

# 2023年度 健康経営に関する取組状況



葵機工株式会社

# 健康経営のためのKPI（年度別目標値）



## 受診率向上

	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	2023年度目標	2028年度目標
健康診断受診率（毎年10月実施）	100%	100%	100%	100%	100%	100%
ご家族の健康診断受診率	43.5%	36.0%	43.5%		45%	80%
がん検診受診率	98.7%	99.0%	95.7%	98.8%	100%	100%
（胃がん）	95.0%	96.0%	95.2%	95.2%	100%	100%
（肺がん）	100%	100%	100%	100%	100%	100%
（大腸がん）	100%	100%	100%	100%	100%	100%
（乳がん・子宮がん）	100%	100%	87.5%	100%	100%	100%
二次検診受診率			43.2%	93.2%	100%	100%
特定保健指導受診率	-(※2)	13.3%	53.3%	92.3%	100%	100%
ストレスチェック受診率	100%	100%	100%	100%	100%	100%
インフルエンザ接種率（※1）	100%	100%	100%	100%	100%	100%

（※1）薬物アレルギーの為、未接種者1名除く

（※2）新型コロナ感染症まん延予防措置の為、実施なし



## 生活習慣病リスク低減

肥満リスク保有率	32.1%	44.6%	40.0%		39.5%	30%以下
血圧リスク保有率	35.9%	41.9%	42.5%		42.0%	35%以下
代謝（血糖）リスク保有率	16.7%	14.9%	15.0%		14.5%	10%以下
脂質リスク保有率	21.8%	21.6%	25.0%		24.5%	20%以下
喫煙習慣率	25.6%	24.3%	22.5%		22.0%	20%以下



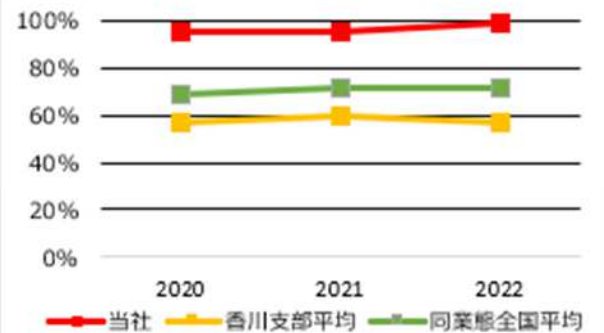
## 運動機会の増進

ラジオ体操実施率	100%	100%	100%	100%	100%	100%
ウォーキングアプリ導入率				34.2%	45%	70%
社内健康づくりイベント参加率				68.7%	70%	80%
運動に関する社内イベント参加率				17.8%	50%	70%

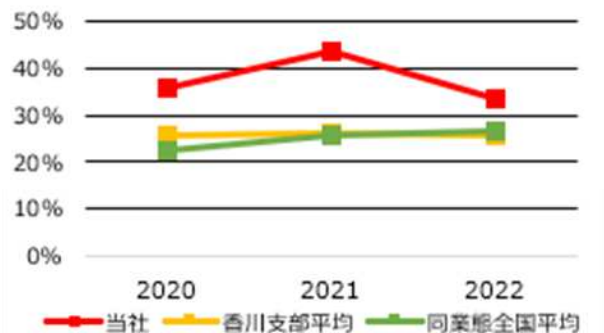
# 健診・特定保健指導の状況

## 健診の実施状況

特定健診(生活習慣病予防健診及び事業者健診)受診率			
年度	当社	香川支部平均	同業態全国平均
2020	95.7%	57.0%	68.9%
2021	95.8%	60.1%	71.6%
2022	98.7%	57.3%	72.0%

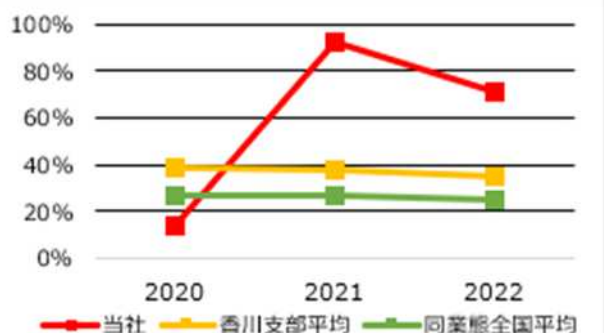


家族(被扶養者)の健診受診率			
年度	当社	香川支部平均	同業態全国平均
2020	36.0%	25.7%	22.4%
2021	43.5%	26.3%	25.6%
2022	33.3%	25.7%	26.7%

