

医療法人いきいきクリニック



所在地:松江市
社員数:36名(9月末現在)

圏域会長賞を受
賞されました！



活動の経緯・目的

活動の目的:健康を意識した取り組みを実践し、体調の好転を実感して欲しいと思っています。

活動の経緯:活力ある職場環境を構築しようと、健康経営に取り組み始めたことから意識するようになりました。

横木理事長様(中央左)、早水事務長様(左)
武田様(中央右)、松江保健所副所長(右)

取組を紹介します！

栄養・食生活

月に1度お弁当支給、食事・栄養管理アプリ(外部業者提供)の利用が可能

運動

始業前に全員で毎日ラジオ体操を実施
運動機会増進アプリ(外部業者提供)の利用が可能

たばこ対策

ストレスチェック実施(年1回)、メンタルサポート電話相談窓口の設置(外部業者)

健診・検診

乳がん・子宮頸がん検診の費用補助、事業所内にがん検診啓発ポスターを掲示

健康づくり

多目的に利用可能な厚生費の補助(1万円/年)、
血管年齢&ベジチェック測定会の実施(2023)、健康づくりメールマガジン配布
(メール)、職員・家族参加のBBQ大会(毎年2回程度)、健康習慣アンケートの実施、
生命保険会社による健康経営セミナーの実施(2024)



活動の成果

上記のように様々な活動を提供することにより職員の満足度が上がるよう努めています。

エム・コーテック株式会社



富山CEO様(左)、松江保健所副所長(右)

所在地:松江市
社員数:22名(9月末現在)

圏域会長賞を受
賞されました!



活動の経緯・目的

活動の目的:健康に意識してもらい、元気に長らく働くことのできる環境を整えています。

活動の経緯:社員が働きやすい職場の構築を考えた時、まずは喫煙による健康リスクや副流煙が周りの人に悪影響だという意識付けから始めました。

取組を紹介します!

たばこ対策

- ①事務所内禁煙及び社有車の全面禁煙の実施
- ②副流煙に関する勉強会
- ③非喫煙者への健康奨励金支給
- ④禁煙外来費用の支援
- ⑤経産省『けむいもん』などホームページで受動喫煙対策事例を掲載して自覚を持たせ意識向上を図っている

食の取組

しまね☆まめなカンパニーの健康づくり情報メルマガの共有

運動

毎朝のラジオ体操を実施

メンタルヘルス対策

メンタルヘルス研修会を受講し知識を深め社内に水平展開を図っている

両立支援

時間単位の年次有給休暇の取得が可能

健康づくり

健康習慣アンケート(年1回)を実施し、問題点の抽出

活動の成果

★取組当初の喫煙率は約90%であったが、現在は65%に減少しています。
(非喫煙者は当初が1人で現在8人に増加)

★たばこ対策に取り組んだことで離職率の低下・定着率の向上、職員のコミュニケーションの向上が図れるなど、職場環境の快適性は高まっています。また、他の健康意識も相乗効果で向上しており、確実に生産性は上がっています。



カナツ技建工業株式会社

所在地:松江市
社員数:268名(9月末現在)



圏域会長賞を受賞
されました！



金津社長様(中央)、福井マネージャー様(左)、松江保健所副所長(右)

活動の経緯・目的

活動の目的:時間や場所を選ばないeラーニングで、誰もが気軽に学び、ストレスや健康と向き合うスキル習得を目指しています。

活動の経緯:社員の心身の健康が企業成長に不可欠と認識しており、当社でも社員の健康支援を推進し、特に「心の健康」の重要性を重視したためです。

取組を紹介します！

メンタルヘルス対策

- ◆心の健康の基礎知識やセルフケア実践法を学び、ストレス軽減とポジティブ思考を育む
- ◆コミュニケーションスキル向上を図る
- ◆短時間モジュール形式で、スマホからも手軽に学習が可能
- ◆LMS内でスキルやノウハウも発信し、ログインを促している



活動の成果

- ★社員のストレス軽減等に貢献し、休職率低下や生産性向上につながっています。
- ★職場環境を改善し、企業の魅力向上と人材定着にも寄与し、健康経営を推進しています。

株式会社ひろせプロダクト



鉄本取締役様(中央)、鉄本様(左)、
松江保健所副所長(右)

所在地:安来市
社員数:21名(9月末現在)

圏域会長賞を受
賞されました!



