

# 職場で取り組む 健康づくり取組事例集



徳島県

みんなでつくろう！健康とくしま県民会議



- 協業組合 徳島印刷センター
- 西 精工 株式会社
- 大塚製薬株式会社 徳島本部



健康とくしま運動  
マスコットキャラクター  
元気くん

我が国では、平均寿命は非常に高い水準となっているものの、急速な少子高齢化を背景として、糖尿病、がん、脳卒中、心臓病などの生活習慣病による死亡や「要介護者の増加」が深刻な社会問題となっています。

徳島県では、平成25年3月に策定した「健康徳島21（徳島県健康増進計画）」に基づき、県民の皆様が心身ともに健康で幸せに暮らしていける社会を実現するために、ライフステージに応じた健康づくりを推進しています。

継続した健康づくりは、個人の努力だけでなく、周囲のサポートや社会環境、職場環境が整うことが大切です。

特に職場における健康づくりは、「働き盛り世代」の疾病の発症予防や重症化予防を図り、健康寿命を延ばしていくために非常に重要な役割を果たしています。

本県では、平成26年度に「企業部門」の「健康づくり推進活動功労者知事表彰」を創設し、その第1回目として3事業所が表彰を受けられました。

今回受賞された事業所は、永年にわたり各種健診受診率向上、受動喫煙防止対策、事業所独自の健康づくりの取組など、従業員の健康づくりを率先して行ってこられた模範的な事業所の皆様です。

この事例集は、各事業所における主な取組事例を紹介しております。事業主の皆様はじめ広く御活用いただき、健康づくりに取り組みやすい職場環境づくりの参考になれば幸いです。

結びに、この事例集作成にあたり、御協力いただきました関係者の皆様に厚くお礼申し上げます。

平成27年3月

徳島県保健福祉部健康増進課

# 協業組合 徳島印刷センター

## 事業所紹介

### Digital & communication

コンピュータを使用して制作された印刷物は、これまで不可能と思われたさまざまな表現技法を開発しました。このためデザイナーは自らの表現能力を100%発揮でき、これまで以上に創造性豊かな、より品質の高いクリエイティブな製品を制作することが可能となりました。

特にカラー印刷の分野でコストの高かった版下・製版工程をデジタル化し、統合することに成功しました。

こうしてデジタルを最高度に利用された印刷は、これまでの印刷の常識を覆し、制作工程を大幅に削減しました。これにより制作時間だけでなく、文字の訂正やイメージの変更が容易になり、納期の短縮とともに、今まで以上に合理的な価格で、よりよい製品をご提供することが可能となりました。

時代がハイテクノロジーへと向かって、やはりいちばん大切なことがあります。それはひととひととのつながりです。安心しておまかせいただける。そんな信頼関係を築き、こことこころのコミュニケーションをいつまでも大切にしたいと思います。

### 徳島印刷センターの経営理念

- 私達の第一の仕事は、お客様のお手伝いをさせていただくことです。
- 私達は、お客様のご満足を最上の喜びとします。
- 私達は、いつも笑顔で対応させていただきます。
- 私達は、素早く高品質な製品を適正な価格でご提供できることを誇りとします。
- 私達は、高品質なサービスをご提供いたします。
- 私達は、お客様との関係を長期的に発展させます。
- 私達は、成功や失敗を大いに語り、そこから学びます。
- 私達は、常にチャレンジ精神を持ち、創造性に富んだ仕事をします。
- 私達は、お互いを信頼し、皆様に敬意を払います。
- 私達は、成功と成長を平等に分ち合います。

### 【プロフィール】

- ・所在地 : 徳島市問屋町165番地
- ・事業内容 : 印刷・出版業
- ・設立 : 1972年(昭和47年)12月
- ・従業員数 : 29名(全員正規)  
(2014年(平成26年)12月現在)



## 各種健診の受診率向上のための取組

社員の健康＝企業の健康

### ■健康づくり活動の目標

・「社員の健康＝企業の健康であり、健康な家庭の源である」をモットーにして取り組んでいる。

### ■健康づくりの取組み

- ・毎年生活習慣病予防健診を全額組合負担で受診している。
- ・受診者全員を対象に徳島産業保健推進センターの先生に訪問いただき、健康診断結果通知書に基づき健康指導を受けている。
- ・メタボ予備群に対する指導  
メタボ予備群と判定された社員に対しては、協会けんぽ徳島支部保健グループの保健師に来社いただき個別の指導を受けている。

