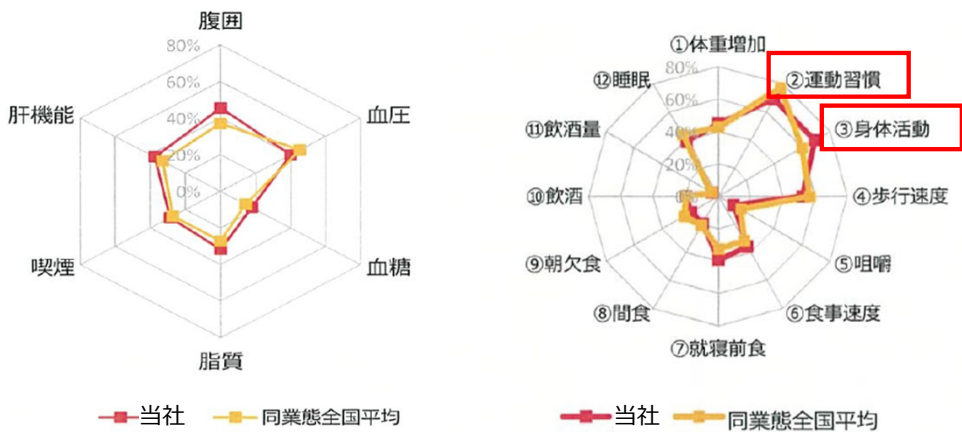


3-2. 健康課題の特定と対策（1 / 2）

■ 活用データ

協会けんぽ あいちとのコラボヘルスにて提供いただく「ヘルスアップ通信簿」

2024 （割合は小さいほうが良い状態です）



■ 分析結果

2022～2024年の評価においては、同業全国平均と比較して顕著な差異はありませんでした。しかし、運動習慣や身体活動については全国平均同様、当社においても他項目に比べて低い結果となりました。

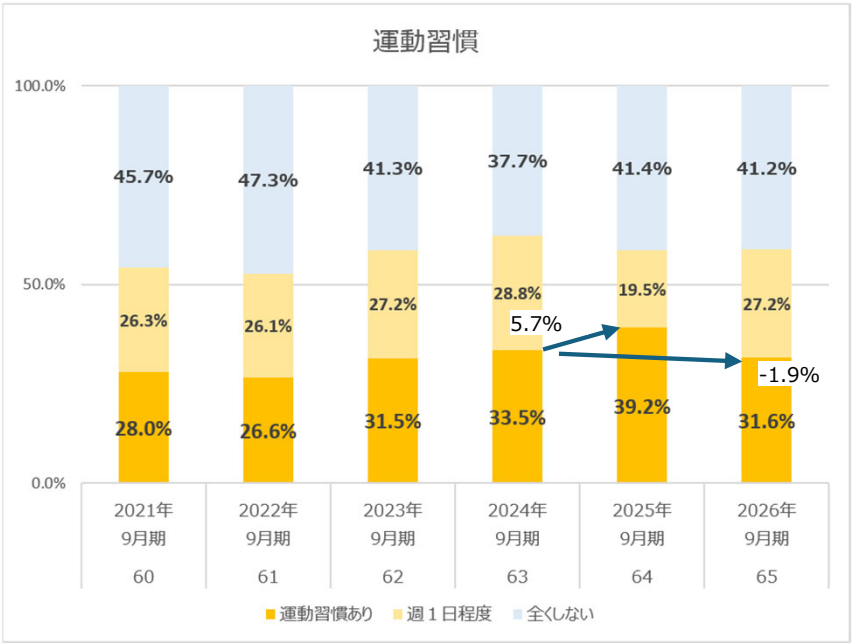
■ 特定した課題 運動習慣、身体活動の向上

■ 対策

運動がもたらす効果を啓蒙し運動への意識を高める他、運動時間を確保するため時間外労働の削減に取り組みました。
また、行動変容を後押しするため、スポーツジム等の費用補助（カフェテリアプランの導入）も行いました。
（詳細は取り組み一覧をご参照ください）

