

職場で取り組む 健康づくり取組事例集

Vol.11



徳 島 県



- 株式会社マル八物産
- 柔道整復師会協同組合
- 社会福祉法人青香福祉会



人生100年時代を迎える我が国において、誰もが生き生きと暮らすためには、いかに健康寿命を延伸し、生活の質の向上を図っていくかが大きな課題となっています。

徳島県では、誰一人取り残さない！安心して暮らせる持続可能な健康とくしまの実現を目指し、徳島県健康増進計画「健康徳島21」に基づき、「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」を基本目標に、「個人の行動と健康状態の改善」、「社会環境の質の向上」、子どもから高齢期に至るまで生涯を通じた健康づくりである「ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり」を実施しています。

そうした中、糖尿病をはじめとする生活習慣病の発症予防や重症化予防を図るため、バランスのとれた食生活、適度な運動習慣の確保を基本とした、「働き盛り世代」の生活習慣の維持・改善や、各種健診の受診などが重要となっています。

健康づくりに取り組む「きっかけ」や「継続」していくためには、周囲のサポートや社会環境を整えることが大切であり、特に職場での取組は、非常に重要な役割を担っています。

この事例集は、令和6年度「健康づくり推進活動功労者知事表彰（企業部門）」を受賞された各事業所における、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主な取組を御紹介しています。

事業主の皆様をはじめ、広く事業所等でお役立ていただき、健康づくりに取り組みやすい職場環境づくりの参考としていただけると幸いです。

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。

令和7年3月

徳島県保健福祉部健康寿命推進課

株式会社 マルハ物産

事業所紹介



当社は1958年の創業以来、蓮根加工業界を牽引してきたパイオニア企業です。私たちの仕事は、約60年前に青果市場に出荷できず廃棄されていた規格外のれんこんを「もったいない」と当時の創業者が感じ、規格外品を仕入れて加工し販売したのが始まりです。それ以来、消費者の皆様へ食に対する安心・安全をお届けし、日本の食文化を支えて参りました。

当社のキーワードは「おいしさと楽しさを創る」です。すべての世代の方々に、食と健康を楽しんでいただけますよう、社員一同心をひとつに「安全・安心・信頼」をいただける商品創りに精進してまいります所存でございます。



プロフィール

所在地	板野郡松茂町住吉4-3
事業内容	農産物加工品の輸入・製造・販売
設立	昭和46年6月24日
従業員数	61名（令和6年4月1日現在）

各種健診の受診率向上のための取組

従業員が受診しやすい環境づくり

■ 検診車により社内での定期健康診断の実施

20年以上前から検診車による業務時間内の定期健康診断の実施を行っております。診療機関に出向く必要がなく、勤務時間内に受診できるため、従業員の負担が軽減され、受診率の向上に繋がっております。

■ 定期健康診断に加え、付加検診・婦人科検診の受診推奨

定期健康診断項目に加え、病気の早期発見に繋がるよう付加検診及び婦人科検診の受診を推奨し、社内掲示版（WEB含む）にて掲載・案内を行っております。

- 付加検診項目例・・・尿沈渣顕微鏡検査、血液学的検査、眼底検査 等
婦人科検診項目例・・・乳がん、子宮頸がん

■ 健診にかかる費用補助

- 定期健康診断・・・全額会社負担
付加検診・・・対象年齢者は全額会社負担
※項目によっては対象年齢者以外でも会社負担
婦人科検診・・・対象年齢者は全額会社負担

■ 未受診者への受診手続き

やむを得ない事情で、検診車等による定期健康診断を受けられなかった従業員に対しては、対象者と病院とのスケジュール調整や予約を会社が担うことで従業員の負担を軽減しております。

■ 特定保健指導

就業時間内でスケジュールを調整し、特定保健指導等を実施し、実施率向上を図っています。また、精密検査等、結果に異常がある従業員には担当者より口頭にて受診勧告を行っております。

2024年3月29日
経営管理部

定期健康診断の受診について

定期健康診断の「一般健診」「付加検診」「婦人科検診」の受診ルールについて
全従業員の高血圧の早期発見や生活習慣改善などの健康管理に活かすための適宜変更します。

1. 受診項目
①「一般健診」 毎年1回全従業員が受診（義務）
②「付加検診」 協会けんぽの事業年度中、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳を過ぎた従業員で、一般健診と同様に受診を希望する方（任意）
③「婦人科検診」 協会けんぽの事業年度中、40歳、50歳を過ぎた女性従業員が一般健診と同時に不備を希望する方（任意）
胃カメラ・付加検診・婦人科検診、一日ドックを受診希望の方は、
経営管理部 上記まで申し出てください（郵手前） 締め切り4月5日（金）
2. 受診場所
一般健診のみで胃カメラ検診を希望する方は専門病院、それ以外は社内（5/13(株) 検診車）
※健診車受診日に受診できない方は別院受診
・付加検診、婦人科検診、一日ドックを希望する方は専門病院
・東京事務所、東日本事務所は義務の指定病院
3. 費用負担
・会社が費用負担するのは、上記1. ①②③に当てはまる場合
・胃カメラ検診、対象年齢以外で付加検診及び婦人科検診を希望される方は自己負担
※自己負担額は健診医療機関により異なりますので経営管理部まで問い合わせください。
※自己負担額は給与天引きいたします。
4. 検査項目