## 受動喫煙防止対策の取組

禁煙100%

### ■禁煙対策

平成21年3月まで組合建物内に喫煙場所3か所を設け休憩時に限り、喫煙者に使用させていたが、多くの社員から喫煙場所を屋外にするようにとの提案があり、親睦会で検討を重ねた結果、喫煙者はわずか2名に減少している状況であったので当事者(喫煙者)と話し合いを重ねた結果、平成22年3月より組合敷地内においても禁煙とすることに決定した。

### ■全社員禁煙運動

現在の喫煙者は2名であり、その喫煙量も1日数本であることから、従業員親睦会と連携し、組合の健康づくり目標「社員の健康＝企業の健康であり、健康な家庭の源である」のモットー達成のために取り組んでいる。

## 事業所での健康づくりの取組

楽しい健康づくり

### ■健康づくり行事の実施

- ・社員バレーボール大会の実施  
毎年1回社員バレーボール大会を実施し、社員相互の健康を確認しあうとともに運動の必要性を自覚してもらっている。

・社員慰安会等の実施

毎年1回社員旅行を実施(本年の欠席者1名)し、見聞を広めるとともに心身の健康の涵養につとめている。

(10年に1度は海外旅行も実施しており、ヨーロッパ、アメリカ、オーストラリア、中国や台湾にも旅行している)



## 健診・受動喫煙対策の実施状況

### ■健診等の状況

H26年度の健診等の状況				喫煙対策の状況
がん検診受診率		定期健診・保健指導等		
胃	100%	定期健診受診率	100%	建物内及敷地全禁煙
乳	—			
子宮	—	有所見者への保健指導率	100%	
肺	100%			
大腸	—			

### ■受動喫煙対策の状況

- ・建物内禁煙 平成21年3月から
- ・敷地内禁煙 平成22年3月から

### ■健康づくりの効果

- ・労災保険適用者なし  
組合42年の歴史の中で1度も適用したことはない。

・病気入院者なし

30年勤続者 2名 20年勤続者 10名 15年勤続者 7名 10年勤続者 4名  
以上の数字が示すとおり29名中23名が10年以上勤続者であり、残り的人達も  
7年勤続者2名、5年勤続者2名そしてあとの2名は昨年、一昨年に40年以上勤務され、  
退職された人の補充に新規に採用された従業員である。幸いなことに従業員の中で過  
去において入院治療された人は1人もいない。

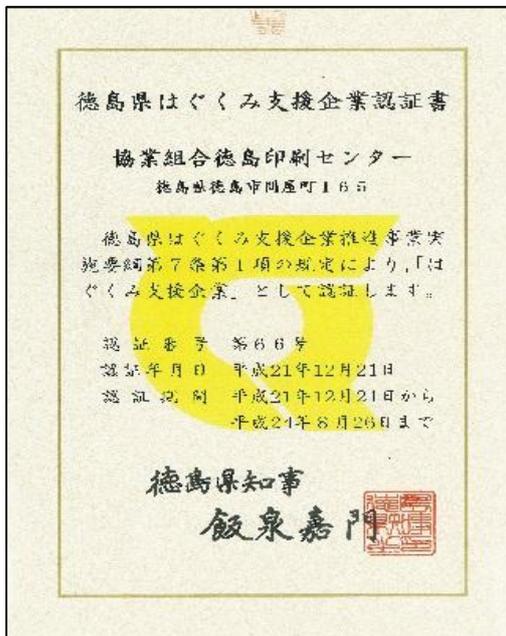
## 最近の受賞歴



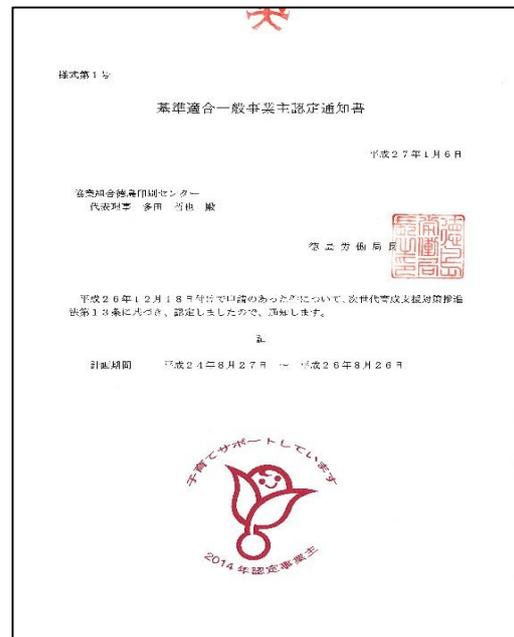
平成26年9月11日  
健康を考える県民のつどい  
健康づくり推進活動功労者徳島県知事表彰(企業部門)  
表彰状



