

令和5年度 しまね☆まめなカンパニー取組報告について

※1/31 現在

1. 報告数

報告事業所数 233 / 報告対象事業所数 350 (回収率 66.5%)

2. 取組状況

(1) 年次報告対象事業所における☆獲得数別割合の推移

	R1 年度末	R2 年度末	R3 年度末	R4 年度末	R5 年度末
対象数(か所)	187	206	248	227	233
☆1 (%)	7.5	1.0	1.2	0.9	0.9
☆2 (%)	5.9	6.8	6.5	2.6	3.0
☆3 (%)	16.6	8.7	9.3	10.1	7.3
☆4 (%)	18.2	16.0	16.5	13.2	13.7
☆5 (%)	51.9	67.5	66.5	73.1	75.1



(2) R5 年度 報告事業所における☆獲得数の推移 (か所)

	R2 年度末	R3 年度末	R4 年度末	R5 年度末
☆1	4	2	2	2
☆2	13	7	6	7
☆3	14	12	23	17
☆4	21	23	30	32
☆5	132	140	166	175

☆5 つの事業所が全体の
75%!

(3) R5 年次報告対象事業所における取組状況 (※重複回答あり)

項目	事業所数 (か所)
たばこ対策	230
生活習慣の改善	210
食生活	154
運動習慣	185
歯と口の健康づくり	131
アルコール対策	131
こころの健康づくり	197
がん検診・各種健診の啓発	224
従業員の治療と仕事の両立支援	209

たばこ対策に取り組む事業所が最も多く、次いでがん検診・各種健診の啓発が多い。
生活習慣の改善においては、運動習慣、食生活の取組が多い。

今年度はすべての登録事業所へ送付したので、参加事業所が増えました!



(4) しまね☆健康づくりチャレンジ月間(9月)参加状況

参加有り：44事業所(チャレンジ月間の際に報告をしていない事業所含む)

参加しなかった理由：個人として参加した。取り組み方が分からなかった。多忙だった。など

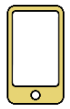
(5) メールマガジンの活用状況について

○利用有り：146 事業所

○活用内容：社員への転送、添付チラシの掲示・回覧、安全衛生委員会や定例会にて共有、朝礼での伝達、社内報・インターネット・電子掲示板等への掲載、研修での配布等

○メールマガジンの配信希望内容

- ・健康情報の検証記事、簡単なストレッチや筋トレの紹介、社内に掲示できるポスター、歯周病、虫歯予防に関すること、安全衛生に関すること、お野菜の旬情報、メンタルヘルスについての知識の共有、医療に役立つ情報の提供、メンタルヘルス・睡眠について、メタボ対策、治療の両立について、読みやすいレイアウト など



(6) しまね働く人の応援支援サイトの認知について (※未回答あり)

項目	事業所数 (か所)	割合 (%)
知っており見たことがある	105	49.1
知っているが見たことはない	30	14.0
知らない	79	36.9

前年度比
135%!
見たことある
事業所が増え
ました。

3. 取組の感想

◆たばこ対策

- ・受動喫煙などへの関心は高まってきた。
- ・禁煙について継続的に取り組み、喫煙者の減少を目指したい。



◆生活習慣の改善

- ・今年は、職員に毎月就業時間内に運動する時間を設け、体調の変化について毎月アンケートを実施し、運動の効果について確認している。来年以降はその調査結果も参考にし、元気に働ける職場づくりに取り組みたい。
- ・2年連続で、運動習慣のきっかけづくりのため、社内独自のウォーキングイベントを企画・実施した。チーム制にしたことで社内のコミュニケーションの活性化にもつながった。
- ・今年度は、自身の健康について関心を持ってもらうために、昼休憩に合わせて健康イベントを開催した。血管年齢測定やINBODY測定、食生活と運動習慣の啓発を行ったところ、年齢性別問わず多くの従業員の参加があり好評。今後も予防を目的とした取組を実施していきたい。

◆がん検診・各種健診

- ・がん検診の費用負担やストレスチェックを継続して行っている。
- ・今年度よりオプション検査を追加し、より精密な健診結果を基に健康への意識改善に対する働きかけとなり、積極的に再検査を受ける社員が増え良い傾向となった。



◆意識づけ・行動の変化など

- ・健康への意識が高まっていると感じる。二次検診対象が減少傾向。
- ・会社としての健康経営を推進する上でとてもよい取組の機会となっている。
- ・食事を意識してから体調がよくなったなどの話題が聞かれるようになった。
- ・社員が健康づくり活動に積極的になってきました。また社外からの当社の取組が良い評判となり求



人活動にも良い影響を与えていると思う。

◆コロナ禍における取組・意識・感染症対策

- ・新型コロナウイルスが5類に移行したとはいえ、当法人ではまだ油断できないため、対策を行いながらできる範囲内で活動を行っている。
- ・コロナがおさまるまで、外部の研修などを控えていたが、本年度から少しずつ、健康出前講座などを導入しはじめた。これからは積極的に利用したい。

◆その他（要望など）

- ・歯と口腔関係、アルコール関係のリーフレットもあれば利用させていただきたい。



◆県（健康推進課・保健所）の取組の活用

- ・血圧計・体組成計の設置やメールマガジンの配信により健康意識が高まってきているように思う。
- ・チャレンジ月間は毎年一定期間あるので、背筋がのびたような気分になり楽しく参加している。また来年も取り組みたい。
- ・チャレンジ月間についてはチラシの回覧や社内報等で周知を行ったので個人的に参加した社員もいると思うが、ちょうど繁忙期で会社全体での取り組みができなかった。次回はぜひ取り組みたい。
- ・今年初めて保健所よりタールのサンプルとアルコールモデルをお借りして展示してみました。ポスターを貼るより効果的であった。健康に関する意識が高まったと思う。



◆今後に向けて

- ・取り組みを通じて従業員が自身の健康に目を向け、健康で働けるようサポートしていきたい。
- ・昨年より健康経営優良法人認定に向けて動き出した。会社全体としての課題も見えてきた。できることからコツコツとやっていきたい。
- ・なるべく多くの方に情報が伝わるようがんばりたい。
- ・健康で働きやすい環境作りを心掛けたい。
- ・健康経営に取り組みたいとの思いは以前よりありましたが、具体的なアクションにまでは至っていませんでした。しまね☆まめなカンパニーへ登録した事で、何を目標として取り組むのかが明確になった。

◆お悩み

- ・ずっと継続していますが、やる意味を全く感じないまま。
- ・職員の健康づくりに対し、メールマガジンの事業所への配信、社内報に健康づくり情報として腰痛予防など情報を発信しましたが今一つ広がりを感じている。



しまね☆まめなカンパニー取り組み事例をご紹介します

- ・別紙「しまね☆まめなカンパニー 取組事例（抜粋版）」をご覧ください
- ・数値評価するなら、各種健診の受診率などはデータ推移を追えるのでおすすめです