

## 2024年度 活動目標に対する結果

2024年度	2023年度
・ 定年以外の離職数減少	
70人	73人
・ アクティブシニア（65～70歳）の積極的採用	
1人	4人
・ 健康診断受診率（目標100%）	
100%	100%
・ 要精密・要受診対象者への受診勧奨と受診報告（目標100%）	
勧奨100% 報告35.1%（継続中）	勧奨100% 報告41.4%
・ 保健指導初回実施（目標100%）	
100%	100%
・ メンタル不調者への介入による離職防止（離職者0人）	
1人	0人
・ 運動機会の創出（目標：あいち健康プラス登録者数増加）	
368人	325人

## 2024年度の結果を踏まえた2025年度重点活動事項

## ①セミナーの計画と参加率向上に向けた取り組み

2025年度は年度初めに基本計画をたて、セミナーへの参加率向上に向けて取り組む。

## ②運動機会の創出

職員の要望を踏まえ、魅力あるイベントを企画し、運動機会の創出を行う。また福利厚生「わーくりい知多」の有効利用を促す。

## ③「健康経営」意識の刷り込み

職員の「健康経営」に対する認識向上のために、「健康経営」の意義、所内方針の教育の強化を図る。

## ④喫煙率減少～撲滅に向けて

「禁煙」に特化した取り組みを進め、喫煙率の減少を目指す。

## 2025年度各種セミナー等活動計画

### 【職員向け】

- ①通年（毎月表彰）  
あいち健康プラスで職員の歩く意識および運動意識の向上  
（対象者：全職員）
- ②5/1（水）～5/18（土）  
職員向けアンケート実施  
職員の健康経営に対する理解度の確認（対象者：全職員）
- ③4/10（木）、4/24（木）、5/8（木）、5/22（木）、  
外部講師を迎え、ヨガ体験レッスン（希望者）  
6月以降は外部講師の本教室への参加価格補助（申込者随時  
報告）
- ④時期未定  
血圧測定チャレンジ  
所内に設置した血圧計を活用し期間内に10回測定して報告。  
職員自身の健康管理に対する意識向上（対象者：全職員）
- ⑤時期未定  
職員のハラスメント対策研修（対象者：管理職）
- ⑥10/2（木）、10/10（金）、10/15（水）  
交通安全教室（対象者：運転業に携わる職員）
- ⑦各種教育セミナー  
・健康セミナー（対象者：全職員(パート除く)）  
四半期1回開催

### 【地域住民向け】

- ①健康たいけん教室  
（Webセミナーとして各月1回開催）

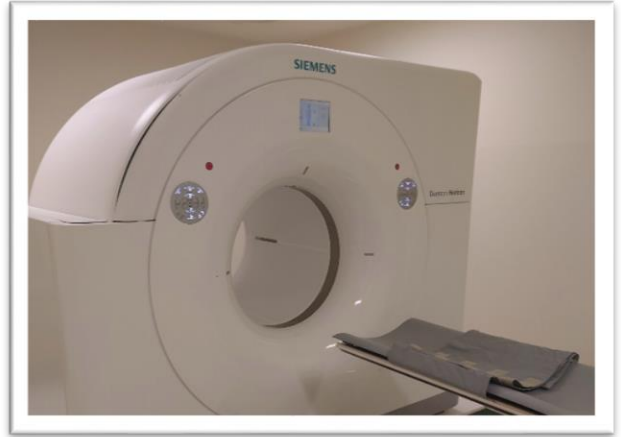


## 安定的人員確保に向けて

### ①充実した健康診断の実施

定期健康診断法定項目、特殊健康診断（指導勧奨含む）はもちろんのこと、健康診断実施施設として持ち合わせている機器をフル活用し、2人に1人がかかるとされている「がん」の早期発見のため肺がん、乳がん、子宮がん、大腸がん、前立腺などを事業所負担で実施。

また、医師会の共同利用施設として設置されているMRIやCT、PETなどを用い、脳ドック、心臓ドック、肺がんドック、PET健診なども利用しやすいようにしています。



### ②感染症対策

健康診断、臨床検査、作業環境測定など当センターの事業は医療関連サービスであり、リモートワークで対応できません。そのため感染症によるマンパワー低下を防ぐため、インフルエンザ等のワクチン接種による感染予防、マスクや手洗いや換気、距離をとることによる感染予防、感染した場合には感染者の管理と安全な復帰プログラムを策定、実行しています。



