

# 健康経営への取り組み

作成 2020/10/4

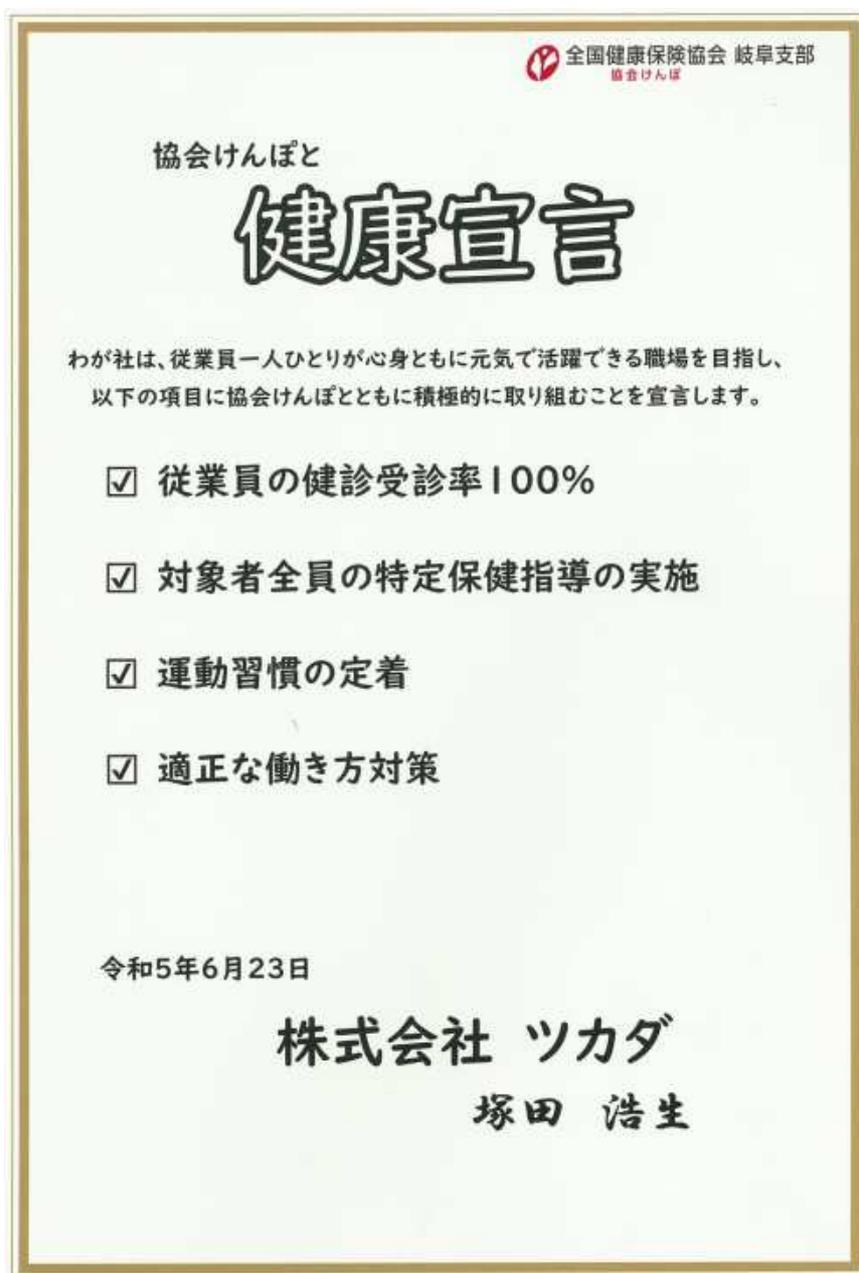
改定 2023/10/6

## 【健康経営に取り組むことになったキッカケ】

株式会社ツカダでは2020年頃より残業時間の削減、有給休暇消化率の向上など社員が働きやすい職場の実現に向けて様々な施策に取り組んでまいりました。2023年6月に関商工会議所の健康経営セミナーを聴講。まさに今まで取り組んできた施策の目指すところがこの健康経営優良法人の取り組みと合致していることに驚き、2023年7月から健康経営優良法人認定に向けての活動をスタートしました。

