



2021
健康経営優良法人
Health and productivity

認定証

(中小規模法人部門)

法人名 **ハヤマ運輸株式会社**

貴法人は、従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践する「健康経営」の取組が優良であると認められました
よって、ここに「健康経営優良法人2021(中小規模法人部門)」として認定します
経済産業省及び厚生労働省と共に、今後一層取組を推進されることを期待いたします

2021年3月4日

日本健康会議



健康宣言実施結果報告書

事業所名

ハヤマ運輸株式会社

健康づくり
担当者名

大山恭央

| 項目 | | 実施項目 にチェック | 取組内容・実施結果(数値報告) |
|------|-------------|-------------------------------|---------------------------------|
| 必須項目 | ① | 経営者自身が健康宣言事業に取り組む | ✓ 社長自ら健康宣言を実施し、社内外への発信も積極的に実施 |
| | ② | 組織体制の整備 | ✓ 社長が営業課長を推進担当者に指名 |
| | ③ | 受動喫煙対策の実施 | ✓ 屋内全面禁煙、屋外に喫煙所を設置、電子タバコ体験会実施 |
| 選択項目 | ① | 社員の家族の健康にも積極的に取り組みます | ✓ オフィスおかんによる自宅での栄養バランスに配慮した総菜提供 |
| | ② | 定期健康診断の受診 | ✓ 巡回バス検診の実施、深夜業務者年二回受診、実施率100% |
| | ③ | 受診勧奨の取り組み | ✓ 再診必要者のフォローとその結果を記録 |
| | ④ | ストレスチェックの実施 | |
| | ⑤ | 健康増進・過重労働防止に向けた具体的な目標(計画) | ✓ 再受診対象者への受診率向上。目標値100% |
| | ⑥ | 管理職または一般社員に対する教育機会の設定 | ✓ 健康をテーマにしたzoomセミナーを開催 |
| | ⑦ | 適切な働き方の実現 | ✓ 年間5日間の有給休暇全員消化 |
| | ⑧ | コミュニケーションの促進 | ✓ 朝礼、清掃部門間チェック会、読書会、回覧会、オフィスおかん |
| | ⑨ | 病気と治療と仕事の両立 | ✓ 勤務時間内の通院可能な環境整備 |
| | ⑩ | 保健指導の実施 | ✓ 対象者(8人)への特定保健指導の実施 |
| | ⑪ | 食生活の改善 | ✓ オフィスおかんによる栄養バランスを考慮した総菜の設置 |
| | ⑫ | 運動機会の促進 | ✓ 朝礼時にストレッチ、控室に運動機器、マッサージ器具導入 |
| | ⑬ | 女性の健康保持・増進 | ✓ 婦人科検診受診の勧奨 |
| ⑭ | 社員の感染症予防 | ✓ オゾン空気清浄機、マスク配布、アルコール消毒、定期換気 | |
| ⑮ | 過重労働への対応 | ✓ 超過勤務80時間の管理と業務調整 | |
| ⑯ | メンタル不調者への対応 | ✓ 挨拶、点呼時の積極的不調者早期発見と対応、挨拶研修 | |

取り組み内容「PRシート」

事業所名 **ハマ運輸株式会社**

貴社の重点実施項目の中から「**アピールしたい取組**」があれば、下記の欄にご記入ください。写真・イラスト等を載せていただいても結構です！

選択項目番号

⑩

●特定保健指導の実施

当社として初めて特定保健指導を受けました。特定保健指導とは健康診断結果に基づき生活習慣病の危険度が高いと判断される社員に対し、保健師や管理栄養士が改善行動をサポートしてくれます。今回8名の社員が指導を受けることができました。実行する三つの目標を一緒に考えて作成し、6か月間、毎月電話や手紙でフォローしてくれます。自分一人だけでは続きづらいことも人からのサポートがあると何とかしなければという思いができて実行しやすくなりました！今後も毎年指導を受け社員の健康生活を推進していきたいと思います。



スズヤマ食品特定保健指導実施プログラム

【職種別実施】

| 実施時期 | 実施の目的 | 実施内容 | 実施頻度 | 実施者 |
|----------|-----------|--|------|-----|
| 2023年10月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2023年11月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2023年12月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年1月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年2月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年3月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年4月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年5月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年6月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |

【勤務先別実施】

| 実施時期 | 実施の目的 | 実施内容 | 実施頻度 | 実施者 |
|----------|-----------|--|------|-----|
| 2023年10月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2023年11月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2023年12月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年1月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年2月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年3月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年4月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年5月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |
| 2024年6月 | 特定保健指導の開始 | 健康診断結果に基づき、生活習慣病の危険度が高い社員を対象に、保健師や管理栄養士による個別指導を実施。 | 毎月1回 | 保健師 |

選択項目番号

⑪

●食生活の改善

オフィスおかんと控室に設置しました。専用冷蔵庫を設置して24時間全商品100円で購入できる置き型社食です。特に長距離大型ドライバー、一人暮らしの社員等、食生活が偏りがちな人向けに管理栄養士が監修したすべて国内製造の美味しいお惣菜をいつでも食べられます。時間のない時やもう一品欲しい時また車内に持って行っても食べられる様冷たくても美味しい商品も用意してあります。毎月新商品がたくさん出てくるので飽きることなく続けています。健康診断で食生活の改善をしなければいけない人にもとても便利です。コミュニケーションの活性化や従業員満足度にも貢献しています。

