

目指そう！元気ちば

健康な職場づくり 取組事例集

千葉県



千葉県マスコットキャラクター
「チーバくん」

目 次

『健康な職場づくり』のすすめ	1 ページ
■ 金属製造業 山田機械工業株式会社 《取組1》社員食堂のリニューアル 《取組2》工場内での熱中症予防	2 ページ
■ 金属製造業 日産スプリング株式会社 《取組1》熱中症対策 ～乳製品の支給等～ 《取組2》産業医と協力した健康づくり	3 ページ
■ 食品製造業 古谷乳業株式会社 《取組1》健康診断受診率100%の取組 《取組2》仕事以外の楽しみづくり	4 ページ
■ 食品製造業 石井食品株式会社 《取組1》禁煙の取組 《取組2》社員食堂の無料化の取組	5 ページ
■ 建設業 株式会社 高橋工務店 《取組》ヨガスタジオ・トレーニングルームでの健康づくり	6 ページ
■ 運輸業 南総通運株式会社 《取組》社報誌を使った家族へのアプローチ	7 ページ
■ 新聞販売業 株式会社ベンチマーク 《取組》禁煙者へ禁煙手当	8 ページ
■ サービス業 株式会社ヒカリシステム 《取組1》経営計画書に安全・健康に関する方針を明記 《取組2》健康を月次面談でチェック	9 ページ
■ 医療・福祉 大網白里市立国保大網病院 《取組》職場で体操を実施	10 ページ
■ 医療・福祉 東邦大学医療センター佐倉病院 《取組》職場で体操を実施	11 ページ
目指そう！元気ちば	12・13 ページ

『健康な職場づくり』のススメ

経営者の皆さま 健康づくりの担当者の皆さま
『健康な職場づくり』に取り組みませんか？



県では、県健康増進計画「健康ちば21(第2次)」の総合目標である「健康寿命の延伸」と「健康格差の縮小」の達成を目指しています。そのため、従業員の健康づくりに取り組む事業所を増やす『健康な職場づくり』を推進しています。

この事例集では、これから『健康な職場づくり』に取り組みたいと考えている経営者や健康づくりの担当者の皆さまに向けて、『健康な職場づくり』の取組を紹介しています。

各事業所とも、従業員の健康を最大の財産と考え、健康づくりの取組を積極的に展開しています。各事業所の規模や取組は様々ですので、皆さまが『健康な職場づくり』を実践していくためのヒントにいただければ幸いです。

『健康な職場づくり』に取り組んだきっかけの一例

従業員の平均年齢が上がり
工場内で転倒する人が増えた

複数の従業員が同時期に病欠して
業務に影響が出た

『健康な職場づくり』で期待されるメリット

心身の健康

仕事の生産性アップ
事故や労働災害の減少

組織の活性化

離職率の低下
コミュニケーション向上

企業価値の向上

就職希望者の増加

など

「できるところから」まずは始めてみませんか？

山田機械工業株式会社

所在地 佐倉市大作2-3-1

電話 043-498-2711

事業内容 包装及び荷造り機械の製造、販売

従業員数 131名

URL <http://www.tom-yamada.co.jp>



特徴的な取組のポイント

当たり前のことを『一生懸命』に取り組んでいます！

- 美味しい食事は楽しみのひとつ♪ 社員食堂のリニューアルで社員が笑顔に！
- 飲み物や冷却ベスト等を用意し、徹底的に熱中症を予防



取組

1

社員食堂のリニューアル /

社長の「食事をもっと美味しく、社員が会社に来る楽しみを増やしたい」という思いから、食事の質にこだわり美味しい社食にしました。食べ過ぎないようにカロリーに気を付けています。社長自ら、他社の社員食堂へ視察に行く等、美味しく、お手頃価格、栄養バランスがとれた食事を提供する業者と契約したことで、利用率が1年で30%から65%まで向上しました。美味しい食事は、会社での楽しみのひとつになり、社員食堂では笑顔が増えました！

取組

2

工場内での熱中症予防 /

工場は、高温環境での仕事になります。製造エリアでは、冷房で空調管理を行い、空調管理ができない倉庫では、暑さ指数を決まった時間に測定し環境管理をしています。暑さ指数が基準値を超えた場合は、倉庫での仕事を中止します。また、事業所が製造エリアや倉庫に飲み物を用意し、従業員が自由に飲めるようにしています。今年からは、自由に使用できる冷却ベストも導入しました。

取組のきっかけ

以前、休業者が出た際、他の従業員の残業時間が増加する等、健康に悪影響を及ぼすこととなり、悪循環になりました。そのため、健康で働きがいのある職場づくりが、生産性向上・働き方改革の必須条件と考えています。