## 【協会けんぽと健康宣言】

わが社は、従業員一人ひとりが心身ともに元気で活躍できる職場を目指し、協会けんぽとともに積極的に取り組むことを宣言します。



【清流の国ぎふ健康経営宣言企業登録証】

2023/7/6 清流の国ぎふ健康経営宣言企業 として登録していただきました。

登録番号 第 810 号  
登録年月日 2023年7月6日  
宣言年月日 2023年7月6日

清流の国ぎふ健康経営宣言企業  
登録証

企業等の名称 株式会社 ツカダ

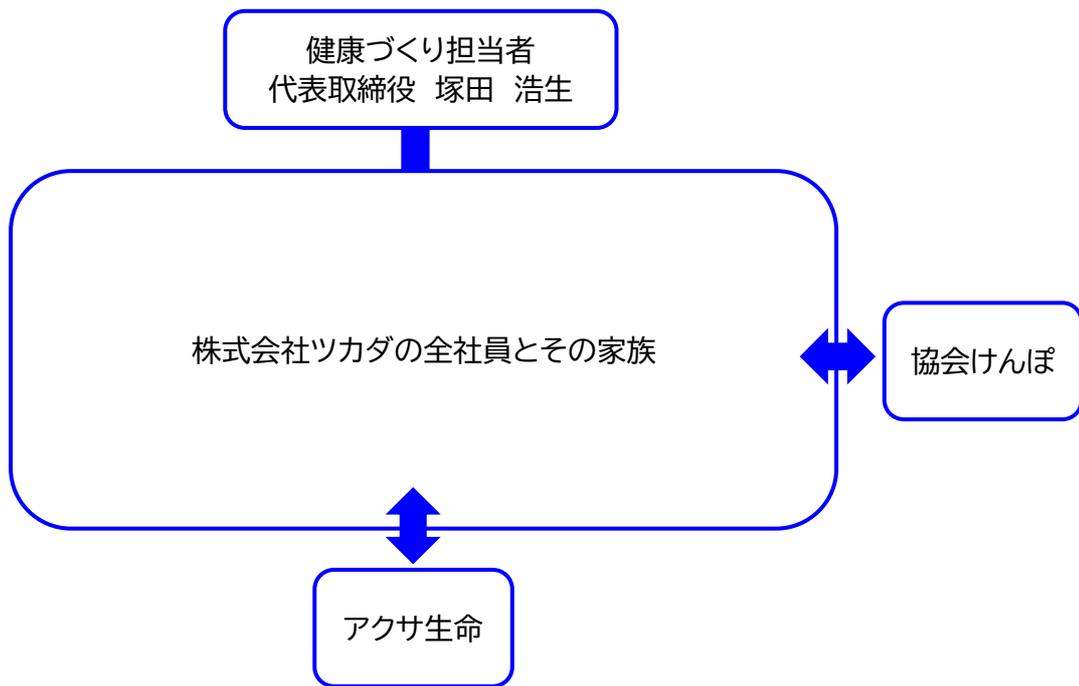
所在地 関市小瀬554-1

貴社を「清流の国ぎふ健康経営宣言企業」として登録します

岐阜県知事 古田 肇



## 【健康経営推進体制】

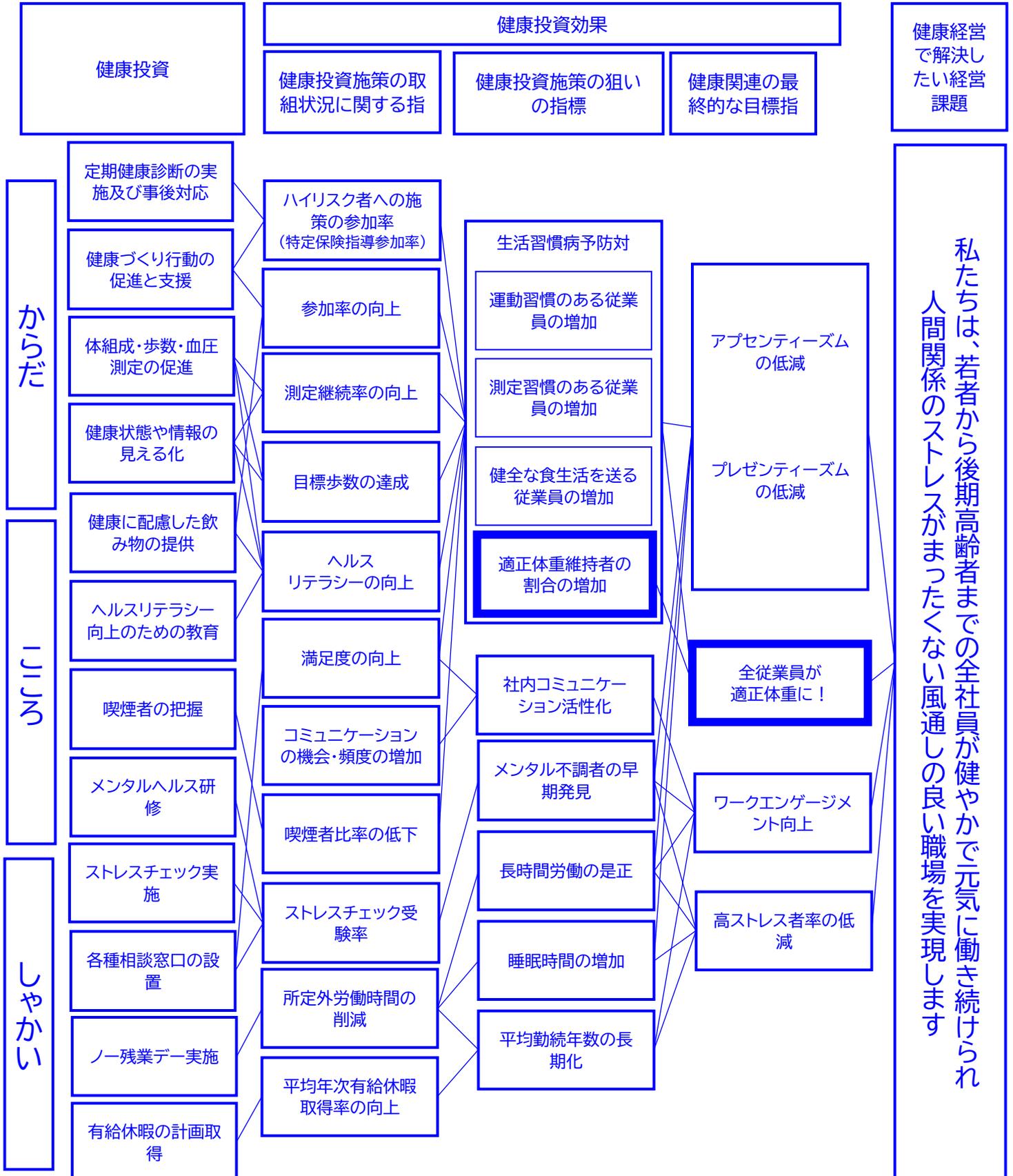


## 【健康経営の指標と目標設定】

株式会社ツカダでは全社員が健やかで元気ハツラツ働くことのできる会社を目指しています。健康経営では様々な施策に取り組んでおり、定量的な指標でモニタリングしながら進めてまいります。効果が確認できた取り組みについてはお客様・仕入先様・協力工場様と情報を共有し、健康経営に取り組む企業の輪が広がるように努めてまいります。

# 【健康経営戦略マップ】

健康課題を解決するための重点施策を設定した上で、目標達成に必要なプロセスを指標化しています。具体的には、社員一人ひとりが自発的に健康経営に参画できるようになるまでは「健康づくり担当者である塚田 浩生がアクサ生命様指導のもと様々な施策を実施してまいります。いつの日か、社員一人ひとりがアイデアを出し、皆で話し合って施策を決め、実行し、自らの生活習慣の改善やパフォーマンス向上につながるプログラムを開発・実行してくれるように取り組んでまいります。進捗状況を定量的に把握しながらPDCAサイクルを循環させ、健康経営を推進しています。