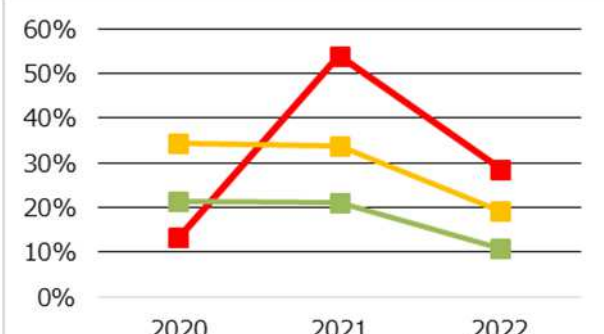


## 特定保健指導の実施状況

特定保健指導実施率(初回)			
年度	当社	香川支部平均	同業態全国平均
2020	13.3%	38.7%	26.5%
2021	92.3%	38.0%	26.9%
2022	71.4%	35.1%	24.7%



特定保健指導実施率(評価)			
年度	当社	香川支部平均	同業態全国平均
2020	13.3%	34.4%	21.4%
2021	53.9%	33.7%	21.2%
2022	28.6%	19.2%	10.9%



# 労働環境の推移

## 時間外労働

年度	2019	2020	2021	2022
平均残業時間（月）	13.7	4.5	4.5	3.8

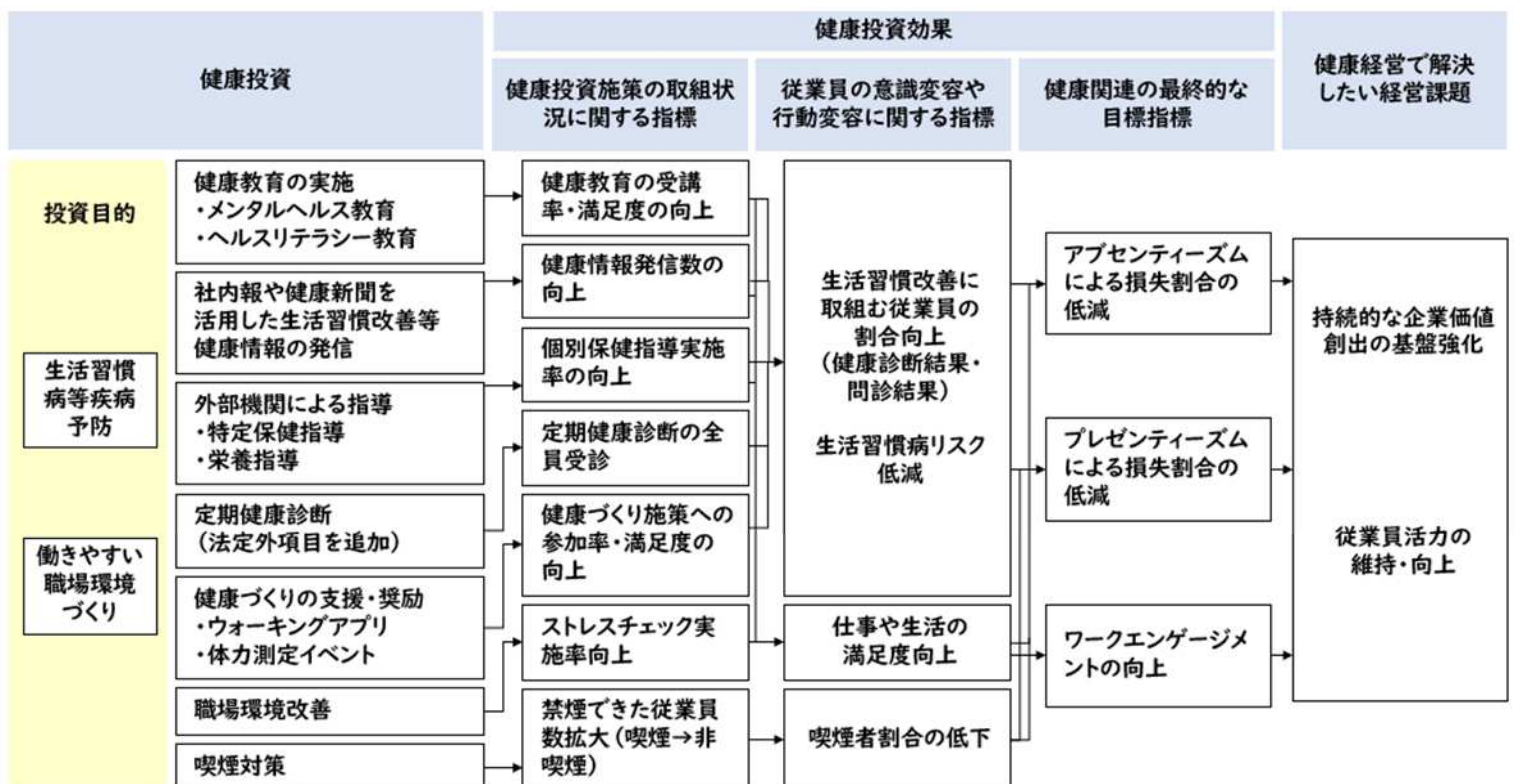
## 離職率

年度	2019	2020	2021	2022
離職率	6.2%	1.9%	2.9%	1.8%
（うち 新卒離職率）	0%	0%	0%	0%

## 有給休暇取得率

年度	2019年度	2020年度	2021年度	2022年度	全国平均 <small>（100～299人企業）</small>
平均取得日数（日）	7.45	10.1	9.8	10.6	9.2日
取得率（%）	46.0%	58.5%	55.8%	60.0%	55.30%

