

特集

全国健康保険協会（協会けんぽ）奈良支部による「健康経営®」の実践支援・サポート事業について

◀◀◀◀◀ 全国健康保険協会（協会けんぽ）奈良支部

1 はじめに

先般、ナント経済月報（2022年4月号）の特集に、奈良県内の中小企業における「健康経営」の重要性について取り上げられました。協会けんぽ奈良支部では、「健康経営」の実践支援・サポート事業として、約5年前より「職場まるごと健康チャレンジ」事業、2020年度より新たに「職場まるごと健康宣言」事業を展開しています。

本稿では、健康経営の必要性、および奈良支部の最新の実践支援・サポート事業等につきまして、ご案内をさせていただきます。

2 健康経営は「未来への投資」

日本では人口減少、少子高齢化が急速に進み、企業や社会を支える担い手・人材の不足等が懸念されており、特に中小規模法人においては、人材の確保や定着率の課題に直面しています。事業の持続可能性を高めるためには、知識・経験・技能

が備わった人に、できるだけ長く働いてもらえるように、従業員の健康維持や働き方に配慮した職場づくりが大切です。一方で、従業員の中では、生活の基盤となる健康を重視し、QOL（クオリティ オブ ライフ）の向上や生活の維持、資産寿命の延伸等を考えて、「健康に配慮があり働き甲斐のある職場であれば、働きたい」と思う人が年々増えてきているのが現実です。

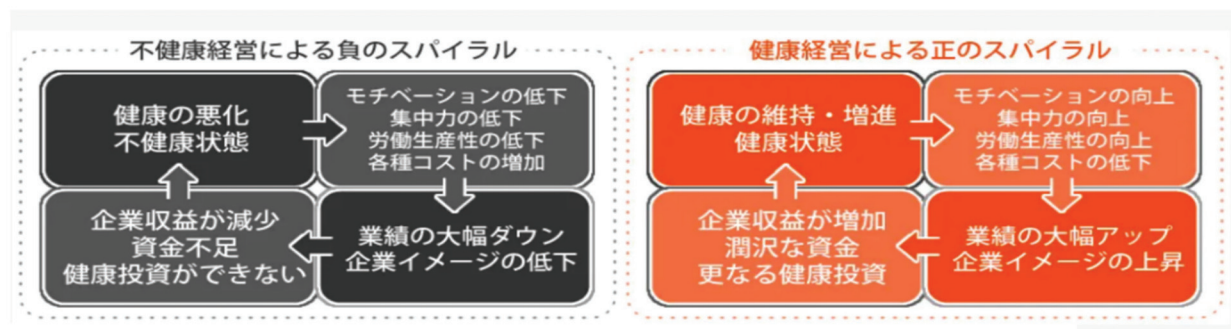
こうした中、職場で働く人の平均年齢が上がり、特に中高年齢層では、生活習慣や労働環境の影響により、肥満・高血圧・糖尿病・がん等の重症化や、心疾患・脳卒中などで、突然休職となる人も増えています。

その対策としては、働く人の健康を本人任せにするのではなく、「年1回の健康休暇」を与えて「健康診断」を受診してもらい、働く人の健康リスクを遠ざけるため、企業として介入していくことが得策です。

また、事業主が率先して、毎年の健康診断の結

健康経営の目的（正のスパイラルへ）

（高知工科大学経済・マネジメント学群レポートを利用）



企業経営の第一は、働く人の「健康と安全」を最重要視することです。

- 健康経営の最大の目的は、不健康経営による負のスパイラルを断ち切り、正のスパイラルへと転換させることです。中小企業ほど少数精鋭の維持に必要不可欠です！
- 人は不健康になるとモチベーションや集中力が大幅に低下するため、ヒューマンエラーが増加します。また、体調不良による遅刻や早退、欠勤、退職が増加するため、医療費負担や採用コスト、育成コストが増加します。このような状態が慢性化すれば、業績は大幅に悪化し、企業イメージの低下、企業収益の減少につながり負のスパイラルが続いていくことになります。知識や技量が高く経験を積んだ人の代替は、簡単にはできません！

果に対して必要な対策（特定保健指導や早期治療等）をとることで、従業員の健康意識が高まり、仕事への集中力やモチベーションが向上することで、業務効率の改善や企業の発展につながります。

企業の役割・ミッションは、ヒト・モノ・カネ・情報等の経営資源を調達（投資）し、最小のコストで最大のリターンを得ながら持続的発展を通じて社会に貢献をしていくことですが、経営資源の中で、投資対リターンを最も大きく左右するのは人（ヒト）であると言われています。働く人が意欲と能力を充分発揮できる「健康経営」は、企業にとって必要不可欠な「未来への投資」です。

3 協会けんぽ奈良支部による「健康経営」支援・サポート事業

協会けんぽの全国 47 支部においては無料で「健康宣言」事業を展開しています。

健康宣言は、事業所全体で「健康づくり」に取り組むことを事業主が宣言し、協会けんぽと事業所が協働・連携することによって、従業員の健康の保持・増進を図ることを目的とする取り組みです。