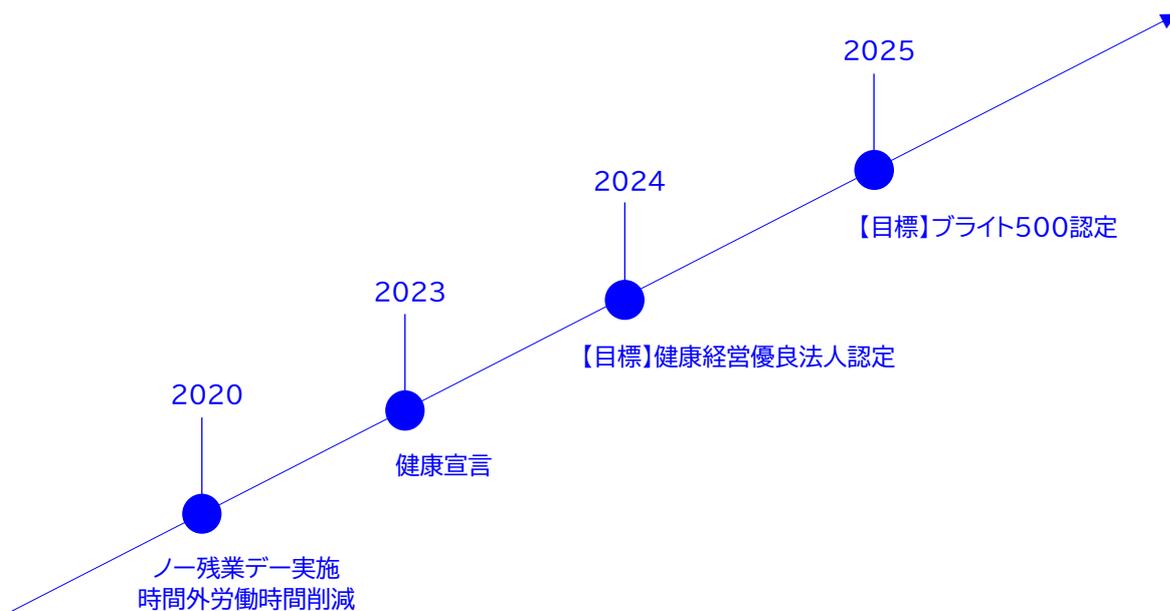
## 人的健康資源

- 適正体重維持者率
- 再検査精密検査受検率
- ワークエンゲージメント
- 平均歩数8,000歩以上/日人の割合
- 特定保健指導実施率
- 健康診断有所見者率
- ストレスチェック健康リスク
- プレゼンディーズム
- アブセンディーズム

## 環境健康資源

- 測定しやすい環境
  - ・2階食堂に血圧計を設置
  - ・家庭用体組成計の配布
- 食事栄養管理支援アプリ
- 運動機会増進アプリ
- 睡眠チェックアプリ
- 24時間電話健康相談(電話対応)
- メンタルサポートカウンセリング(電話対応)

## 【健康経営中期計画のロードマップ】



## 【健康経営における自社の課題と取り組み方針】

社員一人ひとりが健康を保持・増進することは労働生産性の向上だけではなく、より良いサービスの提供にもつながります。そこで、健康づくりにおいて重要な指標の一つであるBMI(Body Mass Index = 体格指数)をもとに適正体重者(BMI18.5以上25.0未満)の割合を増やす取り組みを重点的に進めていきます。

### 重点改善の目標値

項目	現状	中間目標	
	2022年	2024年	2026年
適正体重維持者の割合の増加*1 (BMI18.5以上25.0%未満)	58.8%	65.0%	75.0%
特定保険指導実施率*2	0%	100%	100%

### 重点施策に関する指標の経年変化

項目	実績		
	2022年	2021年	2020年
適正体重維持者の割合の増加*1 (BMI18.5以上25.0%未満)	58.8%	58.8%	64.7%
特定保険指導実施率*2	0%	0%	0%

### 集計元

\*1 一般財団法人 総合保健センターからの健康診断報告書の生データを元に集計

\*2 協会けんぽ岐阜支部へTELして確認(毎年電話すれば教えてもらえる)

## 【健康経営実施による効果】

健康診断やアンケート調査などの定量・定性情報をもとに健康に関する課題を抽出し、改善に向けた施策の検討・実施・評価を行っています。

また、加入する協会けんぽ主催の特定保健指導への勧奨を強化します。

健康経営の主要指標に関する経年変化及び目標

(表)健康投資施策の取り組み状況に関する指標

項目	2024年 目標	2023年 着地予想/目標	2022年 実績	2021年 実績
1.定期健康診断受診率(実質)	100%	100%	100.0%	94.1%
2.定期健康診断後の精密検査受診率	100%	100%	0%	0%
3.ハイリスク者への施策の参加率 (特定保健指導参加率)	100%	100%	0%	0%
4.有所見者数(聴力検査 1,000Hz) 総合保健センター「定期検診診断結果集計表の報告書」より	0%	0%	6%	0%
5.有所見者数(聴力検査 4,000Hz) 総合保健センター「定期検診診断結果集計表の報告書」より	6%	12%	18%	18%
6.有所見者数(血圧) 総合保健センター「定期検診診断結果集計表の報告書」より	6%	12%	17.6%	11.8%
7.有所見者数(貧血検査) 総合保健センター「定期検診診断結果集計表の報告書」より	0%	0%	0%	0%
8.有所見者数(肝機能検査) 総合保健センター「定期検診診断結果集計表の報告書」より	0%	0%	0%	0%
9.有所見者数(血中脂質検査) 総合保健センター「定期検診診断結果集計表の報告書」より	12%	18%	35.3%	17.6%
10.有所見者数(血糖検査) 総合保健センター「定期検診診断結果集計表の報告書」より	0%	0%	0%	0%

