

「あおもり健康づくり実践企業」の取り組み紹介

初回認定日
H27.6.22

株式会社
日専連ホールディングス

従業員数
60名
業種
金融業

社員が主役の健康づくり

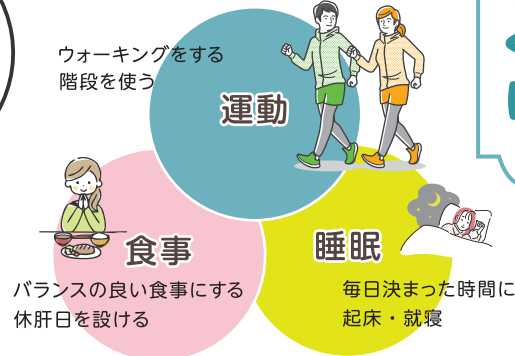
実践企業に申請したきっかけを教えてください。

当社の社員は平均年齢が50歳代と比較的高かったため、健康により一層気を配る必要があると感じていました。制度が開始された際に、地元企業としていち早く認定を受け、社員の健康づくりを後押ししたいという思いから申請に至りました。

どんなことに取り組んでいますか？

「心も身体も健康な快適で明るい職場をつくらう」というスローガンのもと、社内健康推進運動を展開しています。特に力を入れているのが「健康対策チャレンジ項目」です。この取組では、健康づくりの三大要素である「運動」「食事」「睡眠」の各分野から、健康診断の結果をもとに、最低1つ以上の取組を選択します。選択した取組については、毎月10点満点で自己評価を行い、自身の健康づくりへの意識を高める機会としています。

健康対策チャレンジ項目



各分野から1つ以上
取組を選択して実践!

社員が健康について考える機会が増えました!



今後の展望を教えてください。

今後も、社員が楽しく健康に関心を持てる取組を継続し、安心して働き続けられる明るい職場づくりを目指していきます。

初回認定日
H28.2.8

株式会社
ビッグチ

従業員数
23名
業種
小売業

従業員に寄り添う健康づくり

実践企業に申請したきっかけを教えてください。

きっかけは、社長の一声でした。社長自身の健康づくりの経験を踏まえ、従業員の健康にも目を向け、総務課職員を健康づくり担当者に任命。会社全体として健康づくりに取り組む体制を整え、制度への申請に至りました。

どんなことに取り組んでいますか？

従業員一人ひとりの健康状態や声に耳を傾け、実態に即した取組を着実に進めています。

健康診断では、従業員全員の健診結果を確認したうえで、生活習慣の見直しや再検査につながるよう、個別に声がけを行っています。そのほか、会報やチラシの回覧を通じて健康情報を提供し、一人ひとりの健康行動を後押しする仕組みを整えています。また、定期的にアンケートを実施し、従業員の実態を把握することを重視しています。一人ひとりの声を

丁寧に拾い上げながら課題を整理し、取組内容の検討・改善につなげています。



社員の長期定着
企業のイメージ UP

今後の展望を教えてください。

従業員の健康課題を改善することが、一人ひとりの仕事の効率や生産性の向上、ひいては企業全体の成長につながると考えています。今後も、従業員へのきめ細かな声かけや意見交換を行い、健康経営への投資を継続していきます。

初回認定日
H30.3.28

株式会社 阿部重組

従業員数
34名
業種
建設業

社員が楽しむ健康づくり

実践企業に申請したきつかけを
教えてください。

要職が救急搬送され、数か月後に亡くなるという衝撃的な出来事がきっかけとなり、積極的な健康づくりの取組が始まり、申請に至りました。

どんなことに取り組んでいますか？

本社に社員が集まる年度末に「健康度測定会」を実施。運動習慣がない社員が多いため、立ち上がりテスト、骨密度、体組成を測定し、筋肉量や体脂肪を数値で確認することで、健康に興味を持ってもらう機会にしています。その他、全額会社負担で、全社員の健診に腫瘍マーカー検査のオプションや40歳以上の健診にドックの項目の追加を義務付け、禁煙外来治療費の全額補助や就業時間内の受診を可能とし、健康づくりに取り組みやすい環境を整えています。社員一人ひとりが健康に関心を持てるよう、楽しさと「気づき」を重視した取組を進めています。

楽しく！
「気づき」
促す



健康度測定会の様子

大きな病気
による
退職・休職者
ゼロ！



今後の展望を教えてください。

担い手不足や高齢化が深刻化していることから、健康で長く勤めてもらうことが、業界のためにも大切だと思っています。今後も、社員の健康意識の向上のため、健康づくりの推進に努めてまいります。

市内で累計 **154社** 認定！

「あおもり健康づくり実践企業認定制度」のご案内

今年度新たに
「健康づくり実践企業」
となった企業をご紹介します！

認定第 152 号

正善商事株式会社

楽しく元気な職場を目指します！

当社では健康診断はもちろんのこと、再受診が必要な社員への受診勧奨に力を入れています。また、QOL 健診やウォーキングコンテストの参加など、社員みんなが元気に過ごせるように継続していきます！

認定第 154 号

株式会社青森建設工業社

現場を支える健康と安全の職場づくり
を目指します！

定期健康診断や血圧計の設置など、社員の健康維持に取り組んでいます。今後も健康で働きやすい職場環境づくりを進め、社員が能力を最大限に発揮できるように努めます。

あなたの事業所でも 職場の健康づくりに
取り組んでみませんか？

職場の健康づくりに積極的に取り組み、実践している企業・団体等の事業所が一定の基準を満たしている場合に、「あおもり健康づくり実践企業」として市が認定し応援する制度です。



社員の健康づくりが
会社のイメージアップに！

制度の詳細、これまでの認定企業
についてはこちら



協会けんぽも取り組みを応援！

協会けんぽ青森支部では
事業所の『健康宣言』を
受付しています！