検診の種類 検診対象年齢	会社負担	項目	検診の種類 検診対象年齢	会社負担	項目
病 3 5 4 健康 けん ぽ の 一 般 健 診	○	診察	付 加 検 診	○	尿沈渣顕微鏡検査
	○	身体計測		○	血液学的検査
	○	血圧測定		○	生化学的検査
	○	尿検査		○	精密検査、肺機能検査
病 3 5 4 健康 けん ぽ の 一 般 健 診	○	胸部レントゲン検査	婦 人 科 検 診	○	精密検査 腫瘍抗原検査
	○	血液検査		○	問診、触診、聴診
	○	血液検査 （2023年度追加）		○	乳房エックス線検査
	○	血液検査 （2024年度追加）		○	問診、聴診
病 3 5 4 健康 けん ぽ の 一 般 健 診	○	胸部レントゲン検査	○	問診、聴診	
	○	便潜血反応検査	○	問診、聴診	
病 3 5 4 健康 けん ぽ の 一 般 健 診	○	心電図検査	○	問診、聴診	

協会けんぽの健診項目の適用を利用して、病気の早期発見が健康経営にもつながります！
健診の種類・検診、病気の予防・早期発見が健康経営にもつながります！

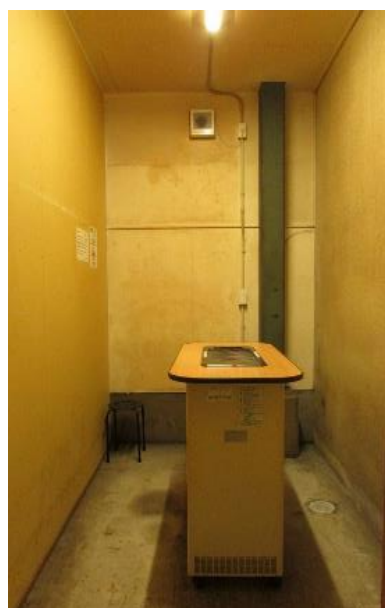
分煙化による受動喫煙防止

■集煙機付き喫煙室の設置

令和2年頃より、喫煙室以外の敷地内を全面禁煙とし、分煙化することで受動喫煙の防止を図っております。

■禁煙啓発ポスターの掲示

喫煙室付近に禁煙を啓発するポスターを掲示しております。また、社内健康だよりとして、タバコが人体に与える害等の情報を発信することで、自身や周りにどのような影響を与えるのか、といった資料も共有しております。



100年企業を目指す職場環境づくり

■予防接種の推進

平成27年頃より、産業医に來社していただき社内にてインフルエンザの集団予防接種を実施しています。また社員の予防接種費用の一部を会社が負担しています。

■協会けんぽ発行の広報誌の社内配信

冊子にて届く広報誌をより多くの社員に見てもらえるようメール配信を行っています。冊子自体も従業員が自由に見れるよう食堂付近に設置し、健康に関する知識を共有しています。

■サンクスカード制度

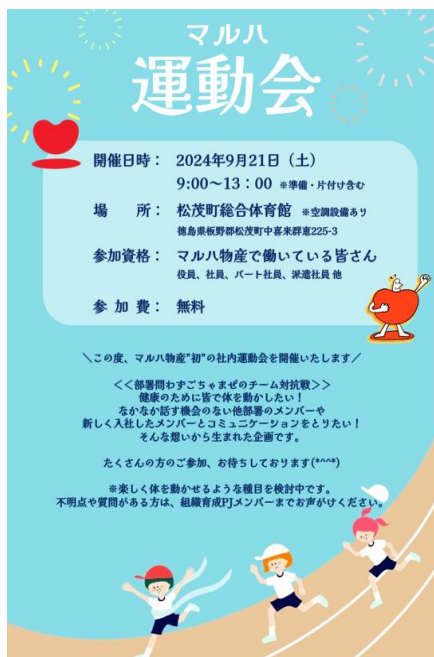
日頃の些細な感謝の気持ちをカードに書いて社内書簡を1対1で送りあう制度があります。年齢・部署・役職に囚われないポジティブなコミュニケーションが社内文化として根付いています。

