

「健康づくりチャレンジ企業制度」概要について

1 目的

従業員及び家族の受診促進などの健康づくりに積極的に取り組もうとする企業を「健康づくりチャレンジ企業」として募集・登録し、健康情報の提供、専門人材の派遣等の支援のほか、健康教室や講演会等の活動を実施した場合に補助金を交付することにより、企業と協働して働き盛り世代の健康づくりの取組を支援する。

2 背景

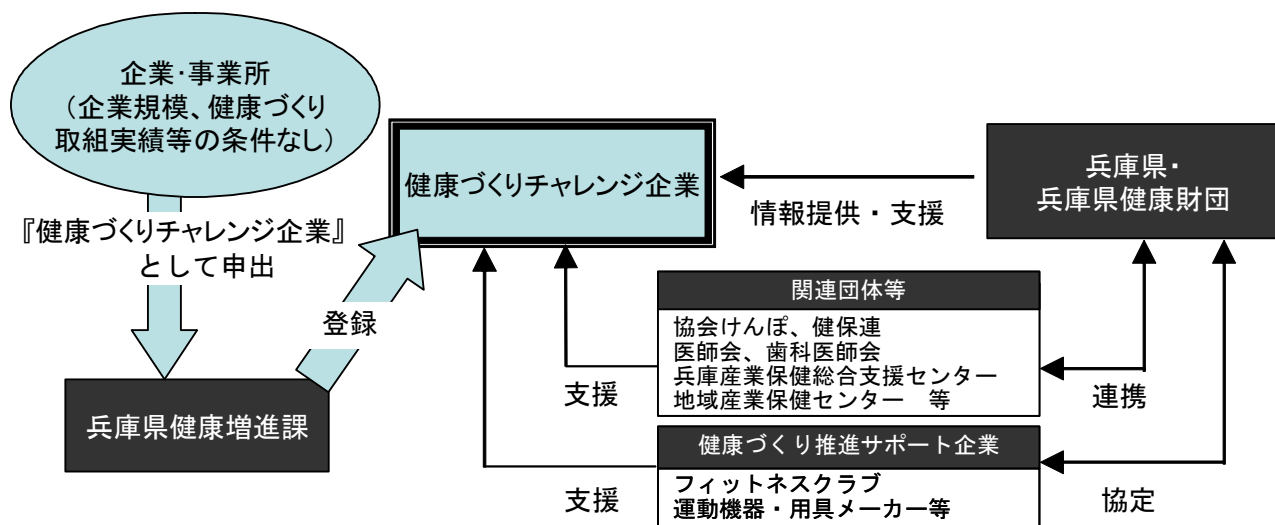
(1) 働き盛り世代の健康課題

- ・ **肥満者** 男性の肥満者割合のピークは働き盛り世代（30～50歳代）
女性も40～50歳代に肥満者割合が急増
- ・ **高血糖・高血圧** 男女とも有所見者が40～50歳代で急増
- ・ **特定健診受診率** 生活習慣病の兆候を発見する特定健診(対象40歳～65歳)の受診率が低い。
特に国民健康保険対象者、中小企業従業員、被扶養者の受診率が低い。
- ・ 特定健診を受診しない理由としては、①必要性を感じない ②時間がない ③面倒だからなど自身の健康状態への自信や忙しさによるものが多い。

(2) 企業の従業員の健康づくりへの意識

- ・ ほとんどの経営者が従業員の健康づくりを重要と考えており（9割以上）、実施した企業では従業員のモチベーションや社内コミュニケーションの向上などの効果を実感。
- ・ しかし、半数の企業が企業として取り組む体制ができていないと認識している。

3 事業概要



「健康づくりチャレンジ企業制度」実績について

(1) 登録要件

- ・県内に事業所があり、従業員及び家族の健康づくりに積極的に取り組む企業
- ・登録時に、「健診の受診状況」と「健康づくりの取組状況」を報告（年度更新）

(2) 登録状況

■登録数 550 社（平成 27 年 9 月末現在）【目標：1,000 社（H25～29）】

① 地域別登録数

地域	神戸	阪神南	阪神北	東播磨	北播磨	中播磨	西播磨	但馬	丹波	淡路	計
件	155	56	29	100	57	40	30	50	17	16	550

② 業種別登録数

種別	建設	製造	情報通信	運輸	卸・小売	金融保険	飲食	医療福祉	サービス	公務その他	計
件	41	133	7	24	49	6	4	96	183	7	550