奈良支部の特長は「職場まるごと健康宣言」事業として、職場全体の健康度向上目標の設定に加えて、働く人全員の健康意識を高めるために、各人の生活習慣の改善や健康行動につながる「個人メニュー」を提供していることです。

職場まるごと健康宣言は、①定期健診の実質100%実施②特定保健指導の受入れ③要治療・再検査の受診勧奨④全社的な取り組みを基本としており、また、個人メニューの提供により、一人ひとりのスモールチェンジをコンセプトに食事・運動・休養等の習慣を改善して、より健康になることを目指しており、非常に人気が高くなっています。

この健康宣言事業にご参加していただいている事業所数は、2022 年 4 月末で 620 社まで拡大し

Step1: エントリー、発信・周知

- 「健康宣言の証」と「ステッカー」をお送りしますので、社内外の様々な方の目によく触れるところに掲示してください。（チャレンジキットもお送りします。）
- 目標を記入できるポスタータイプの健康宣言書も併せてご活用ください。

Step2: 健康宣言書の記載項目 ①～④の実践

健康宣言書に記載されている①～④の項目について取り組みましょう。

- 宣言項目①：定期健康診断受診率100%（実質）
宣言項目②：特定保健指導の受け入れ
宣言項目③：健診の結果、要治療・再検査となった社員への受診勧奨
宣言項目④：職場の活性化のため健康づくりに関する全社的な取り組みの実施

Step3: さらに健康経営の推進

- STEP2により健康経営が社内に浸透してきた企業は、自社の健康課題等を把握し、健康経営をさらに進めます。（協会けんぽがサポートします）
- 経済産業省の顕彰制度である「健康経営優良法人」の認定を目指しましょう！

健康宣言書

わが社は、従業員が元気に働ける会社を目指して以下の取り組みを実施することを宣言します。

事業所名: _____

事業主名: _____

☐ 1. 定期健康診断受診率100%の実質実施

☐ 2. 特定保健指導の受け入れ

☐ 3. 健診の結果、要治療・再検査となった社員への受診勧奨

☐ 4. 職場の活性化のため、健康づくりに関する全社的な取り組みの実施

わが社の「令和4年度重点取り組み」

令和〇年〇月〇日

全国健康保険協会 奈良支部

職場まるごと健康宣言 宣言の証

貴事業所は、全国健康保険協会奈良支部と協力し、職場の健康づくり企画である「職場まるごと健康宣言」に取り組みを宣言された取り組み事業所です。

取り組み事業所 協会けんぽ奈良支部

全国健康保険協会 奈良支部

http://www.kyokushinpo.or.jp/

健康経営推進センター 奈良支部

（協会けんぽ奈良支部）

ており、また、経済産業省・日本健康会議による2017年からの健康経営優良法人認定（2022年は県内中小規模部門で116社が認定）の申請においても、この健康宣言事業への参加が必須となっておりますので、今後もベースとなる「職場まるごと健康宣言」事業の普及に努めてまいります。

健康経営優良法人認定事業所数

※奈良支部加入事業所

優良法人認定	「職場まるごと」参加	優良法人認定事業所	
		大規模	中小規模
2017認定	81社 (2016年度職場まるごと健康チャレンジ) ※2016年12月～2017年1月開催	0社	1社
2018認定	321社 (2017年度職場まるごと健康チャレンジ) ※2017年8月～10月開催	2社	4社
2019認定	471社 (2018年度職場まるごと健康チャレンジ) ※2018年6月～8月開催	4社	22社
2020認定	707社 (2019年度職場まるごと健康チャレンジ) ※2019年7月～9月開催	9社	44社
2021認定	271社 職場まるごと健康宣言事業所 ※2020/4～2021/3累計	9社	58社
2022認定	620社 職場まるごと健康宣言事業所 ※2020/4～2022/4累計	12社	110社

(協会けんぽ奈良支部 調べ)

また、協会けんぽでは、医療費データや健診結果等に基づき、事業所の健康課題が把握できるよう、健康状態が見える化した「事業所カルテ」を作成し、健診対象者が10名以上の健康宣言事業所に毎年送付しております。