項目	2024年 目標	2023年 着地予想/目標	2022年 実績	2021年 実績
11.ストレスチェック受検率	100%	0%	0%	0%
12.労働時間の状況(平均所定外労働時間)*1	16時間	20.7時間*2	26.8時間	31.7時間
13.平均年次有給休暇取得率	80.0%	68.6%*3	49.7%	38.6%

\*1 労働時間の状況(平均所定外労働時間)については若手男性メンバー8名の集計結果  
8名以外の社員の所定外労働時間はゼロのため集計に入れない

中心になって頑張ってくれている8名の残業時間をいかに減らしていくかが課題  
中心になって頑張ってくれている8名の残業時間をいかに減らしていくかが課題

\*2 2023年着地予想は2023/10/4集計時の2023/4~2023/9の6ヶ月間の集計結果から  
予測した値

\*3 2023年着地予想は2023/10/4集計時の2023/4~2023/9の6ヶ月間の集計結果から  
予測した値

(表)従業員の意識変容・行動変容に関する指標(アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表より)

項目	2024年 アンケート結果 目標	2023年 アンケート結果 実績	2022年 アンケート結果 実績	2021年 アンケート結果 実績
14.あなたの会社の経営者は社員の健康づくりに関して熱心だと思いますか？ アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	80%	59%	---	---
15.勤務先の取り組みを活用してあなたも健康になれると思いますか？ アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	60%	29%	---	---
16.心身ともに健康でいられることはあなたにとってどのくらい重要なことですか？ アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	100%	94%	---	---
17.生活習慣に気を付けることで今後年齢を重ねても心身ともに健康でいられると思いますか？ アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	90%	76%	---	---
18.仕事満足度 「そうだ」4点 「まあそうだ」3点 「ややちがう」2点 「ちがう」1点とした平均値 アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	3.1	2.9	---	---

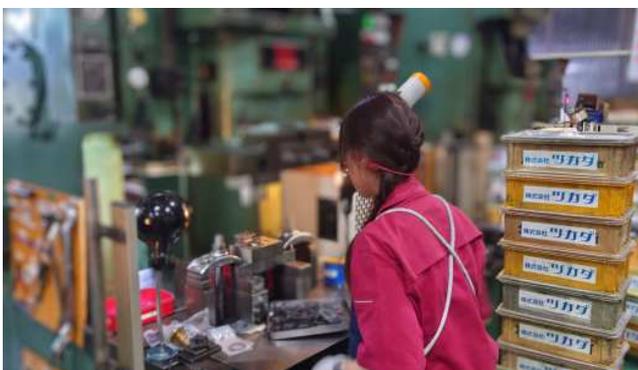
項目	2024年 アンケート結果 目標	2023年 アンケート結果 実績	2022年 アンケート結果 実績	2021年 アンケート結果 実績
19.職場の一体感 「そうだ」4点 「まあそうだ」3点 「ややちがう」2点 「ちがう」1点とした平均値 アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	3.1	2.9	---	---
20.家庭満足度 「そうだ」4点 「まあそうだ」3点 「ややちがう」2点 「ちがう」1点とした平均値 アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	3.3	3.2	---	---
21.ワークエンゲージメント 「そうだ」4点 「まあそうだ」3点 「ややちがう」2点 「ちがう」1点とした平均値 アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	3.2	3.0	---	---
22.創造性 「そうだ」4点 「まあそうだ」3点 「ややちがう」2点 「ちがう」1点とした平均値 アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	3.0	2.8	---	---
23.仕事に主体的に取り組んでいる アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	82%	76%	---	---
24.仕事に自ら判断できる領域がある(自由裁量がある) アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	80%	65%	---	---
25.仕事は自分が少し挑戦すれば達成できる内容である アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	86%	76%	---	---
26.私たちの職場は自由に発言できる心理的安心感がある アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	85%	71%	---	---
27.私たちの職場では、みんなと共に働くことに幸せ、楽しさを感じる アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	82%	76%	---	---
28.ふだん朝食を食べますか？(週に4～5日以上) アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	100%	94%	---	---
29.運動習慣ありの割合(1回30分以上の軽く汗をかく運動を週に2回以上1年以上継続) アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	30%	18%	---	---
30.あなたはタバコを吸いますか？(非喫煙者の割合) アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	85%	76%	---	---
31.日常生活で悩みやストレスがありますか？(「ない」の回答数の割合) アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	35%	29%	---	---