今後の展望など

総務課従業員全員（6名）が第一種衛生管理者資格を取得し、事業所の健康づくりに取り組んでいます。また、健康診断の受診勧奨の徹底や始業前のラジオ体操の実施等、様々な健康づくりの取り組みによって、自己都合による退職者が減りました。今後は、健康診断で要精密検査の所見が出た従業員に対し、必ず再検査を受けるよう地道に働きかけていき、要精密検査受診率を向上させていきたいです。

冷却ベストで
熱中症予防



☆ 事業所から一言PR ☆

人材は宝です。従業員を大切に、「健康で笑顔の職場を目指してください！」

日産スプリング株式会社

所在地 野田市上三ヶ尾261-11

電話 04-7123-1911

事業内容 金属製ばねの製造

従業員数 88名

URL <http://www.nissansp.co.jp/>



特徴的な取組のポイント



昔からの取り組みを大切に、新しい取り組みにも積極的にチャレンジ！

- 熱中症対策 夏場の乳製品支給は、従業員のやる気と楽しみに♪
- 産業医と共に進める事業所の健康づくり

取組
1

熱中症対策 ～乳製品の支給等／

高温環境での作業のため、夏場は特に、熱中症や食欲不振、夏バテのリスクが高くなります。その対策として、7～8月の約2ヵ月間、会社負担で牛乳やコーヒ牛乳といった乳製品を従業員に配る取り組みを10年以上続けており、従業員からも好評です。健康面の効果のみならず、会社が従業員を大切に思う気持ちの表れでもあり、社長の思い入れも強い取り組みでもあります。また、就業時間内に全社員を対象とした、産業医による熱中症対策についての講習を実施しています。

取組
2

産業医と協力した健康づくり／

社長自ら、健康づくりに熱心な産業医を探し、産業医と協力した健康づくりを進めています。産業医が毎月会社にて、健診結果の悪い従業員や喫煙者等と面談を行っています。また、約3か月ごとに産業医による健康セミナーを開催しています。就業時間内に開催することで、多くの従業員が参加できる工夫をしています。

取組のきっかけ

仕事柄、肩こり、腰痛、熱中症等の健康課題があります。一時期、若者の離職率が高くなったこともあり、働く環境整備、従業員の健康づくりを始めました。また、社長が健康保険組合の理事であり、新しい健康情報が入りやすいため、地元企業によるストレッチ出張プログラムに参加する等、新しい取り組みも柔軟に取り入れています。



「従業員の
明るい顔が見たい！」
とお話する社長

今後の展望など

働く環境を整えたことにより、採用しきれないくらい中途の応募が増えました。働く環境を整えることは、いい人材の確保につながります。今後は、更に予防に力を入れ、食事等の生活習慣の改善を目指していきたいです。



20年前から続く
就業前の
ラジオ体操

☆ 事業所から一言PR ☆

従業員は、心も体も健康な状態でパフォーマンスを発揮できます。
良い製品づくりのためにも、従業員の健康は大切です！

古谷乳業株式会社

所在地 千葉市中央区千葉港7-1ホテルニューツカモト3階

電話 043-241-0331

事業内容 食品製造

従業員数 約130名

URL <http://www.furuya-milk.co.jp/>



特徴的な取組のポイント



今日のおいしさ 明日の健康 ～楽しさと家族も含めた健康づくり～

- 健康診断受診率100%は、20年以上前から！夫婦そろっての健康診断が外出の機会に
- 本社と工場の部署を超えた交流、コミュニケーションで人間関係も仕事も円滑に

取組
1

健康診断受診率100%の取組

予防に力を入れており、健康診断受診率は、20年以上前から100%です。健康診断を受けることは、従業員の習慣となっています。結果は事業所へフィードバックしてもらい、精密検査受診につなげています。また、配偶者の人間ドックにも健康保険組合の補助が出るため、ほとんどが夫婦2人で受診しています。ドック受診後には、夫婦で食事をして映画を観ることもあります。健康診断が、夫婦で外出できる貴重な機会にもなっています。

取組
2

仕事以外の楽しみづくり

マラソン大会や山登り等、仕事以外のレクリエーションの活動も大切にしています。本社と工場が離れているため、2019年は新たに、交流を深めるためのバーベキューを開催しました。多くの従業員と家族が参加し、部を超えた交流は、コミュニケーションの良い機会となりました。人間関係も良好になり、仕事も円滑に進むようになりました。

取組のきっかけ

企業理念は「おいしさとふれあいを通じ 健康ライフの明日を創造する」「今日のおいしさ明日の健康」であり、従業員の健康も大切にしています。また、家族が健康でなければ、従業員も100%のパフォーマンスを発揮できませんので、家族の健康も大切にしています。



青空の下、
バーベキューで
親睦を深めます！
家族も一緒に
楽しみました♪

今後の展望など

健康保険組合が実施しているウォーキングキャンペーン等の参加状況は、本社と工場で差があります。ウォーキングは、道具もいらず、気軽に実施できる取組ですので、会社全体で取り組めるようにしていきたいです。様々な健康的な取組の効果として、従業員が自身の体を意識するようになりました。現在、健康診断受診率100%が当たり前になっているように、健康的な取組を定着させていきたいです。