カード1枚=1ポイントに変換され、貯めたポイントは野菜をメインとする商品や災害対策グッズ等と交換可能とし、社員の食生活改善等に貢献しています。

■マルハ運動会の開催

以前は、朝のラジオ体操を全社員で行っていましたが、時差出勤の導入により実施が難しく、2023年よりスポーツクラブの運営会社と協力し、全社を挙げてのスポーツ大会を年1回開催しております。

外部委託することで、運営メンバーを含む参加者全員が競技に参加できるよう努めました。部署・年齢をまたいだチーム編成にすることで、垣根を超えた交流の場となりました。開催後のアンケートでは、ランニング等の運動を習慣化する社員が増えるなど、健康意識の改善に繋がりました。



健診・受動喫煙対策の実施状況

■健診等の状況

生活習慣病予防健診受診率 (35歳以上)	100%
保健指導実施率	87.5%

■受動喫煙対策の状況

建物内禁煙	2005年から
敷地内分煙化	2018年6月から

■健康づくりの効果

運動会の開催による運動への意識（関心～行動期）向上

実施前（2022年） 69%

実施後（2024年） 76%

※健康習慣アンケートの結果より

柔道整復師会協同組合

事業所紹介



日本古来の伝統医療「柔道整復術」の継承と発展のため 日夜、研鑽と努力を重ねる先生方をサポートしています

柔道整復師とは、柔道整復を行うことができる国家資格を持つ者です。柔道整復師法において定義され、柔道整復術は日本古来固有の伝統医療です。柔道整復師は、骨折・脱臼・打撲・捻挫の治療を行うことができる先生を指します。当組合は国民医療としての発展を目指し、日夜努力しておられる先生方の協同組合です。

会員である先生方の保険業務負担軽減を目標にし、各種情報の収集と請求代行業としての間違いのない事務処理と情報を提供しています。

プロフィール

所在地 徳島市応神町東貞方字西川淵25番地4

事業内容 (1) 医療費の請求事務に係る共同計算事業
(2) 組合員の必要とする物品の共同購買事業
(3) 教育情報事業
(4) 福利厚生事業

設立 平成8年2月

従業員数 14人(組合員数686名)

各種健診の受診率向上のための取組

特定健診の受診率向上のための取組について

平成10年より毎年定期健康診断を実施し、職員の健康状態・体調管理には十分留意を心掛けています。

健診の結果、全国健康保険協会から特定保健指導の案内が届いた場合は、対象者に保健指導を促しています。

【実績】

- ・定期健康診断、特定健診の受診率は、毎年100%の実施率です。
- ・健康診断により病気を早期発見した職員が、短期間の入院で無事に復帰できました。生活習慣病の予防、病気の早期発見によって、早期治療が可能になり、治療にかかる期間と治療費が少なくて済むことから、経済的に大きなメリットとなっています。

受動喫煙防止対策の取組

事務所における受動喫煙防止対策について

平成18年1月に徳島市応神町に事務所移転した時から、建物内禁煙を実施しています。具体的には、組合事務所及び役員室には灰皿を設置せず、「禁煙」表示板の設置による明示及び来客者や役員に対し全面禁煙であることを説明しています。

【実績】

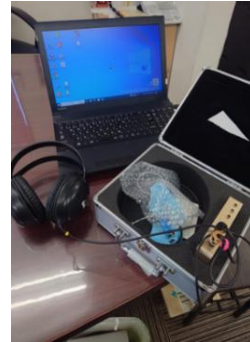
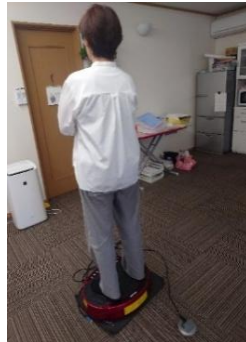
来客や役員に対し、建物内禁煙の実施について説明することで、喫煙者の意識改革や禁煙者の増加にも効果が出ていると思われれます。



その他、健康づくりの取組について

■快適な事務所を整備

- ・職員は長時間の事務系の座り仕事が多いため、長時間座っても疲れにくい椅子や冬には電気座布団を導入することで、職員の健康に配慮しています。
- ・昼休みに職員が利用できるように役員室に健康器具「振動マシン」を設置しています。
- ・身体の健康状態を数値化できる機器「ヘルススキャン・波動測定」を導入し、健康状態を管理できる体制にしています。
- ・職員の目の疲れを軽減できるよう、照明をLEDに変更し、職員の目の健康の保持増進に取り組んでいます。