「事業所カルテ」は一人当たりの医療費や健診・特定保健指導の状況、生活習慣病のリスク保有者

や改善者の割合などを県内企業や同業種の平均値と比較していただき、自社の健康リスクや弱点をカバーする対策等に活用していただくものです。

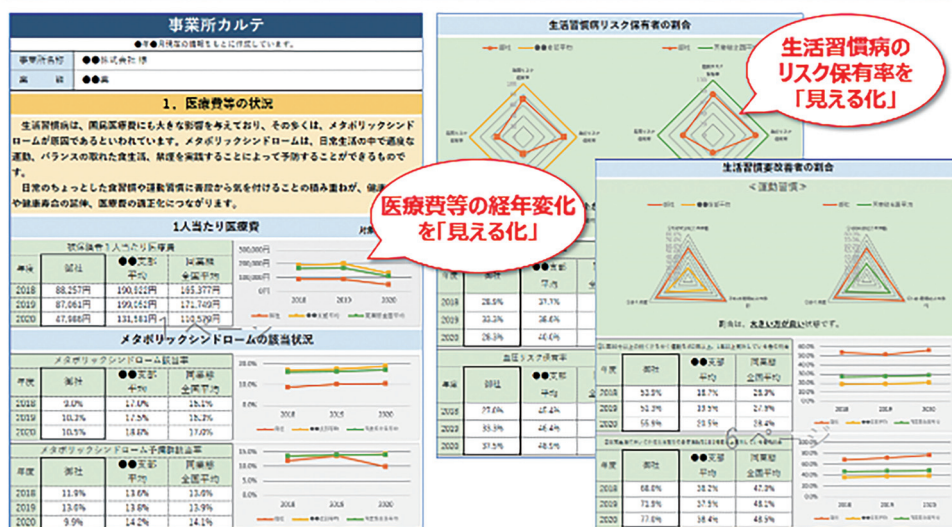
その他の従来からの重要な保健事業としては、健診結果に基づき、生活習慣の改善が必要な対象者向けに、保健師・管理栄養士等による生活習慣の見直し・改善アドバイスを無料で受けていただく特定保健指導（事業所での面談またはWeb）があります。ちなみに奈良支部加入者の特定保健指導後のメタボリックリスクの改善率は、対象者の皆様方のご努力もあり、過去3年間で全国最上位にランクされています。

この特定保健指導をよりスムーズに受けていただくために、がん検診（胃・肺・大腸）を含む年1回のお得な「生活習慣病予防健診」をお勧めしており、ほぼ同額での、がん検診を含まない一般定期健診から変更される事業所が増えてきております。

また、職場での健康講座は今年度も30回ご用意しておりますのでご活用ください。

コラボヘルス（事業所カルテの提供+事業所での活用）

- 協会けんぽが保有する医療費データや健診結果等から、事業所ごとの健康状況、課題を「見える化」。



(協会けんぽ奈良支部 調べ)

4 職場まるごと健康宣言事業（健康経営）の普及、地域社会への拡大に向けて

コロナ禍もあり、企業や地域社会において、健康意識がさらに高まっており、2020年4月にリニューアルした職場まるごと健康宣言事業所数は前述のとおり大幅に増加し、その普及・拡大を積極的に応援して下さる民間保険会社や、奈良県信用保証協会などの関係団体も増えてきております。

県民の健康づくりや医療費の適正化については、すでに、県・自治体、医療・労働・産業保健・保険者・経済関係団体等との連携を深めながら推進していますが、昨年には、「健康まちづくり事業」を展開中の田原本町、商工会との連携により、モデルケースとして「健康経営」を通じた町内事業所・地域の活性化を目指す取組みを始めました。

また、奈良県医師会との連携事業「特定健診」×「かかりつけ医」推進プロジェクトも立ち上げました。引き続き、健康経営の考え方を地域社会や家庭に広めながら、健康で働きやすい職場環境づくり、明るい社会づくりに貢献してまいります。

5 最後に

昨今「人生100年時代」と言われていますが、誰もが健康で、できるだけ長く働き、社会に貢献しながら、「健康で長く生き、幸せに暮らす」ことが理想です。

そのためには、現役時代からの予防と健康づくり、健康的な生活習慣をしっかりと身につけ、一次予防（生活習慣病予防健診、事業者健診・特定健診）、二次予防（特定保健指導、早期治療・重症化予防）、三次予防（リハビリ、再発防止）等の凡事徹底が大切です。

最近のコロナ禍においては、外出控えやテレワークによる運動不足、体調管理の不徹底、ストレス

の増加、健診・検診の抑制など、労働環境や社会生活の変化により、生活習慣病に加えて、メンタル不調やコロナ感染リスクなどの課題が増えています。

With Corona 時代においても、働く人の「健康と安全」が第一ですので、職場における健康経営という経営手法の実践と継続により、これらの人的リスクの低減や課題解決、業績の向上につなげていただければと存じます。

また、健康経営はSDGsとの親和性が高く、17のゴールの中でも、特に「3 健康と福祉を」「8 働きがいも経済成長も」「11 住み続けられる街づくりを」そしてパートナーシップで目標を達成しようなど、SDGsに貢献できますので、「健康経営」は社会の「幸せづくり」につながっています。

今後も私共は、加入者の健診結果・レセプトデータの分析に基づくデータヘルスや、健康宣言事業所の普及・拡大、コラボヘルス等の充実に力を入れ、ご家族や地域を含む「予防と健康づくり」「医療費の適正化」等に取り組んでまいりますので、引き続きのご理解・ご協力をお願いいたします。



- 健康経営は「健康づくり」です。
- 健康づくりは「幸せづくり」です。
- 一人ひとりが、当事者意識をもって豊かな健康長寿社会を築いていきましょう！

協会けんぽ 奈良 | Q



※「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。