平成26年9月11日  
健康を考える県民のつどい徳島県知事表彰(企業部門)  
表彰式



平成21年12月21日  
徳島県はぐくみ支援企業認定書



平成27年1月6日  
次世代育成支援対策推進法に基づく  
一般事業主認定証

# 西 精工 株式会社

## 事業所紹介

当社は、大正12年創業以来、地元徳島での「ものづくり」にこだわり、冷間鍛造技術で自動車用溶接ナットを製造する企業として発展してきました。

### 『経営理念』<私たちのミッション>

私たちは、「高品質・高機能のパーツ・ナットの創造事業」を通じて、ものづくりを支え、人々の豊かな生活と幸福・社会の発展に貢献します。

### 『経営理念』<私たちのビジョン>

私たちは、人づくりを基点に「徳島から世界へファインパーツの極みを発信する」創造力・技術力ナンバーワン企業を目指します。

### 【プロフィール】

- ・所在地：（本社工場）  
徳島市南矢三町1丁目11-4  
（石井工場）  
名西郡石井町石井字石井398-1  
（土成工場）  
阿波市土成町土成字大法寺240-3
- ・事業内容：金属製品製造業  
（ナット・ファインパーツの製造販売）
- ・設立：1960年（昭和35年）8月  
（現 西精工(株)に改組）
- ・従業員数：243名（2014年（平成26年）4月1日現在）



## 各種健診の受診率向上のための取組

### ■「社員が一番大事な家族と一緒に」～創業の精神より～

創業者である西卯次八の時代から「社員の健康」を大切にする社風である。昭和41年5月には選任産業医を置き、「衛生管理者選任届」の届出も行い、以後、健康診断や健診結果の通知、職場巡回、健康相談を実施している。

## ■健康診断受診率 100%を目標に！

全社員(臨時・パート含む)を対象とした健康診断100%実施(休職者除く)を継続している。入社時健康診断はもちろんのこと、特定業務従事者健診(夜勤・塩酸業務従事者対象)や、歯科検診(塩酸業務従事者対象)も、100%実施している。また、「定期健康診断報告書」による各所轄労働基準監督署への報告もしっかりと行っている。

## ■受診後のフォロー体制の充実

- ・全社員の健康診断結果は、社員の健康状態がすぐに確認できるように綴り、総務課で5年間保管している。
- ・健康診断で「要再検査・要精密検査」の指示があった場合には、本人に通知し、再検査結果の報告を義務付けている。
- ・協会けんぽから特定保健指導の通知対象となった社員への保健指導は、就業中に社内で行っている。
- ・健康管理に関するコンプライアンス遵守を徹底している。

## 受動喫煙防止対策の取組

### ■関わる人すべての健康を願って「敷地内禁煙」をルール化

平成17年11月に本社社屋を建て替え、3ヶ月後の平成18年1月には、事務所の外階段付近に設けていた喫煙スペースの灰皿を撤去し、本社敷地内禁煙とした。

平成21年1月からは、三工場すべての敷地内全区域を禁煙とした。これは、社員の健康増進はもちろんのこと、社員の家族やお客様とその家族、関わるすべての人の健康を大切にしたいと考えたからである。

### ■「全社員禁煙」目標達成！

平成20年に社長の呼びかけにより、安全衛生委員会が中心となって「全社員禁煙」に取り組み、当初は99名の喫煙者がいたが、平成22年9月には43名に減少した。その後も、喫煙が健康に与える影響を理解する社員が増え続け、ついに平成23年に「喫煙者ゼロ！全社員禁煙！！」を達成することができた。目標達成報酬として、平成23年6月賞与を0.2ヶ月上積みして社員に支給した。

### ■「健康づくり推進活動功労者知事表彰 第一回企業部門」受賞

平成24年10月から「健康に関する告知書」を導入し、入社時に本人の病歴や健康状態を確認し、全社員禁煙のルールを遵守することを誓約していただいている。

平成25年9月9日に行われた「健康を考える県民のつどい」において、社長が事例発表を行い、地域貢献につながる受動喫煙防止の広報活動にも取り組み、翌平成26年には「健康づくり推進活動功労者徳島県知事表彰 企業部門(第一回)」を受賞した。この受賞を励みに、今後も地域の健康で豊かなまちづくりに貢献していくこととしている。