☆ 事業所から一言PR ☆

健康は1日にしてならず。毎日、毎日、日々の積み重ねです。
また、人と人のコミュニケーションの中でも健康は育まれると思っておりますので、
声かけを大切にしていきたいです。

石井食品株式会社

所在地 八千代市吉橋1835

電話 047-459-7541

事業内容 食品製造

従業員数 約600名

URL <https://www.ishiifood.co.jp/>



特徴的な取組のポイント



キャッチフレーズは、『毎日実行で毎日健康 心イキイキ健康職場』！

- 喫煙者の意見を聞きながら進めた、全面禁煙の取組
- 「自社の商品を味わってほしい！」社員食堂の無料化

取組
1

／ 禁煙の取組 ／

2011年から喫煙ルームのみの分煙を実施、1年後に喫煙者にアンケートを行い、「全面禁煙でよい」という意見が多かったため、2012年から全面禁煙へとしました。全面禁煙がきっかけとなり、禁煙者が増えました。禁煙成功者には、家族から喜ばれたり、味覚がよくなったという効果もありました。全面禁煙実施にあたっては、事前に労働組合と話し合いながら実施したことで、スムーズに進めることができました。組合長もヘビースモーカーでしたが、全面禁煙をきっかけに、禁煙に成功したひとりです！

取組
2

／ 社員食堂の無料化の取組 ／

社員食堂では、「自社の商品を味わってほしい」という想いから、自社で生産している製品を提供しており、約3年前から、社員食堂を無料化しています。利用率は約50%です。無添加調理や減塩等、安全・安心で、健康志向を取り入れています。また、社員食堂を利用した従業員の意見を商品の更なる改善に役立てています。

取組のきっかけ

会社の理念は「日本一 安心・安全な食品会社」であり、作り手の従業員も健康でなければならないということから、健康づくりをスタートしました。キャッチフレーズは、「毎日実行で毎日健康 心イキイキ健康職場」です。従業員の高齢化もあり、約2年前より、新社長の下で、更に健康づくり・環境整備に力を入れて取り組んでいます。



毎日の朝礼で
健康チェックと
体操を実施
しています！

今後の展望など

健康的な取組により、健康診断の有所見者率が3年前の34%から30%に低下しました！今後は、更に有所見者率を下げたいです。また、「ホワイト500[※]」にも挑戦していきたいです。地域で取れた食材で地域販売等、地域の活性化や社会貢献もしていくことで、地域を含めた健康増進も進めていきます。

(※ホワイト500：健康経営優良法人(大規模法人部門)認定法人の中で、健康経営度調査結果の上位500法人のみの通称)

☆ 事業所から一言PR ☆

「チャレンジ！」昨年と同じことをしない。新しいことを、まずは始めてみよう。

株式会社高橋工務店

所在地 流山市下花輪1251

電話 04-7158-1302

事業内容 建設業

従業員数 6名



特徴的な取組のポイント



『健康』あつての『幸せ』だから、目指せ！地域も含めた健康づくり

○社長宅にヨガスタジオ・トレーニングルームを併設し、従業員や地域住民に開放



取組

＼ヨガスタジオ・トレーニングルームでの健康づくり／

約5年前に社長の自宅を新築する際、1階にヨガスタジオ・トレーニングルームを併設しました。福利厚生の一環で、週2回、従業員が利用できます。現在は、6名中3名の従業員が利用しており、肩こりの軽減や体の可動域が広がった等の効果がありました。従業員や近隣住民の健康を願う社長の想いから、ヨガスタジオは、地域住民の利用も可能となっています。

社長も
健康づくり
実践中！

取組のきっかけ

社長が大病をした経験から、「健康はありがたいもの」という気持ちが大きくなり、従業員の健康も大切にしていきたいと事業所での健康づくりを進めています。また、ご自身も約10年間ヨガを続けており、自らの健康増進と従業員を含めた地域の健康づくりの一助にと、自宅に併設したヨガスタジオを地域に開放しています。現在は、千葉県建設業健康保険組合の理事長も務めており、健康保険組合全体の健康づくりも推進しています。



ヨガインストラクター
による本格的な
ヨガを体験！

今後の展望など

ヨガの取り組みは、利用時間の関係上、事務職員の利用が中心となっていますが、今後は参加できる従業員を増やしていきたいです。「健康であれば何でもできる」「従業員にも健康に生活を送ってほしい」と思っていますので、そのための手助けならば、何でもしていきたいです。

☆事業所から一言PR☆

事業所での健康づくりは、トップの旗振りが重要です。
時には、従業員の抵抗があるかもしれませんが「健康にいい」という信念を貫いて、
一度決めたら変えない決意も必要です。