項目	2024年 アンケート結果 目標	2023年 アンケート結果 実績	2022年 アンケート結果 実績	2021年 アンケート結果 実績
32.過去1ヶ月間、睡眠によって十分に休養が 取れていますか？(「はい」の回答数の割合) アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	75%	53%	---	---
33.厚生労働省の定める適正飲酒内の社員の 割合 アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	90%	82%	---	---
34.年間一人当たりの体調不良による平均欠 勤日数 アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	2.0	6.5	---	---
35.病気やケガがないときに発揮できる仕事 の出来を100%として過去4週間の仕事への 平均割合(労働生産性低下率) アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	-10%	-17%	---	---
36.会社の同僚や友人に比べて生活習慣を気 を付けている方だと思いますか？(「とてもそ う思う」+「そう思う」と回答した者の割合 アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	50%	29%	---	---
37.「健康を損なう」可能性があることを分 かっているながら、ついついやってしまう生活習 慣はありますか？(「はい」の回答数の割合) アクサ生命「健康習慣アンケート経年評価表」集計結果	30%	65%	---	---

## 【健康施策の取り組み】

### 【ワイヤレスイヤホン購入補助】

実施日	2022/4/5
-----	----------



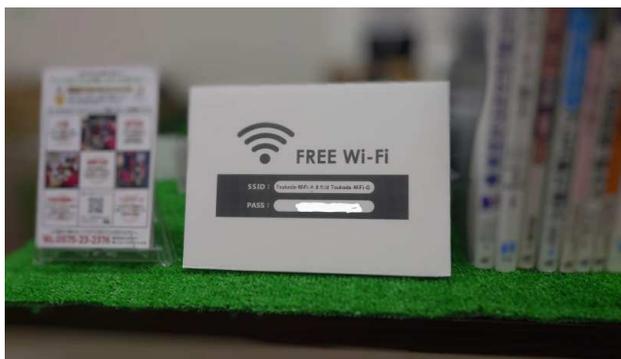
### 【健康経営の主要指標の何に効くのか？】

- 4. 有所見者数(聴力検査 1,000Hz)
- 5. 有所見者数(聴力検査 4,000Hz)
- 18. 仕事満足度
- 21. ワークエンゲージメント

株式会社ツカダはプレス工場なので、日々ダイナミックな騒音の中で仕事をしています。以前から耳栓の無償支給は実施していましたが、装着率がなかなか上がりませんでした。そこでワイヤレスイヤホンなら中央にちょっとした穴があいた耳栓と同じ。じゃあ、ワイヤレスイヤホンでもいいじゃん。ワイヤレスイヤホンがOKなら、ワイヤレスヘッドホンもいいんじゃない？ ということでこちらもOK。強制ではないので耳栓でもOKですが、聴力を守るため、耳栓かワイヤレスイヤホンのどちらかの装着は必須です。※有線のイヤホンは巻き込まれの可能性があるので使用を禁止しています。

せっかくワイヤレスイヤホンを装着しているのなら、中からクラシック音楽が流れてきててもいいんじゃない？これもOK ラジコでラジオを聞くのは？ 昔はAMラジオを大音量で流していた時代もあったので、これもOK。それならアイドルの曲は？これもOK アニメソングは？ なんでもOK ということでそれぞれの社員が好き好きな音楽を聞きながら仕事に集中しています。ルールは大音量では聞かないこと。誰かに声をかけられたらすぐに反応できる音量にすることが約束です。ワイヤレスイヤホン購入補助金として3,000円を会社支給しています。

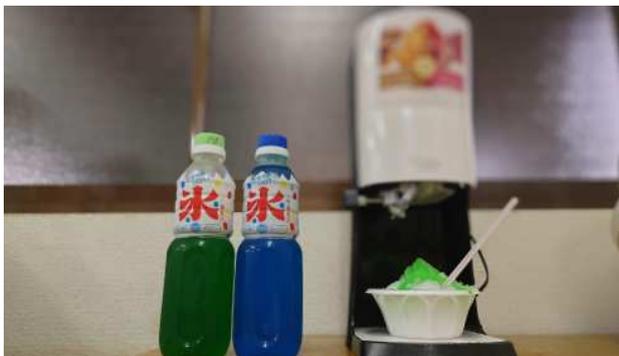
### 【社員専用Wi-Fiの導入】



#### 【健康経営の主要指標の何に効くのか？】

- 4. 有所見者数(聴力検査 1,000Hz)
- 5. 有所見者数(聴力検査 4,000Hz)
- 18. 仕事満足度
- 21. ワークエンゲージメント

### 【かき氷食べ放題サービス】



#### 【健康経営の主要指標の何に効くのか？】

- 21. ワークエンゲージメント
- 27. 私たちの職場では、みんなと共に働くことに幸せ、楽しさを感じる
- 35. 病気やケガがないときに発揮できる仕事の出来(労働生産性低下率)