活動の経緯・目的

当社では、社員一人ひとりが健康でいきいきと働ける職場を実現し、「健康で長く働ける会社づくり」を目指しています。高齢社員の身体的負担の増加や健康トラブルの発生を背景に、身体面・精神面の両面から健康を支える職場環境の整備を進めるとともに、働きやすさ・働きがいの向上による人材定着と業績向上にもつなげます。

取組を紹介します!

身体面の健康づくり

- ・年1回の健康診断とフォローアップ検査の推奨 ・付加健診、女性特有がん検診の全額費用負担
- ・血圧計・体組成計の常設
- ・食生活サポートアプリ導入、食育指導、疲労回復に配慮した食事の情報提供
- ・「オフィスで野菜」導入による栄養改善
- ・ひろプロスポーツ部を結成し、月1回活動、ストレッチ指導、ランチタイムチャレンジ、ラジオ体操(午前・午後)



メンタルヘルス

- ・年1回のストレスチェック(受検率100%)・メンタルヘルス研修・ハラスメント研修の定期開催
- ・定期的な職場環境アンケートの実施と改善アクション・保健師による相談サポート

働き方改革・制度面

- ・有給休暇取得率向上(70%以上を目指す)・時間単位有給制度(上限なし)
- ・看護・介護休暇の有給化・治療と仕事の両立支援・子育て・育孫応援休暇(独自制度)
- ・キッズスペース付き ワーキングルーム(WithRoom)の設置
- ・時間外労働の削減(月平均残業ゼロを継続)・BCPの策定、熱中症・花粉症対策、アシストスーツ等による身体の負担軽減・リカバリー支援(社内ストレッチ、社内マッサージ)

活動の成果

- ・健康診断の受診率が100%となっています。
- ・保健指導100%の実施により、疾病の早期発見・重症化の予防につながっています。
- ・ストレスチェックや研修によって、メンタル面での不調の早期対応が可能となっています。
- ・身体的負担の軽減や作業効率の向上により、時間外労働は平均ゼロを達成し、継続中です。
- ・健康意識の向上と職場の雰囲気づくりにより、欠勤や体調不良による離脱が大幅に減少しています。
- ・柔軟な制度設計と支援制度が評価され、中途採用後の定着率や社員満足度が向上しています。
- ・子育て・育孫支援の特別休暇制度が注目され、採用活動・社外広報にも好影響を与えています。
- ・これらの取組が評価され、2025年3月には健康経営優良法人(ブライツ500)を初取得しました。

松江土建株式会社

所在地:松江市
社員数:196名(9月末現在)

圏域会長賞を受
賞されました！



活動の経緯・目的

活動の目的:社員一人ひとりの健康が会社全体の生産性や活性化に深く関わっていると考え、働きやすくいきいきと活力あふれる職場環境づくりを目的に取り組んでいます。
活動の経緯:社員の健康を経営の重要な課題と位置づけ、社員一人ひとりの健康に対する意識づけや会社全体での支援と環境づくりを行い、生産性や職場環境の向上が見られました。

小川係長様(中央)、新宮主任様(左)、
松江保健所副所長(右)

取組を紹介します！

栄養・食生活

外部講師による健康づくり講演会の開催

運動

始業前のラジオ体操実施、ちよいトレの推奨、社内ボウリング、ゴルフ大会の開催

たばこ対策

本社喫煙室の削減(3か所→1か所)

休養・心の健康づくり

ストレスチェック、社内外へ相談窓口設置、ハラスメント研修会開催、
ノー残業デー実施

各種健診

検診費用の会社負担、一部がん検診費用補助、二次検診の推奨

両立支援

治療のために柔軟な休暇取得が可能

活動の成果

健診受診率100%はもとより健診後に再検査対象者への二次検診の推奨を行い、受診結果報告書の提出を促すことにより再検査率が向上しています。