# 健康経営 戦略マップ<sup>o</sup>



# 健康管理に関する取組状況

## 実施項目 1.健康診断受診率100%（継続中）

毎年10月に全従業員（パート社員含む）の健康診断費用を会社で全額費用負担し、勤務時間内に実施することにより、受診率100%を継続しています。  
また、がん検診も全額費用負担することにより、病気の早期発見に努めています。  
特に40歳以上の従業員への肺がん検診は、従来のX線での検診ではなく、より高精度のCT撮影での検診に変更させることにより、より詳しい検査結果が得られています。

## 実施項目 2.二次検診の受診勧奨

毎年10月の健康診断結果を受けて、二次検診の受診対象者には、口頭での勧奨だけでなく、「再検査指示書」を手渡し、受診結果を報告してもらうことにより、更なる受診勧奨に努めています。

## 実施項目 3.特定保健指導の受診勧奨

毎年10月の健康診断結果を受けて、特定保健指導の受診対象者には、勤務時間内に会議室を提供し、特定保健指導の受診を勧奨し、健康管理に努めてもらっています。  
また、愛媛県の大洲工場での対象者は、会議室を提供し、WEBでの受診を勧奨します。

## 実施項目 4.ストレスチェック受診率100%（継続中）

毎年7月に外部機関に依頼して全従業員対象にストレスチェックを実施しています。仕事上の不安や悩みを抱える人のための相談窓口を、社内外に設置しています。また、産業医と連携を取りながら、気軽にカウンセリングを受けられるサポート体制を構築しています。

## 実施項目 5.インフルエンザ予防接種率100%（継続中）

毎年10月に医療機関に依頼して、勤務時間中に医療スタッフに来社していただき集団での接種をお願いしております。また、接種費用は全額会社負担にすることにより、接種しやすい環境づくりと、インフルエンザ感染の罹患率低減に努めています。

## 実施項目 6.ラジオ体操の実施

運動機会増進の取組の一環として、毎朝朝礼前にラジオ体操の実施をしております。また、作業中には顔を合わせる事のない従業員同士のコミュニケーションづくりにも役立っています。

## 実施項目 7.健康に関するセミナーの実施

健康意識の高揚への取組として、社内で健康に関するセミナーを開催します。セミナー終了後には、アンケート調査を実施し、満足度や意見聴取をしています。

## 実施項目 8.健康新聞の発行（毎月）

コミュニケーションの促進に加え、健康意識の高揚を図ることを目的として、月一回、健康新聞を発行し、全従業員に回覧して情報を共有しています。

# 健康管理に関する重点取組目標と中間報告

## 重点目標 1. 役員より全従業員に向けて、会社の本気度を表明

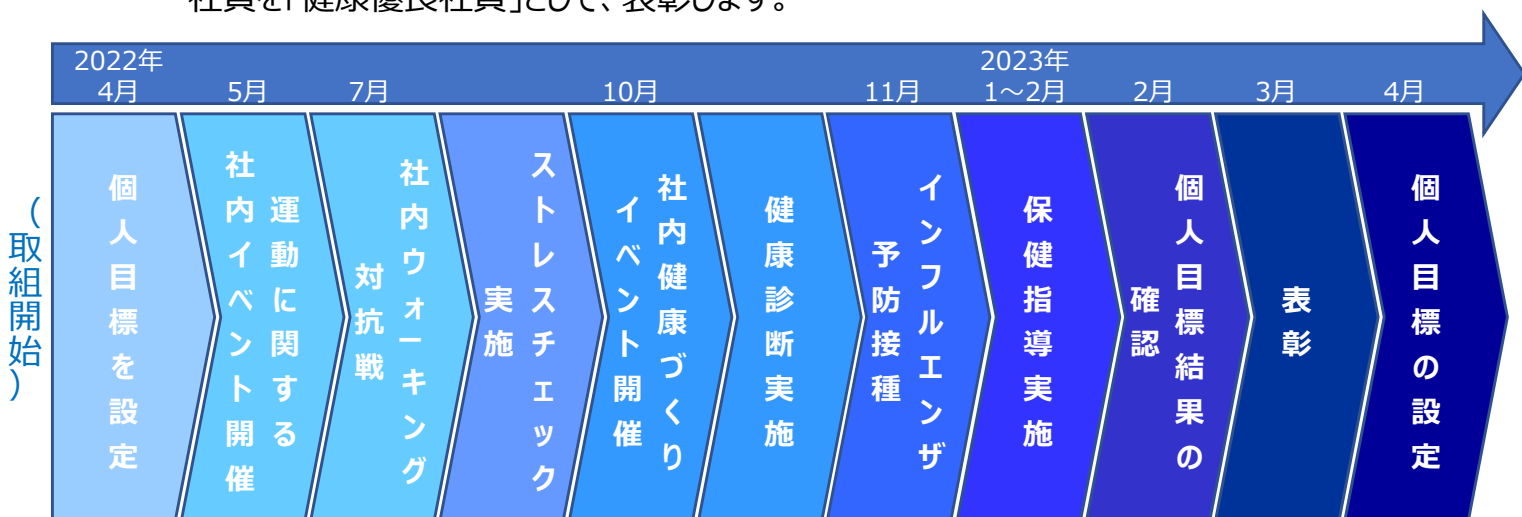
毎年開催される、経営方針発表会にて、役員より全従業員に向けて、健康経営の必要性を改めて説明しました。