③ 企業規模別登録数

従業員数	9人未満	10～49人	50～299人	300人以上	計
件	84	200	212	54	550

(3) 健康づくりチャレンジ企業への支援実績

■健康教室や講演会等の開催への補助金

健診の受診促進や健診事後指導等の取組を促進するため、企業による特定健診、がん検診の受診促進や食生活の改善等をテーマとした健康教室等の実施を支援

●助成額：1 件に対し、上限 10 万円（定額）を補助

●補助実績：

区分	H25	H26	H27(9月末)	計
件	31	41	10	82
補助額（千円）	1,870	3,577	359	5,806

■健康スポーツ医の派遣

企業等が開催する健康教室やスポーツイベント等に健康スポーツ医を派遣

●派遣実績：

区分	H25	H26	H27(9月末)	計
講座数	58	50	4	112
受講者数	831	1,168	105	2,104

■勤労者の健康づくり運動施設、機器整備支援事業

運動施設の整備や運動機器の購入を行う場合、最大150～250万円/社を企業に補助

●補助実績：

区分	H26	H27(9月末)	計
件	21	2	23
助成額（千円）	37,445	1,717	39,162

■企業における女性特有のがん検診受診促進事業

企業の従業員及びその被扶養者が受診した乳がん検診(40歳以上)、子宮頸がん検診(20歳以上)費用のうち、自己負担相当額を補助

●補助実績：

区分	H26
対象企業数(社)	11
対象者数(人)	189

■企業のメンタルヘルス等促進事業

【メンタルヘルスチェック等事業】

ストレスチェック（こころのケアセンター）および健康増進プログラム（健康財団）

を利用するチャレンジ企業に、一定額（700円／人）を補助

●補助実績：

区分	H26
対象企業数(社)	6
対象者数(人)	262

【中小企業のメンタルヘルス改善支援事業】

中小企業を対象に、メンタルヘルス対策の取組の促進を図るため、産業カウンセラー

等が各企業に訪問し、研修・相談を実施

●派遣実績：

区分	H26
派遣のべ回数(回) [企業数(社)]	30 [20]

■情報提供

【メールマガジンの発信】

- ・健康づくりに役立つ内容や研修会等の案内を月1回程度、情報発信

<発行実績>

区分	H25	H26
発行回数	13	14

【各企業の活動状況の集約と紹介】

- ・事例集により登録企業の健康づくりの取組状況を紹介
- ・県ホームページ等により情報提供

平成25・26年度の健康づくりチャレンジ企業補助金を活用した取組事例

ア 健診・検診の受診率向上、フォローアップの取組

- ・頸動脈エコー検査により脳・心臓疾患のリスクを評価し、各自の健康状態を解説した上で、生活習慣病予防の健康講話を実施。
- ・従業員の定期健康診断結果について、医師と保健師が経年的に確認し、必要に応じて本人と直接面談を実施。



イ 食生活の改善

- ・高カロリーな食事摂取等の影響があるとされる生活習慣病の中でも高脂血症と高血圧症にフォーカスして、健康講演会を開催
- ・社員食堂と協力し、ヘルシーメニューの導入や健康づくり行事とのコラボレーションメニューの提供を通じて、食事に関する意識向上を図った。



ウ 運動習慣の定着

- ・従業員（35歳及び45歳）の生活習慣病の予防対策として、フィットネスクラブでの体力測定、運動指導、健康教室等を実施。
- ・医療、介護現場において利用者の持ち上げ等で慢性的腰痛症が多いことから、気軽にできる腰痛予防体操やストレッチの講習会を実施。
- ・ロコモティブシンドローム（運動器症候群）の自己チェックや予防トレーニングについて実技指導を含む講習会を実施。

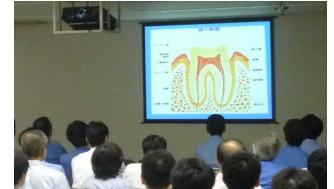


エ メンタルヘルスの向上

- ・外部講師や産業保健スタッフにより、ストレス対処法の習得やセルフコントロール手法の実践指導を実施。
- ・従業員が集まりやすい時間帯に、管理職対象の「ラインケアとセルフケア」及び一般職員対象の「セルフケア」の講習会を実施。

オ 歯科・口腔ケア

- ・歯周病予防の意識を高めるため、歯科医師による講演と、歯科衛生士による口腔ケアとロ元ストレッチ体操の実技指導を実施。
- ・歯科医師会がプログラムを提供する「おとなの歯科健診」（歯科健診と講演会）を実施。



