

## 健康経営宣言

医療法人社団生光会は、「働く人とその家族の健康の保持・増進」を理念とする労働衛生機関であることから、労働衛生サービスを通じて社会の安定に寄与するため、当法人自らが従業員等の健康保持・増進を図り、職場環境の改善および従業員等の幸福を追求することを宣言致します。具体的な行動計画は、健康経営推進担当者等を中心に策定、実行することとし、従業員等の健康保持・増進および職場の環境改善に真摯に取り組むことと致します。

### 【健康経営推進活動(2020年度)】

#### 1. 理念の発信と体制構築

- (1) 健康経営の理念や活動実績を説明(年1回)
- (2) 新体制の構築(基本方針の発出)、健康経営推進担当者の指名による組織の活性化
- (3) 各施設の健康管理責任者との連携、情報共有を強化
- (4) 常勤理事会(年12回)、安全衛生委員会(年12回)等で状況を報告

#### 2. 従業員の健康課題の把握と分析

- (1) 健康診断受診率100%、二次健診受診率100%、ストレスチェック受診率100%継続
- (2) 健康診断時期の再考
- (3) 生活習慣データ、プレゼンティーズム(不調状況)を調査(年1回)
- (4) 健康診断結果データの分析(年2回)
- (5) 健康診断結果、生活習慣データ、ストレスチェック結果をクロス分析(年1回)

#### 3. 環境の整備

- (1) 健康管理システムの新規導入
  - (2) ヘルスリテラシー(健康を決める力)の向上
    - ①産業医の講話または情報発信(年2回)
    - ②保健師等の健康コラム発信または保健師の健康セミナー(年12回)
    - ③保健師等の女性対象健康コラム発信(年2回)
    - ④管理職対象の健康保持・増進施策教育(年1回)
  - (3) ワークライフバランスと過重労働対策
    - ①「No 残業 Day」の導入(週1回曜日設定)
    - ②有給休暇取得推進(夏季または年末年始の5日以上連続休暇の奨励)  
※平均有給休暇取得率/年の実績：2018年度63.8%⇒2019年度71.0%
    - ③労働時間の正確な把握と疲労蓄積度チェックリストのオンライン実施勧奨
      - ・健康管理システムを活用した部外専門家への相談窓口開設
      - ・チャット相談指導開始、部内外の相談窓口を選択できる環境の整備
- ※2019年度の過重労働者(残業45時間/月以上)実績：17.0%
- (4) 職場の活性化
    - ①風土醸成活動
      - ・経営陣と現場スタッフとの交流会等開催(年4回)
      - ・施設や職種を超えたコミュニケーションの奨励と交流会等の実施
    - ②職場活性を目的とした研修・セミナー等の実施および情報発信(従業員全員対象、通年)
    - ③職場復帰・両立支援(従業員全員対象、通年)
      - ・健康管理システムによる休職者とのコミュニケーションを強化
      - ・女性対象育児と仕事の両立支援体制の強化および実績集計の実施

・心身の健康増進を目的とした研修・セミナー等の実施および情報発信

#### 4. 健康増進実行支援

##### (1) 保健指導

- ①健康管理システムを活用し、健康診断結果を基にハイリスク者をフォロー
- ②特定保健指導の実施推進

##### (2) 感染症、疾病予防

- ①インフルエンザ予防接種補助および社内実施、就業時間認定等の配慮
- ②熱中症対策
- ③新型コロナ等感染症対策
- ④感染症抗体価の検査実施および罹患管理等の整備

##### (3) 運動習慣の増進

・健保主催イベント「歩け歩け運動」「健康増進ゴルフ大会」等の参加推奨(9/1～11/30)

##### (4) 食生活改善の推進

- ①血糖値、脂質異常症等の改善に向けた食生活に関する内外部の専門家からの指導
- ②健康管理システムによる相談窓口開設・相談環境の強化

##### (5) 睡眠の改善

- ①睡眠により十分な休養が取れている人の割合：2019年度 55%【2020年度目標：60%】
- ②昼休憩時間の活用の工夫推奨

##### (6) 禁煙

- ①喫煙者への継続的保健指導と禁煙外来治療の推奨
- ②就業時間中敷地内全体での禁煙を社内制度化継続

※喫煙率実績：2018年度 9.6%⇒2019年度 8%【2020年度目標：6%】

#### 5. メンタルヘルスケア

##### (1) 健康管理システム導入によるストレスチェック(年2回)と集団分析の実施

- ①高ストレス者フォロー体制の強化
- ②外部相談窓口の新設とチャットによるリアルタイム相談対応ができる環境の整備
- ③従業員参加型の職場改善環境活動の実施(部署科等計画)
- ④従業員向け、管理職者向けのメンタルヘルスケア研修等の実施(通年)

### 【健康経営の成果】

#### 1. 生活習慣改善目標の進捗状況

- (1)適正体重維持者(BMI)比率：2019年度 67.0%【2020年度目標：70%】
- (2)運動習慣比率：2019年度 21.4%【2020年度目標：25%】
- (3)1日あたりの睡眠時間が6時間以上の従業員比率：2019年度 55.4%  
【2020年度目標：60%】
- (4)喫煙率：2019年度 8.0%【2020年度目標：6%】
- (5)高血圧未治療者比率：2019年度 3.7%【2020年度目標：0%】
- (6)血圧リスク者比率：2019年度 1.8%【2020年度目標：1.0%】
- (7)糖尿病管理不良者比率：2019年度 0%【2020年度目標：0%】

#### 2. 労働生産性

2018年度 1819万円⇒2019年度 2314万円

#### 3. 一人当たりの医療費(健保組合調べ)：2019年度 25,208円