフレッシュできる機会を確保している。 ・安全・安心・快適な職場環境で仕事ができるよう5S活動を実施。</p>	<p>【取組みによる成果】 A-① ・イベント（選択項目④参照）の開催により、各自が普段の歩数を把握することができた。また、チーム対抗とすることにより、職種によって歩数の差があることへの気づきが得られた。活動量についての関心が高まり、普段の運動習慣や活動量について職場内で話題にすることにつながった。 ・特別休暇5日の取得率は30%（R2:25%）であった。休暇の取得を取組み内容に挙げることににより、取得しやすい雰囲気づくりにつながった。 ・ノー残業デーには上司や同僚が声を掛け合い、早めに退社する様子がみられるようになった。</p> <p><必須事項> ⑤食事バランスや大豆の栄養価についての情報が周知され、食生活改善への意識が高まった。</p> <p><選択項目> B-④ ア) 当協会職員の1日あたりの平均歩数は男性で8,415歩、女性で6,708歩であった。これは2016年国民健康・栄養調査による福井県の平均歩数と比較すると、男性では平均より約1,000歩多く、女性では同程度の結果であった。 歩数を認識することにより、活動量の少なさを改めて知ること、平日と休日の活動量の差を知ることにより、自身の活動量を見直すきっかけとなった。 イ) のイベントでは、22.2%の職員がプラス1,000歩（1日あたり）を達成した。いつ、どのように活動量をプラスできるかを考え、実践するきっかけとなった。</p> <p>⑨職場復帰プログラムにより、上司や人事、産業医、衛生管理者が連携し職場復帰を支援するあり方を理解した。</p>

(3) 今後の健康づくりの取組み

【今後の目指す姿】
<p>・福井県民の健康管理および健康づくりに寄与する団体の職員として、自身の健康について関心を持ち、マネジメントする力を高める。 ・自身の健康管理とあわせ、職場全体の健康増進に向けて取り組む意識を高め、働きがいのある職場づくりを目指す。</p> <p>【重点的に取り組む内容】 ・心身共に健康的に働ける環境づくりとして、職場の環境美化、生活習慣の中に運動習慣を取り入れることができるよう意識づけに取り組む。</p>