また、年度初めに個人目標管理表に、健康経営についての個人目標を、1項目入れ、更なる意識づけを行いました。

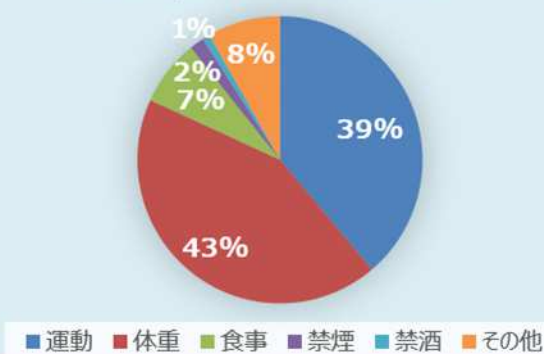
## 重点目標 2. 社員自らの目標と設定、その努力を会社全体でサポートします

毎年4月に健康に特化した部門（ウォーキング・ストレッチ・ダイエット・禁煙・その他）での個人にあった目標を設定してもらい、励まし合いながら目標達成に向けて取り組んでもらうことにより、コミュニケーションの促進と、運動機会の増進を図ります。

また、各自の取組をサポートするとともに、全ての取組をポイント化し、ポイントが最も高かった社員を「健康優良社員」として、表彰します。

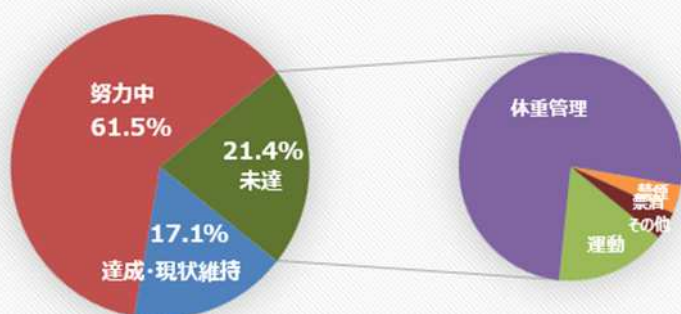


個人目標分布図(2023年4月)



2023年4月に設定した個人目標の分布を見ると、体重管理や運動に関するものが82%でした。当社の肥満リスク保有者が約40%であることに對して、体重管理を目標にしている割合がほぼ同数の43%となっています。

個人目標中間報告(2023年9月)



個人目標の中間報告を集計した結果、達成が17.1%、努力中と未達の合計が82.9%でした。未達の内訳を見ると、体重管理と運動についての目標達成に苦戦を強いられていました。引き続き、目標達成に向けサポートしていきます。

## ①運動に関する社内イベントの具体的開催内容

ウォーキングアプリの導入・・・携帯電話に香川県が運営するウォーキングアプリ（マイチャレ香川）をインストールしてもらうことにより、企業内でのウォーキング順位が「見える化」されることにより、コミュニケーションの促進と、運動機会の増進を図ります。

### 運動に関する社内イベント開催内容

実施年度	内容	参加率	満足度（5段階）
2022	しまなみ海道サイクリング大会	17.8%	4.8
2023	ボウリング大会	38.7%	4.6
2024	運動会（予定）		



しまなみ海道サイクリング大会



ボウリング大会

## ②社内ウォーキング対抗戦の具体的開催内容

ウォーキングアプリの導入・・・携帯電話に香川県が運営するウォーキングアプリ（マイチャレ香川）をインストールしてもらうことにより、企業内でのウォーキング順位が「見える化」されることにより、コミュニケーションの促進と、運動機会の増進を図ります。

### 7月度歩数ランキング発表

1	まっちゃん	704,860歩
2	のびのびた	482,566歩
3	辛山	368,805歩
4	河豚	342,040歩
5	魚周陽	335,681歩
6	かずず	335,229歩
7	ぶっち	328,478歩
8	ぶちよう	321,648歩
9	もと	314,583歩
10	K	309,258歩