## 事業所での健康づくりの取組

### ■人間ドックの実施とがん予防対策

35歳時に人間ドック受診(以後5年ごと)を義務付け、検診費用は労使折半としている。がん検診(胃カメラ・脳ドック・子宮頸がん・マンモグラフィ)の希望の有無も確認し、会社経由で申込みをしている(がん検診費用は個人負担)。課長以上の役職者には年1回の人間ドック受診を推奨し、平成21年以降は100%の受診率である。

### ■創業時からラジオ体操を実施

始業前に集合し、「明るく・合わせて・伸ばして」のスローガンを意識して、全社員がラジオ体操を行っている。動きも心も合わせて体操をした後は、それぞれの持ち場に走って戻り、機敏な行動力を日々養っている。



### ■リセッティング体操で腰痛防止

平成23年に発生した腰痛労災の対策として、徳島産業保健推進センターで腰痛に関するDVDを借りて社員教育を実施した。この時から社員の意識が高まり、腰痛防止コルセット着用や、係単位で行うリセッティング体操が社内に広まっていった。腰痛は誰にでも起りうる傷病であるため、全社員で腰痛になりにくい体づくりに取り組んでいる。



## ■徳島を元気に！ にぎやかに！

徳島マラソンには、全社員がランナーやボランティア、応援に参画している。第1回大会から社長もランナーとして走り続け、第1回大会は8名だったランナーが、2回目には27名、その後回を重ねるごとに、40名、81名、83名と増加していき、昨年第7回大会には、88名のランナーが参加した。

ほかにも野球やサッカー、フットサル、バスケットなど、社内スポーツ活動も活発である。地域で行われるスポーツ大会にも積極的に参戦し、平成26年徳島市民スポレクフェスティバル軟式野球大会では優勝した。



## ■こころの健康づくり

平成21年10月には、城西病院とメンタルヘルス相談事業業務委託契約を締結し、全社員を対象とした年1回の研修を実施している。社内研修は平成22年から実施し、昨年は、75%の社員が研修を受講し、心の健康づくりの大切さを学び続けている。

平成22年8月に「私傷病の休職復職に関する規則」を整備し、安全衛生委員会内に社内メンタルヘルス推進担当者を配置し、中災防の心理相談員資格を保有する担当者が社内面談を行っている。

## 健診・受動喫煙対策の実施状況

### ■健診等の状況

- ・特定健診受診率 100%（休職者を除く）
- ・特定保健指導実施率 100%（対象者27名）
- ・生活習慣病予防健診受診率（35歳以上） 100%
- ・胃がん、乳がん検診等は希望者に実施

### ■受動喫煙対策の状況

- ・建物内禁煙 平成17年11月から
- ・敷地内禁煙 平成21年1月から三工場すべて禁煙

# 大塚製薬 株式会社

## 徳島事業所の紹介

大塚グループは、"Otsuka-people creating new products for better health worldwide"という企業理念のもと、健康に関するあらゆるテーマに挑戦し、独創的で革新的な製品を創出することで世界の人々の健康に貢献することを目指すグローバルヘルスケア企業です。その中核となる『大塚製薬株式会社』は、1964年に徳島で設立されました。上記の企業理念のもと、人々の健康を身体全体で考え、「疾病の治癒」から「日々の健康増進」までを目指した医薬関連事業と、人々をより健康でアクティブにする製品を提供するニュートラシューティカルズ関連事業の両輪で運営するトータルヘルスケアカンパニーとして事業展開を行っています。

大塚製薬株式会社 徳島事業所は、革新的で創造性に富んだ医薬品や機能性飲料・機能性食品などの幅広い製品を通じて、世界の人々の暮らしをサポートしてまいります。私たちは、健康に携わる企業にふさわしい文化と活力を育み、グローバルな視点から地域社会や自然環境との共生を配慮し、人々のより豊かで健康な暮らしに貢献したいと願っています。

### 【プロフィール】

- ・所在地 : 徳島市川内町加賀須野463-10
- ・事業内容 : 『医薬品・臨床検査・食料品の製造』  
『医薬品の研究・開発』  
『社員研修施設・食堂等の厚生機能』
- ・設立 : 1964年(昭和39年)8月10日
  - \* 徳島工場 1970年4月操業
  - \* 徳島第二工場 1980年1月操業
- ・従業員数 : 1,336名  
(2014年(平成26年)9月20日現在)