### 【自動販売機への機能性表示食品の導入】



#### 【健康経営の主要指標の何に効くのか？】

- 9. 有所見者数(血中脂質検査)
- 10. 有所見者数(血糖検査)
- 14. あなたの会社の経営者は社員の健康づくりに関して熱心ですか？
- 34. 年間一人当たりの体調不良による平均欠勤日数

実施日 2022/5/10

ワイヤレスイヤホンOKになってからの社員からの要望。音楽聞きながらできるのは嬉しいけど、データ通信料がばかにならない。なんとかして欲しい。という声を受けて工場中央部にWi-Fiを別回線で導入。社員なら誰でも使えるFree Wi-Fiを導入しています。

実施日 2023/6/8

NHK名古屋屋のニュースで高層ビルの建築現場の熱中症対策の確認で労働基準監督署が視察に入ったというネタを視聴。色々な取り組みの中で「作業員はかき氷食べ放題」というのを見て「これだ！！」早速、電動かき氷機を購入。シロップも5種類購入。社員は誰でもいつでも食べ放題。シロップもかけ放題。これで内蔵温度を下げて熱中症を防ぐ！！

実施日 2023/9/14

健康経営の取り組みとして、飲み物に対する意識を向上してもらおう取り組みとして自動販売機に「濃い綾鷹」を導入しました。コカ・コーラさんに聞いたところ、トクホのお茶などはラインナップになく、唯一「濃い綾鷹」のみがそれに近いとのこと。まずは取り組みの第一弾として導入しました。

### 【胡麻麦茶・ヘルシアの購入補助】

実施日 2023/10/4



やっぱりトクホの飲料が欲しいと悩んでいたところ、ある社員から「トクホの飲料をネットでケース購入して、会社の冷蔵庫に入れておき、欲しい人はお金を払うというシステムはどうですか？」と提案を受けました。「それだ！！」早速採用。素晴らしいアイデアをありがとう。ネットで購入すると、150円/本~160円/本で購入可能。100円を超える分は会社が福利厚生の一環として会社が負担するので、社員は誰でも100円で胡麻麦茶とヘルシアを購入可能です。

### 【健康経営の主要指標の何に効くのか？】

- 6. 有所見者数(血圧)
- 9. 有所見者数(血中脂質検査)
- 10. 有所見者数(血糖検査)
- 14. あなたの会社の経営者は社員の健康づくりに関して熱心ですか？
- 19. 職場の一体感
- 21. ワークエンゲージメント
- 34. 年間一人当たりの体調不良による平均欠勤日数

### 【全社員対象健康セミナーの受講】

実施日 2023/9/25



アクサ生命様による健康習慣アンケートのフィードバックと喫煙に関するセミナーを全社員でオンライン受講しました。

### 【健康経営の主要指標の何に効くのか？】

- 1. 定期健康診断受診率(実質)
- 2. 定期健康診断後の精密検査受診率
- 3. ハイリスク者への施策の参加率
- 19. 職場の一体感

### 【健康経営に取り組み他企業からの個別相談~金子金蔵商店様~】

実施日 2023/10/3



灯油を供給していただいている有限会社金子金蔵商店の専務様が健康経営に対する取り組みを勉強したいとのことで来社されました。協会けんぽと健康宣言からスタートだよ、という話しと健康経営に取り組むことが企業の存続にとっていかに重要であるかを健康経営優良法人認定されていないにも関わらず熱く語りました。

## 【インフルエンザ予防接種費用の全額補助について】

実施日 2023/10/4

### 社内回覧

2023/10/4  
健康づくり推進担当  
塚田 浩生

回覧名 インフルエンザ予防接種費用補助について

健康経営に対する取り組みの一環として、インフルエンザワクチン予防接種費用を会社で全額負担いたします。  
副反応に対する懸念を抱かれる方もおられますので、強制はいたしません。  
予約は各自でお願します。会社に近い医療機関は小瀬診療所(TEL:0575-25-0333)です。  
10/2時点では予約を待ち付けてくれましたが、今年はずでに全国的にインフルエンザが大流行していますので、早目の予約をおススメいたします。  
接種費用はインフルエンザ予防接種後、各自で一度はお支払いください。  
後日会社ヘルシートを提出していただければ、会社が全額補助いたします。