2023年7月に、マイチャレ企業対抗戦にあわせて、社内ウォーキングイベントを開催しました。参加者一丸となり、励まし合って取組み、1ヶ月の歩数ランキング上位者には、CokeONチケット（ドリンクチケット）を配布しました。また、7月度の月間企業ランキングは、168社が参加する中で25位と大健闘を納めました。

### アンケート結果

- ・暑い日が続きあまり歩けませんでした
  - ・次回はもっと頑張りたい
  - ・歩数を意識する良い機会になりました
- 等々

## 健康づくりイベントの具体的開催内容②

テーマ 【自主健康づくりへの楽しい参加型イベント】 ～測定する・現状を知る・改善への行動へ～

- 目的
- 自主健康づくりへの意識を高める体験型動機付けとする
  - 健康づくりを「している」から「している」への意識の変更

内容 香川産業保健総合支援センター様より「血圧計・握力計・体組成計」  
香川県栄養士会様より「骨密度測定機・血管年齢測定機」  
香川県運動推進協会様より「長座体前屈測定機」  
をそれぞれお借りして、測定。  
測定結果をグラフ化することにより、経年変化を「見える化」し、健康意識の高揚を図る。



10月の「ピンクリボン月間」にあわせて、乳癌触診体験をしてもらい、乳がんの早期発見・早期治療を促しました。また、妊婦体験をってもらうことにより、助け合う事の第切さなどを考えてもらいました。

健康項目	測定項目	2023年3月	2023年7月	2023年10月
肝臓	ALT (U/L)	18	18	18
	AST (U/L)	12	14	14
	γ-GTP (U/L)	18	18	18
	胆石	0	0	0
腎臓	血清クレアチニン (mg/dL)	0.7	0.8	0.8
	eGFR (ml/min/1.73m <sup>2</sup> )	104	101	100
	尿蛋白 (mg/24h)	0	0	0
	尿糖	0	0	0
血糖	空腹血糖 (mg/dL)	104	104	104
	HbA1c (%)	5.7	5.7	5.7
	糖化アルブミン (%)	5.7	5.7	5.7
	尿糖	0	0	0
血圧	収縮圧 (mmHg)	104	104	104
	拡張圧 (mmHg)	64	64	64
	脈圧 (mmHg)	40	40	40
	脈波速度 (m/s)	5.7	5.7	5.7
骨密度	腰椎 (T4-L4)	0.85	0.85	0.85
	股関節 (Femoral Neck)	0.85	0.85	0.85
	腕関節 (Forearm)	0.85	0.85	0.85
	全身 (Total)	0.85	0.85	0.85
握力	左 (kg)	25.4	25.4	25.4
	右 (kg)	25.4	25.4	25.4
	握力指数 (kg/cm <sup>2</sup> )	25.4	25.4	25.4
	握力指数 (kg/cm <sup>2</sup> )	25.4	25.4	25.4
体組成	体重 (kg)	62.0	62.0	62.0
	体脂肪率 (%)	21.4	21.4	21.4
	筋肉量 (kg)	40.6	40.6	40.6
	骨量 (kg)	3.4	3.4	3.4
BMI	BMI	25.4	25.4	25.4
	BMI	25.4	25.4	25.4
	BMI	25.4	25.4	25.4
	BMI	25.4	25.4	25.4



基準値から外れた測定数値は背景を赤く表示することにより、自主健康づくりへの改善意識の高揚を図る。

定期的な体力測定を実施した事で、自分の健康状態を数値で認識し、意識的に改善した結果が、データで明らかになっています。(全体の3ヶ月毎平均値)



# 1 個人の「やる気🔥」にコミットする仕組み

## (1) 集合型運動研修で運動の動機付け

**筋肉がつくと基礎代謝がUPしやせ体質になるよ**

**体が柔らかくなると肩こりや腰痛が緩和するよ**



## (2) 健康課題に応じた動画を個別配信



スキマ時間にスマホで**5分**だけ

## (3) 体力診断で効果を確認

続けていれば必ず伸びるので**楽しい!**



**健康体力カルテシステム Ver.1.0** ID: 055  
 所属: 〇〇〇〇 〇〇〇〇 〇〇〇〇  
 今回の健康目標「肩こり改善」

**【健康体力情報】**  
 あなたの健康体力情報①「健康体力年齢」  
 【今回R5.1.15】 **32**才 / 【前回R4.8.31】 **35**才 / 【前々回R4.4.20】 **35**才

健康体力が4.7%も伸びているとは驚いた。見えないところで努力をしてきたんだね。いや、素晴らしい。あとで私の部屋に来てくれないか？大事な話がある。 **社長**

**あなたの健康体力情報②「健康体力伸び率と健康体力値」**

健康体力伸び率	4.7% <b>UP</b>	伸び率	9.0% <b>UP</b>	49g
伸び率	ランク <b>A</b>	柔軟性	18.3% <b>UP</b>	33.5cm
		バランス	-13.1% <b>Down</b>	29秒