運動施設・機器を整備しての効果・感想等

1 施設の利用状況（平均）

区分	利用者	
	企業・事業所の従業員	地域住民 (4団体が地域開放)
利用可能な曜日	全企業・事業所とも勤務日	団体によって異なる(毎日、平日のみ、週末のみなど)
利用時間帯	団体によって異なる(終日、昼休み、勤務終了後など)	団体によって異なる(9時～12時、9時～17時など)
利用頻度	8.0回程度/週	7.3回程度/週
利用人数〔実人数〕	18.5人程度/週	7.3人程度/週
よく利用されている運動用具・機器等	ランニングマシン(13)、エアロバイク(7)、筋トレ機器(5)、クロストレーナー(4)、ポール(2)、ストレッチボール(2)、血圧計・体組成計(6)	

2 運動施設を整備しての効果

(1) 企業・事業所の効果

選択肢	回答数	事業所数	割合
① 従業員のコミュニケーションが深まった	17	21	81.0%
② 職場の雰囲気明るくなった	10	21	47.6%
③ メリハリをつけて仕事をするきっかけになった	11	21	52.4%
④ 仕事の能率が上がった	5	21	23.8%
⑤ 地域住民に開放しており、喜ばれている	3	4	75.0%

(2) 利用者の効果

選択肢	回答数	事業所数	割合
① 続けて運動するきっかけとなった	19	21	90.5%
② 体重が減少した	11	21	52.4%
③ 肩こり、腰痛が軽減するなど体調が改善した	10	21	47.6%
④ 生活習慣を見直すきっかけになった（食べ物、タバコ、アルコール等）	11	21	52.4%
(その他) <input type="checkbox"/> よく眠れるようになった <input type="checkbox"/> コレステロール値が低下した <input type="checkbox"/> 体重に変化はないが、ウエイトが細くなった			

※利用者のうち一人でも該当があれば回答

3 利用を促すために工夫していること

選択肢	回答数	事業所数	割合
① HP、会報、掲示板等で利用者に啓発している	16	21	76.2%
② 利用を促す強調週間などを設けている	1	21	4.8%
③ 安全に効果的な運動を実施するための説明会を実施している	5	21	23.8%
④ 利用者自身が利用状況について記録するカードを配布している	3	21	14.3%
(その他) <input type="checkbox"/> 百歳体操、ヨガなどの教室を実施している <input type="checkbox"/> 楽しみながら運動ができるようにテレビやビデオの設置を行った <input type="checkbox"/> 相互に声を掛け合う <input type="checkbox"/> メールで一斉送信 <input type="checkbox"/> 誘い合っでの利用を促している <input type="checkbox"/> 半期に1回全従業員を対象に体組成計を使用したインボディ測定会を実施している <input type="checkbox"/> 朝礼時に利用を呼びかけている			

4 運動施設を整備しての感想

(1) 企業・事業所の感想

- 健康づくりチャレンジ企業の取り組みを行ったことにより、従業員の職場の満足度が向上したことは確実なので良かったと思う
- 運動が不足している社員も運動を生活習慣に取り入れるきっかけとなった。社員のコミュニケーションの場となり、職場の雰囲気もよくなっている。
- 機器等を設置したことにより、自己健康管理、運動習慣を身につける動機付けにつながった。今後継続して利用してもらうことによる効果を期待している。
- 従業員以上に地域住民の方から好評を得ていることに驚いた。毎週毎回欠かさず来る方がほとんどで健康への意識が高いことが伺える。

(2) 利用者の感想

- 通うようになって体重が減少した。
- 食事にも気をつけるようになった。
- リフレッシュ効果で仕事の効率もあがったように思う。
- 健康に対する意識が以前よりも強くなった。
- 高性能な体組成計があるので、自分の体内年齢や体脂肪が把握でき、そのデータを元に体形管理ができる。
- 休憩時間や勤務後に気軽に運動ができ、運動の習慣がついた。
- 遠くまで出かけることなく、さらに無料でジムにある機器が使用でき、またこのことで、運動する機会が得られたことに喜んでいる。

5 今後の課題

- 運動機械の維持、メンテナンス。
- 全員参加を促し、各自の目標を語れるようにしていきたい。各自に体のメンテナンスを自己管理してほしい。
- 健康づくりは継続が第一なので、今後は折りを見て新たな機器の導入、健康・体づくりのセミナーにも取り組んでいく必要があると思う。
- 運動に興味があった社員は利用するようになったが、運動に対する意識があまりない社員も、もっと利用してもらえるようにしていきたい。