

健康経営って何だろう？

健康経営とは、企業にとって大切な資本である従業員の健康に配慮することで、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらし、結果的に業績向上等が期待できる注目の経営戦略です。実際にどんなことを行っているのか、今回は健康経営に取り組む2つの企業を紹介します。



有限会社 三崎工業
知念 秀明 代表取締役

社員の健康で明るい笑顔のために

弊社のスローガンは「働くこと学ぶこと健康なことが最高の財産」です。社員数15名と少数で就業しているため、体調不良などで休みがでると業務にも影響があることから、沖縄県を含めた健康推進機関5者が協定を結び実施している「うちなー健康経営宣言」を掲げ、会社全体で健康への取り組みを始めました。



社員丸となって
取り組んでいます

出来ることからチャレンジ

オリジナル健康標語を社員から募集したり、独自で作成した身体健康チェックリスト

を活用して、運動や暴飲暴食の有無、睡眠の状況を確認し、普段の生活習慣を見つめ直す機会を設けています。例えば、提出されたチェックリストの項目でNOが続く場合は、どのように改善できるか従業員と一緒に考えています。



▲社内のトレーニング室で汗を流す社員の皆さん

健康経営を実践しての効果

心身ともに健康になることで体調不良による欠勤が減り、仕事への集中力も高まりました。

また、健康を意識するきっかけを作ること、日常生活のありがたさを感じ、社内でもコミュニケーションが増え、互いを気遣い合う働きやすい環境が生まれていると感じています。

皆が健康で生き生きと働ける職場環境を目指して

まずは出来ることから始めて、継続させることを心がけています。「おきなわ健康経営プラス1プロジェクト」の参画企業として、今後も健康に関する最新情報や知識をいち早くとらえ、ホームページ上で積極的に発信していきます。

また、女性活躍の加速化に向けた「Womanちゅ応援宣言」のもと、男女平等に出産・育児・介護をしながら仕事を続けていけるよう、職場の環境整備に努めています！



沖縄ツーリスト株式会社
健康経営推進室
玉村 美智子 マネージャー

健康に特化した専門部署を設置

2015年にOTSグループ全社員を対象に実施した個別面談で「喫煙問題」が浮上しました。喫煙者だけでなく受動喫煙により非喫煙者の社員やお客様にも健康被害が及ぶ可能性があることから、接客業を担う立場としてまずは、喫煙による健康被害を防止しようと2016年に社内に健康経営の専門部署「健康経営推進室」を新設。

主に健康に関するセミナーや講習会、社員約300名の健康管理などを行っています。

社員だけでなく家族も一緒に

初めは職員からの反発もあり、とても苦勞しましたね。そこで、健康に対する意識を持つてもらおうと全社員向けにタバコの害について勉強会を開きました。中には、「旦那にタバコを止めさせたい」と奥さんも一緒に参加する方もいました。



▲禁煙セミナーを受講する職員のみなさん

一人一人にあったサポートを

長年続けていたことを今すぐに止めるのは難しいので、部署ごとにチームを作り、取り組

んでもらいました。また、すべて社員任せにするのではなく、推進室や役員も一緒になって何が問題なのかを考え、個人にあったサポートを実施。

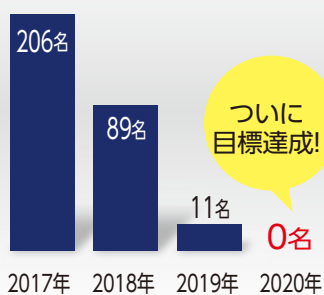
他にも、定期面談や実際に禁煙した役員の体験を話してもらうなどして、自分事として考えてもらえるように様々な手を尽くしました。

喫煙者ゼロの実現・維持

期日までに目標達成できるか不安はありましたが、2020年1月、喫煙者ゼロを無事達成することができ、とてもホッとしていました。

現在も、二次・三次喫煙問題の勉強会や定期面談を行うことで、喫煙者ゼロを維持しています。

OTS全社員の喫煙者推移



これからも社員の健康のために

車社会の沖縄では、歩くことが少なく運動量も減るため、今後は健康と体力増進を図るためのウォーキング促進運動「歩くGO！」やメンタルケアにも力を入れていきたいと思っています。

GLOBAL WELLNESS DAY

無料のヨガ体験を開催!

日 6/11(土) 午前6時開始 場 瀬長島
問 沖縄ツーリスト(株)健康経営推進室
☎ 080-8559-9517

※新型コロナウイルス感染状況によっては中止となる場合があります。



健康増進課では Instagramを活用して

市民のみなさん向け

野菜が
多くとれる
店舗紹介

からだに
プラスになる
情報

那覇市の
健康UPに
向けての事業

の情報を
発信しています。
詳しくはこちら▶



NAHA.KARADA

企業のみなさん向け

健康経営セミナー開催情報

那覇商工会議所
企画業務部



企業向けの健康づくり情報

沖縄県保健医療部
健康長寿課



「うちなー健康経営宣言」申請・相談窓口

全国健康保険協会
沖縄支部



沖縄労働局労働基準部
健康安全課



Be healthy. Be happy
ナハカラダ