**あなたの健康体力情報③「体力値の移り変わり」**

**【体組成情報】**

今回目標体重まで	あと <b>-2.8</b> kg	体重	66.4g	71.0
達成度	ランク <b>B</b>	体脂肪率	23.5%	73.0
		筋肉量	47.5kg	69.0

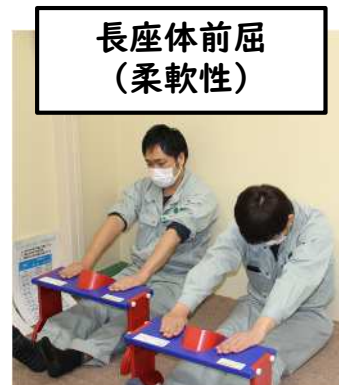
**【移動機能判定（ロコモ度）】**

ロコモ度1 移動機能の低下が始まっている状態です

## 『健康体力診断(6項目の指標)+体組成測定』



体組成測定

握力測定  
(全身筋力)片足立ち  
(バランス)長座体前屈  
(柔軟性)30秒立ち上がり  
(脚筋力)立ち上がりテスト  
(ロコモチェック1)2ステップテスト  
(ロコモチェック2)

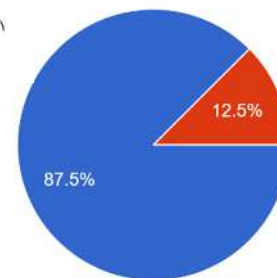
## 健康体力診断アンケート結果

## 本日から改善しようと思う事



今回のイベントについてお聞かせください  
72件の回答

- 有意義である
- どちらとも言えない
- 有意義でない



普段測れない自分の「からだ」を知る良い機会になり、健康意識も高まったと思います。共通の話題も出来たことで、他部署の人たちとのコミュニケーションの場にも繋がりが、有意義な取り組みとなりました。

## 重点目標 3. 傷病の特性に応じた治療と仕事を両立させるための制度を導入

両立支援コーディネーターを配置し、がんなどの反復・継続して治療が必要となる傷病の長期通院に利用できる有給の治療休暇制度を導入し、従業員が安心して働ける職場環境づくりを整備します。

治療と仕事の両立支援制度 利用者数

年度	支援者数	支援中	職場完全復帰者数
2022	2名	1名	1名
2023	1名	1名	

## 重点目標 4. 社員の努力を評価し、表彰します

各自の取組をサポートするとともに、全ての取組をポイント化し、アプリを作成し、ポイントを見える化しました。また、個人の頑張りを毎月発行の健康新聞で紹介し、競争心を煽ります。さらに、年度末にポイントが最も高かった社員を「健康優良社員」として、表彰します。

### ポイント(例)

- マイチャレ参加  
240,000歩/月以上・・・5P/月  
150,000歩/月以上・・・3P/月  
90,000歩/月以上・・・1P/月
- イベント参加・・・・・・・・・・50P
- 健康体カカルテシステム  
上昇率に合わせたポイント
- 健康に関するセミナー受講・・・10P
- サンクスカード・・・・・・・・・・1P/枚



## 重点目標5.自動販売機へのカロリー表示

食生活の改善に向けた取組の一環として、社内自動販売機に健康に配慮した飲料を増やすとともに、飲料1本あたりのカロリーを表示して、普段購入している飲料のカロリーを見える化し、健康に配慮した飲料の選択を促していきます。  
また、熱中症対策として従業員に提供している飲料に、トクホ商品を取り入れ、健康づくりの意識づけを図ります。



### 自動販売機飲料 人気ランキング

単月の売上本数ランキングを表にまとめました

2021年6月 (カロリー表示前)	→	2022年6月 (カロリー表示後)
コーヒー・紅茶 (無糖)	1	コーヒー・紅茶 (無糖) (-179本)
コーヒー・紅茶 (加糖)	2	コーヒー・紅茶 (加糖) (-225本)
エナジー系ドリンク	3	機能性飲料※1 (+24本)
機能性飲料	4	エナジー系ドリンク (-55本)
お茶	5	お茶 (-1本)

カッコ内の数字は、対前年同月比較時の売上本数増減を示す。

※1 健康の保持・増進に役立つとされている成分を含む飲料のこと。

自動販売機に「カロリーを表示する」というちょっとした工夫ですが、従業員から「自身が普段購入している飲料のカロリーが思っていたよりも高く驚いた。健康に配慮した飲料の購入する機会が増えた。」等の声が上がっており、カロリー表示の効果を実感しております。また、コーヒーの購入者が、マイボトルでお茶を持参するようになり、全体の購入本数が減少したことにも驚きました。