■心と体の健康づくりに配慮

- ・仕事より家庭（介護、学校行事等）を優先できる職場環境に務め、仕事が負担にならないよう、心の健康を図っています。
- ・組合役員間で、健康環境の改善や健康増進への取り組みについて情報提供及び意見交換を行っています。

■健康増進の推進役

- ・当組合の中本ユミ子専務理事は、徳島県中小企業団体中央会副会長やとくしまレディース中央会会長を務め、とくしまレディース中央会役員会において自分自身の健康づくりの体験談の披露により健康保持増進に尽力しています。
- ・とくしまレディース中央会事業で、42.195kmリレーマラソンin徳島中央公園への参加を推奨し、会員相互の親睦と絆を深め、健康増進や健康意識の向上に寄与しています。



【実績】

健康づくりの取り組みを積極的に実施することにより、体調不良による長期欠勤入院者は発生していません。今後においても、職員の健康を守るため、積極的な対策を実施して参ります。

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%
特定保健指導実施率	100%
生活習慣病予防健診受診率 (35歳以上)	100%

胃がん検診受診率	100%
大腸がん検診受診率	20%
肺がん検診受診率	100%
子宮がん検診受診率	100%

■受動喫煙対策の状況

建物内禁煙 平成18年1月から

社会福祉法人 青香福祉会

事業所紹介



「奉仕」「敬愛」「誠実」が青香福祉会の法人理念です。

- ・すべての人の尊厳を大切に奉仕の精神で臨みます。
- ・常に笑顔を忘れず、敬愛の心で接します。
- ・誠実な気持ちで地域福祉の向上に貢献します。

青香福祉会は法人理念の下、誰もが安心して暮らせる街づくりを目指して地域とともに歩んでまいります。

プロフィール

所在地	徳島市川内町平石住吉183
事業内容	福祉・介護
設立	昭和55年12月
従業員数	126名（令和7年1月1日現在）

各種健診の受診率向上のための取組

きめ細かな受診調整と勤務時間内受診で受診推進

■健康診断

事務局担当者が年間受診管理表を作成し、職員個々の受診日程をきめ細かく調整し、全職員が受診しています。

- ・ 医師による健康相談、腰痛予防の指導を実施
- ・ 全職員に腰痛検診を実施（夜勤者、看護職員は年2回）
- ・ 有所見者には個別に通知し、二次検診（専門医療機関）を推奨
- ・ 受診費用の全額を法人負担
- ・ 受診時間は勤務時間として取り扱い

■保健指導

対象職員が指導を受けられやすいよう勤務調整等を行っています。

受動喫煙防止対策の取組

施設内禁煙と禁煙外来費用の助成

■受動喫煙対策

- ・ 創業時より居住エリアでの禁煙実施
- ・ 平成20年から建物内の全面禁煙を実施
- ・ 令和4年2月から改築に伴い屋外喫煙場所の再指定とそれ以外の禁煙徹底

■禁煙外来費用を支援

- ・ 平成30年から職員が取り組む医療機関での禁煙外来費用の補助を制度化



喫煙指定場所（屋外）

健康づくりの取り組みについて

■予防接種

- ・利用者の感染予防には職員の感染予防が重要との観点から、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症の予防接種を積極的に推進しています。
- ・接種費用の接種者負担分は法人が全額負担しています。

■ストレスチェック

全対象職員を対象に、毎年ストレスチェックを実施するとともに、年1回の職員面談や相談窓口を設置し、職員のストレス防止を推進しています。

■診療費用の支援

職員が法人産業医の医療機関を受診した場合の診療費用（薬剤費除く）を法人が全額負担しています。

■働きやすい職場環境づくり

- ・有給休暇は、時間単位、半日単位で取得可
- ・育休制度、介護休暇、看護休暇等、短時間勤務など、職員個々にきめ細かに対応
- ・忘年会や親睦会など職員間コミュニケーションイベントによるメンタルヘルス対策



健診・受動喫煙対策の実施状況

■健診等の状況

健康診断受診率	100%
生活習慣病予防検診受診率 (35歳以上)	100%

■受動喫煙対策の状況

居住エリア禁煙	昭和56年から
建物内禁煙	平成20年から

■その他

2018年2月	健康経営優良法人認定（中小規模法人部門）
2018年6月	優良健康づくり事業所認定（金賞）
2018年6月	MS認定制度ダイヤモンド認定
2021年2月	四国運輸局優良事業所表彰（福祉・バリアフリー貢献）
2023年9月	障害者雇用優良事業所表彰

【2024年9月 健康づくり推進活動功労者知事表彰】



職場で取り組む

健康づくり取組事例集 Vol.11

令和7年3月

発行 徳島県保健福祉部健康寿命推進課

〒770-8570 徳島県徳島市万代町1-1

電話 088-621-2208

ファクシミリ 088-621-2841