■ 対策結果

＜評価方法＞
社員への健康に関するアンケートにて、「軽く汗をかく運動（ジョギング・スポーツ・ウォーキング等）を週どのくらい実施していますか。※30分以上」において、「週2日以上」の回答を運動習慣ありと評価。



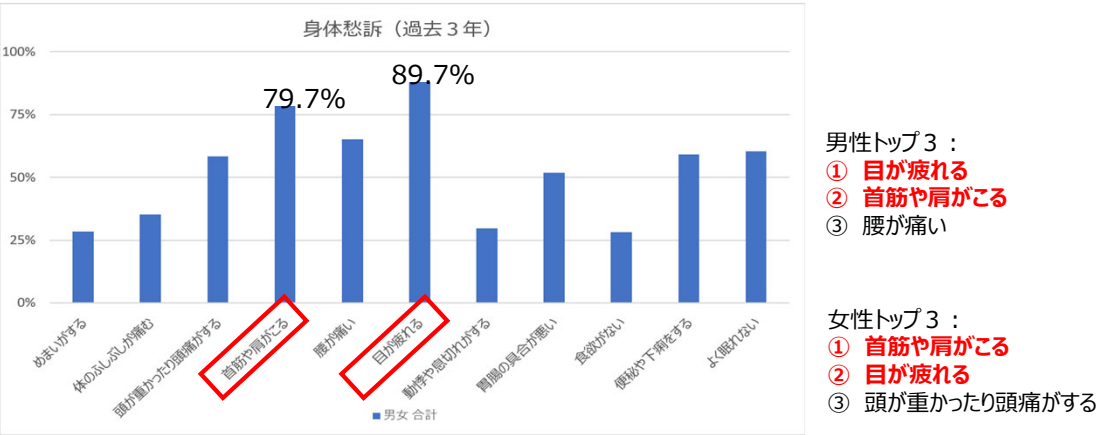
＜評価結果＞
グラフの通り、費用補助（カフェテリアプラン）を開始した2025年9月期には、運動習慣のある社員比率が5.7point上昇するも、残念ながら、2年目には2年前より1.9point下がる結果となりました。

また、全く運動しない社員の割合も高いままであることから、多くの社員にとって、“運動”は抵抗があると考えられます。今後は、歩数を増やすことに取り組み、身体的活動量を増やすところから再スタートします。

3-2. 健康課題の特定と対策（ 2 / 2 ）

■ 活用データ

産業医および精神保健福祉士（ストレスチェック実施者）から提供される「ストレスチェック集団分析データ」



■ 分析結果

身体愁訴として、男女ともに「目が疲れる」「首筋や肩がこる」と感じる社員が多い*ことが分かりました。

目が疲れる・・・89.7%
首筋や肩がこる・・・79.7%

*ほとんどいつもあった、しばしばあった、ときどきあったと回答した社員の合計割合

■ 特定した課題 目の疲れ、肩首のこりの解消

■ 対策

今後、社員の平均年齢が上昇することを考慮すると、身体疲労への対策は継続的に出来る施策が良いと考えました。そこで、社内にマッサージ室を開設し、就業時間の合間や就業後に、ヘルスキーパー（企業内理療師）によるあん摩マッサージ指圧の施術を受けられるようにしました。当社の役員や社員だけでなく、常駐する協力会社の社員や派遣社員にも無料で施術を行っています。

■ 対策結果

<評価方法>

社員向け健康アンケートにおいて、マッサージ室利用者のうち「目の疲れ」「首筋や肩のこり」の愁訴があった社員を対象に、「初めて施術を受けた日から現在までの間に、症状に何か変化がありましたか」と質問。「解消した」「軽快した」「改善なし」の3段階で回答を収集。解消した、軽快したの回答を効果ありと評価。

<評価結果>

高い割合の利用者が、効果を感じる結果となりました。

	目の疲れ	首筋や肩の凝り
解消した	10.3%	17.7%
軽快した	50.6%	73.4%
合計	60.9%	91.1%

<参考結果>

稼働率	利用率	満足度
64.9%	55.3%	4.9/5.0

今後は、ストレスチェック集団分析データにおける数値が改善するかもモニタリングしながら、施術内容の改良を図っていきます。