**食事で摂取した脂肪に**

後味さっぱりで飲み続けやすい味わい

黒烏龍茶

食事と一緒に飲む

**悪玉(LDL)コレステロールが気になる方に**

心地よい香ばしい香りとおさっぱりとした飲みで、健康的に毎日飲み続けられるおいしさ

伊右衛門プラス

食事に関係なくいつでも

### 熱中症対策用飲料 人気ランキング

2021年度	→	2022年度
スポーツ飲料 26%	1	特定保健用食品 機能性飲料 ↑37%
お茶・水 23%	2	炭酸他飲料 ↑25%
炭酸外飲料 22%	3	お茶・水 ↓13%
炭酸飲料 17%	4	炭酸飲料 ↓12%
無糖飲料 12%	5	無糖飲料 ↓9%
	6	スポーツ飲料 ↓4%

今年度から、新たに特定保健用食品(生理学的機能などに影響を与える保健機能成分を含む食品のこと)を追加しました。スポーツ飲料も栄養機能性食品のスポーツドリンクへ変更しました。また、それぞれの機能や特徴をドアに表示することにより、自身の健康にあった飲料を選ぶ従業員が多かったです。

# 健康に関するセミナー実施報告書

実施月	セミナー名 テーマ	主催	参加人数	セミナー満足度 5段階評価	今後への活用 5段階
2023.3	女性の健康について ～私たちの一生と女性のホルモン～	大塚製薬(株)	29名	5	5
2023.5	令和5年度 高松市禁煙・受動喫煙防止出前講座 ～たばこの害から自分もみんなも守ろう～	高松市	27名	-	-
2023.5	熱中症対策講座 ～これからの熱中症対策について～	大塚製薬(株)	42名	4.5	4.5
2023.6	歯科健康教室 ～歯周病と生活習慣病予防について～	高松市	54名	-	-
2023.8	こころの健康出前講座 ～こころの健康づくりについて～	高松市	37名	3.8	-
2023.9	食育出前講座 ～自身の食生活と健康について考えてみよう～	高松市	30名	4.1	3.9
2023.10	体調管理のコツ出前講座 ～免疫性を高める重要性について～	大塚製薬(株)	36名		
2023.12	ハラスメント防止対策セミナー	香川労働局	名		
2023.2	生活習慣病対策出前講習会	大塚製薬(株)	名		



女性の健康について



熱中症対策講座



食育出前講座



歯科健康教室



# 認定・表彰関係

## 企業認定(健康経営)

認定月 登録月	団体名	名称	認定マーク
2019.05	がん対策推進企業アクション	推進パートナー	
2022.03	経済産業省	健康経営優良法人2022	
2022.11	スポーツ庁	Sport in Lifeコンソーシアム	
2023.02	スポーツ庁	スポーツエールカンパニー2023 + (プラス)	
2023.03	経済産業省	健康経営優良法人2023 プライム500 (中小企業部門)	
2023.06	厚生労働省	ユースエール企業認定 (2023年度)	