### ③託児所の運営

所内に託児所「ごんぎつね」を開設し、未就学児を朝6:00から夜8:00まで受け入れることで、女性が出産・育児で離職することがない様体制を整えています。





# 心身ともに健康に永く働くために

## ④同好会活動

部署間の垣根を超えたコミュニケーションと運動機会創出のため同好会活動の費用補助を行っています。

野球（ソフトボール）、テニス、フットサル、釣り、茶道同好会の活動に老若男女が参加し、積極的に活動しています。



## ⑤日常に運動を取り入れるために

健康経営認証取得に向け現状調査を進めるうえで「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していない者の割合」「日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していない者の割合」が高いことがわかりました。

歩行することへの意識を高めるため「**あいち健康プラス**」を導入し、自身の一日当たりの歩数の把握と他と競うことによる向上心の刺激に役立っています。

上位者には「奨励賞」も用意し、毎月表彰することにしていきます。

あいち健康プラス



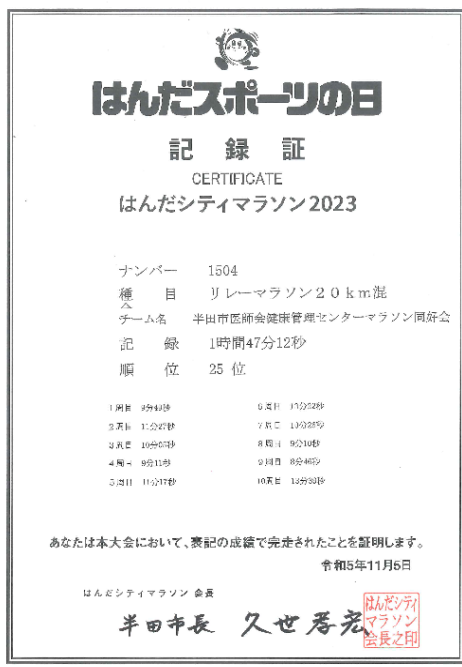
## ⑥各種セミナーの実施

健康経営を推進する上で、職員に対する各種情報の提供と継続的な教育が重要です。

事業場内にいる保健師、管理栄養士、健康運動指導士や外部講師などにより食事や栄養、運動、肩こりや腰痛、安全運転、ハラスメントなどを内容として定期的に所内セミナーを実施しています。また地域住民向けに「健康たいけん教室」を実施しています。

## ⑦はんだシティマラソン

2024年11月3日半田市運動公園陸上競技場で開催されたはんだシティマラソンにセンター精鋭チームがエントリーしました。



## ⑧いちご狩りウォーキング大会

2025年2月2日、旬を味わういちご狩りと半田市博物館をめぐるウォーキング大会を行いました。コラボ企業との合同企画で参加総数は99名でした。

少し肌寒い日でしたが、歩き始めると体の内側からぽかぽかして大変良い運動になりました。

職員同士の親交を深める意味でもよいイベントでしたので、今後も企画していきたいとおもいます。



## ⑨血圧測定機器の設置



健康経営 2023 実践活動

### 血圧測定チャレンジ!

自分の日々の血圧値を把握することを目的として  
仕事中の健康チェックをしてみよう!

まずは、下記期間内 10 日間測定チャレンジ!!  
専用記録用紙に測定日・測定時間を記入し、  
総務へ提出してください。  
立派な賞の抽選や景品をご用意します

<測定期間>

7/1 (土) ~ 7/22 (土)

<提出期限>

7/22 (土) までに総務へ提出

<血圧計設置場所>

総務前、事務棟 1 階 EV 前、食堂 2 台、  
ドック棟 1 階施設健診室内、ドック棟 4 階、  
本館 3 階指度管理室内 2 台

<専用記録用紙について>

食堂 (血圧計横) と事務棟 1 階準備室に  
用意してあります。

健康経営推進グループ

血圧は一日のなかでもその状況によって変化します。血圧の状況をきちんと把握するためには毎日なるべく同じ時間帯に正しい測り方で継続することが必要です。

自分の血圧が気軽にチェックできるよう自動血圧計を 10 台館内に設置し、職員を問わず来訪者にも測定してもらえようようにしました。

## ⑩ ヨガ教室



慌ただしく過ぎていく日々の中、いつの間にか頑張ることを覚えてしまった心と体。深い呼吸とともに動くヨガは、そんな緊張している体を緩め、自分の中にある癒しに気づかせてくれます。

新棟の大ホールを活用し、外部講師を迎え月に2回開催しています。（2025.6月以降講師教室への参加価格補助）

## ⑪ ハイキング

季節にあわせて、山や観光地のハイキングを開催しています。8月に高山ハイキング（滝ハイキング&高山の町並み散策）を開催しました。