## 【健康経営の主要指標の何に効くのか？】

### 21.ワークエンゲージメント

35.病気やケガがないときに発揮できる仕事の出来(労働生産性低下率)

インフルエンザ予防接種費用の会社全額負担に関する回覧資料です。今年はインフルエンザが既に猛威をふるっている地域もあるようなので、早めの接種を朝礼を使って周知し、追って回覧資料を回しました。

## 【カスタマーハラスメントについての回覧資料】

実施日 2023/10/5

### 社内回覧

2023/10/5  
健康づくり推進担当  
塚田 浩生

回覧名 カスタマーハラスメントについて

健康経営に対する取り組みの一環として、カスタマーハラスメントについての対応を周知させていただきます。近年カスタマーハラスメントが社会問題となっています。弊社としては、お客様からの理不尽なクレーム・強要などが発生した場合は社長が責任を持って対応いたしますので、限界を超える前に速やかに社長まで相談して下さい。逆に自分自身も協力工場様・仕入先様に対しカスタマーハラスメントと捉えられるような言動をしていないか、コンビニやスーパーでの振る舞いを改めて自身に対し質して下さい。



カスタマーハラスメントに関する周知文書を作成し、回覧しました。内容は以下の通りです。

健康経営に対する取り組みの一環として、カスタマーハラスメントについての対応を周知させていただきます。近年カスタマーハラスメントが社会問題となっています。弊社としては、お客様からの理不尽なクレーム・強要などが発生した場合は社長が責任を持って対応いたしますので、限界を超える前に速やかに社長まで相談して下さい。逆に自分自身も協力工場様・仕入先様に対しカスタマーハラスメントと捉えられるような言動をしていないか、コンビニやスーパーでの振る舞いを改めて自身に対し質して下さい。

## 【健康経営の主要指標の何に効くのか？】

### 21.ワークエンゲージメント

35.病気やケガがないときに発揮できる仕事の出来(労働生産性低下率)

## 【健康経営の実施に対する投資額】

株式会社ツカダでは社員一人ひとりが心身ともに健康でいきいきと仕事に取り組むことが重要であると考え、社員の健康保持・増進に向けて毎年新しい施策を実施しています。

2023年度の健康施策に対する投資額

約20万円

### 【主な施策】

- ・定期健康診断の社員受診率100%に向けた受診勧奨
- ・インフルエンザ予防接種に対する全額補助
- ・ヘルスリテラシー向上施策の実施
- ・疾病予防におけるハイリスクアプローチ
- ・健康づくりに寄与する職場環境整備

## 【これまで実施した施策の紹介】

### <社員の健康意識向上に向けた取り組み>

- ・食事、栄養管理支援アプリ
- ・運動機会増進アプリ
- ・睡眠チェックアプリ

### <生活習慣病対策>

- ・血圧計の設置
- ・健康に配慮した飲み物が摂れる環境整備と費用補助
- ・健康相談窓口の設置

### <健康リテラシー向上施策>

- ・生活習慣病予防セミナーの実施(予定)
- ・女性向け健康セミナーの実施(予定)
- ・飲酒セミナーの実施(予定)
- ・肩こり、腰痛予防対策セミナーの実施(予定)

<メンタルヘルス対策>

- ・メンタルサポート(電話によるカウンセリング)の実施
- ・年間7回の社長との個人面談の実施
- ・毎朝全員が小グループ(3~4名)に分かれての1分間スピーチの実施

<禁煙対策>

- ・禁煙セミナーの実施

<女性の健康課題対策と高齢就労者対策>

- ・女性の健康課題に対するセミナーの実施(予定)
- ・高齢就労者向け健康課題に対するセミナーの実施(予定)
- ・相談窓口の設置

## 【日本の製造業の未来を担うプレス屋として】

株式会社ツカダはプレス屋(金属プレス加工業)をやっています。昭和の高度経済成長時代では花形産業であったプレス屋も令和の時代になっては誰も就きたがらない仕事の代表格となってしまいました。しかし、日本から金属プレス加工がなくなることは絶対にありません。昭和30年代には確立された「金属プレス加工の技術」を創業50年を超える株式会社ツカダが次の世代にバトンタッチをしていきます。そんな重要な仕事に就いてくれている社員は何よりの宝物です。その宝物の社員の健康はとても大切です。たった18名の小さな会社がどこまでできるか分かりませんが、小さいからこそすぐに決断してすぐに実行できる強みがあります。その強みを活かして来年(2024年度)には必ずブライツ500企業に認定されるように必死に取り組んでまいります。