## 近年の表彰関係

受賞年月	団体名	受賞名	
2023.02	香川県	かがの働き方改革推進大賞	優秀賞
2023.03	香川県 協会けんぽ香川支部	事業所まるごと健康宣言	知事賞

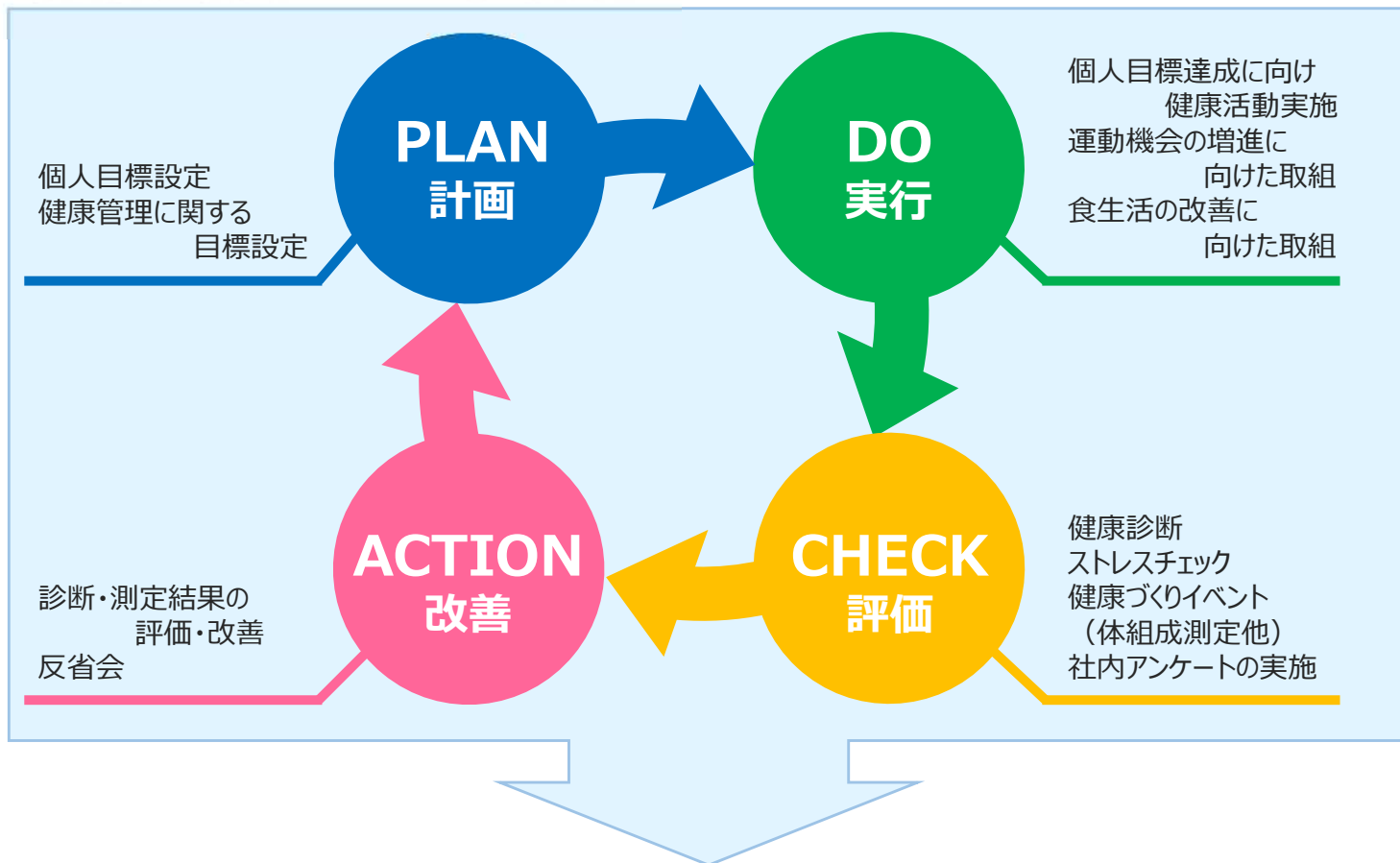
## 近年の講演・取材・視察関係

実施月	場所	講演名 テーマ	主催	登壇者
2022/9/26	産総研四国センター	第5回歩行解析産業研究会 ～葵機工における健康経営の必要性とは～	国立研究開発法人 産業技術総合研究所	常務取締役 山中 治
2023/6/28	朝日生命ビル 3階研修室	令和5年度 産業保健研修会 ～従業員一人一人が 自主的・自発的に取組める仕組みづくり～	香川産業保健総合支援センター	総務部 係長 佐々木弥香
2023/7/24	カ・ル・ア・ン高松 視聴覚室	多様な働き方推進セミナー ～出来る事から始めた 多様な働き方推進に向けての取り組み～	香川県商工労働部労働政策課	常務取締役 山中 治

実施月	場所	視察団体	視察内容
2023/5/24	葵機工(株) 高松工場	香川県議会	社内における健康づくりの取り組み紹介

取材月	メディア	取材内容	URL
2022/06	ビジネス香川	健康経営優良法人2022初認定について	<a href="https://www.bk-web.jp/post.php?id=2610">https://www.bk-web.jp/post.php?id=2610</a>
2022/07	ビジネス香川	「ものづくり」と「健康経営」について	<a href="https://www.bk-web.jp/post.php?id=2642">https://www.bk-web.jp/post.php?id=2642</a>
2022/07	ビジネス香川	自動化、健康経営、女性の活躍など、 働きやすい職場づくり	<a href="https://www.bk-web.jp/post.php?id=2655">https://www.bk-web.jp/post.php?id=2655</a>

# 健康経営のPDCAサイクル



葵機工株式会社は『健康経営』の取組を通じ、今後も、従業員ひとりひとりが健康で幸せな生活を維持できるよう、一丸となって健康推進活動を継続してまいります。

## 健康づくり担当者より

葵機工株式会社は、2022年3月に、経済産業省が認定する「健康経営優良法人2022」に初めて認定され、社長はじめ従業員一同大変喜んでおります。

また、2023年はブライツ500の申請をしたところ、「健康経営優良法人2023ブライツ500」の認定を頂くことができました。

今後も引き続き、従業員が健康で安心して働ける職場環境づくりに積極的に取り組んでいきます。

コロナ禍ということもあり、全員が集まったの活動が難しいところが課題、一人ひとりができる事を大切に、個人目標の取組を継続していきたいと考えています。

目標の達成・未達成に関わらず、生活習慣を見つめ直し、より良い結果に向けて努力することで、従業員一丸となって、健康づくりを進めていきます。

健康経営アドバイザー(認定番号22000133)  
両立支援コーディネーター

佐々木 弥香  
健康経営アドバイザー(認定番号23002164)  
小禄 優美