徳島工場の全景 91,122m<sup>2</sup>



徳島第二工場の全景 111,026m<sup>2</sup>



## 各種健診の受診率向上のための取組

保健師と産業医とが連携した受診環境づくり

### ■ 従業員の健康診断、がん健診等の各種健診の受診率向上のための取組について

- ・社内WEBページを通して受診啓発や健診情報の提供を繰り返し実施している。
- ・事業所安全衛生委員会にて受診啓発や健診情報の提供を実施している。

- ・未受診者や精密検査などの再受診者へは、保健師と産業医が直接本人に受診指導及び受診勧奨を行う。
- ・OSHMSの取組として健康監査の実施を2009年より開始している。
- ・定期健診のオプションとして、女性検診(子宮頸がん、乳がん)受診を推奨している。
- ・30才以上の社員は、人間ドック受診を推奨している。
- ・特定業務健診(深夜勤務、ホルムアルデヒド取扱者等)、特殊健診(有機溶剤、特化物、騒音、RI等)を2回/年の頻度にて実施している。

## 受動喫煙防止対策の取組

### 禁煙支援活動について

#### ■ 分煙対策から敷地内全面禁煙の取り組み経緯

- ・2003年6月 「喫煙対策方針」発表
- ・2003年7月 「喫煙対策委員会」を開催
- ・2004年2月 敷地内の「分煙対策」が5月まで進む
- ・2004年7月 徳島労働局長より『快適職場第147号』の認定を受ける
- ・2004年8月 徳島保健所より『健康応援団登録証(たばこ対策完全分煙)第42号』が交付される
- ・2006年9月 「喫煙室削減方針」発表
- ・2006年7月～  
2007年3月  
各職場で「禁煙支援ミニ講話」シリーズを実施する。
- ・2007年10月 徳島事業所「敷地内全面禁煙」開始  
「禁煙チャレンジ100」活動開始 達成率約60%

#### ■ 「禁煙チャレンジ100」活動の内容

- ・禁煙チャレンジにエントリーした人を対象に100日間、定期的にメールを通して支援するもの
- ・禁煙グッズの配布、面談、メール配信(1日目、3日目、1週間、3週間、100日目)、達成賞、記念品進呈
- ・個別に健診事後措置の機会を利用して禁煙支援をしている。

## 事業所での健康づくりの取組

### 徳島事業所 健康維持増進実施計画

- 社内ウォーキング大会の開催 2回/年 今年で15回目  
会社周辺のウォーキングコース、月見ヶ丘海浜公園等で実施。5kmコース  
健康イベントも併せて実施。



- ポカリフレッシュ体操の実施 2回程度/週  
運動指導担当者が各職場を巡回して、ストレッチや筋トレの実演、指導を行う。



- 社内フィットネスルームの活用  
本格的な運動機器を設置しており、運動指導担当者が個別に運動指導を実施。



## ■「健康チャレンジ100」活動

- ・産業医、保健師、運動指導担当者が連携して、100日間の健康プログラムを支援する。
- ・目標と実践内容を自分で決めてもらう。
- ・チャレンジの前後で血液検査(生活習慣病関連の検査)、体力測定、InBody、血圧測定、面談を実施する。30日目、60日目に面談、InBody測定を実施し経過の確認を行う。
- ・達成者には、達成賞と記念品を贈る。

## ■女性検診実施

定期健診受診の希望者に対して、オプションとして子宮頸がん、乳がん検診を実施。

## 健診・受動喫煙対策等の実施状況

### ■健診等の状況

- ・定期健診(人間ドック含む)、特定業務健診、特殊健診 受診率 100%(2013年度)
- ・特定業務健診(深夜勤務、ホルムアルデヒド取扱者等)、特殊健診(有機溶剤、特化物、騒音、RI等)は、ほぼ100%の実施率である。

### ■受動喫煙対策の状況

- ・2007年「敷地内全面禁煙」を開始
- ・2006年に喫煙率29%であったものが、2009年の再アンケートの結果より喫煙率21%に減少し、更に、現行の健診システムのデータより2013年度の喫煙率は18.4%にまで減少している。

### ■健康づくりの状況

- ・ウォーキングを定期的(昼)に実施する社員が増加する。
- ・フィットネスを活用する社員が増加する。
- ・2012年度の健康チャレンジの達成率は47.4%、2013年度の健康チャレンジの達成率は63.4%、2014年度の健康チャレンジの達成率は83%と良くなっている。  
(フィットネス利用者により効果が見られる傾向があった)  
現在、健康チャレンジ100は、健康組織の見直しを含め再構築中
- ・2014年よりポカリフレッシュの実施部署が拡大し週2回実施している。

職場で取り組む  
健康づくり取組事例集

平成27年3月

発行 徳島県保健福祉部健康増進課

〒770-8570 徳島県徳島市万代町1-1

電話 088-621-2223

ファクシミリ 088-621-2841