

社員が心身ともに 健康で安心して 働き続けるために

★健康経営優良法人認定 2025
中小規模法人部門 認定(5年連続)



▷ きっかけ

生産性を高め、会社が成長し続けていくためには社員が心身ともに健康、健やかな状態で仕事ができる職場環境が必要であると考え、2020 年秋ごろから健康経営の取組を開始。

▷ 主な取組

- 健康診断＋婦人科検診(乳がん・子宮がん検診)を全額補助し、35 歳以上から人間ドックの実施。また、一定役職者以上の社員にオプション検査を2万円まで補助し、診断日・再検査日は出勤認定としている。
- 社内に糖質などに配慮した飲料を常備し、費用負担の実施。
- スポーツ継続のための費用として 2,000 円/月を補助する「スポーツ継続サポート補助金制度」や長期的な健康目標を達成した場合に報奨金を支給する「健康チャレンジ表彰制度」を導入。
- 入社後 3 か月で有給休暇を 10 日間付与。また、旅行や家族との時間を大切にできるよう、有給休暇の取りやすい風土にするため定期的に管理者への呼びかけを実施。
- 消滅する有給休暇を最大 20 日積み立て、本人や家族が病気等の際に使用可能とする「積立有給制度」を導入。
- フリーアドレス席、オフィス BGM、私服勤務などのリラックスできる環境を整備。
- 年1回健康意識を把握し、健康経営改善点を対策するために社員へ「健康習慣アンケート」を実施。

▷ 効果・メリット

従業員のモチベーション向上に貢献

取組の結果、新卒の離職率は過去5年で0%を達成、年1度の健康習慣アンケート(社員向け)健康施策満足度の項目が 2019 年度は 45%に対し、2025 年度は 72%と向上など、職場環境の改善、各種制度の導入により従業員のモチベーションが向上し、好循環が生まれている。

▷ 今後の展望・意気込み

私たちの仕事(システム開発)は、社員 1 人 1 人が手づくりあげているものなので、その作り手である社員を何よりも大切にしています。

そのため社員が心身ともに健康で安心して働き続け、また将来の素晴らしい生活が思い描けるよう、引き続き心とからだの健康施策に取り組んでまいります。

社員の健康無くして、 会社の発展なし

★健康経営優良法人認定 2025
中小規模法人部門 認定(2年連続)



▷ きっかけ

「社員の健康無くして、会社の発展なし」という社長の理念のもと、社員の健康管理に力を入れる中、社内で健康経営アドバイザーや健康経営戦略事務局の設置など、工夫を凝らしながら健康経営の取組を実施。

▷ 主な取組

- 特定保健指導の対象となった社員に対し、保健師と当該社員の日程調整を行い、ICT 面談も活用しながら業務時間内で保健指導が行えるように調整を実施。
- 健診の結果、再検査が必要とされた社員に対し、医療機関の再受診完了まで所属部署・健康担当部署が連携し、勤務時間中でも再検査を受診できるように勤務調整を実施。
- 3食をきちんと取ることと栄養バランスの取れた食事の習慣化などを目的に全社員へ野菜ジュースの配布を行い、意識改革に努めている。
- 熱中症対策として、塩タブレットや経口補水液・ゼリーを配布し、かき氷機を設置。また、冷房機器の設置や酷暑時間帯の作業中止などにより、現場社員及び作業員の安全を確保。
- 2025 年3月に女性社員チーム「LANDING 建設こまち」を発足させ、現場作業所における快適トイレや女性休憩室の設置・女性目線での安全パトロール等、女性社員が活躍しやすい職場づくりに向けた環境整備を実施。

▷ 効果・メリット

従業員の健康意識向上に貢献

2025 年度では野菜ジュースの配布を既に2回実施し、約4割の社員が「健康意識が上がった」と回答している。また、特定保健指導、再検査の両方とも 100%の達成状況となっている。

▷ 今後の展望・意気込み

社員の健康は会社の財産です。社員が明るくやりがいを持って働ける職場環境づくりを、戦略的健康経営の目標と捉え、これからも社員の健康意識向上を推進していきます。女性社員間のコミュニケーションやモチベーションアップを「LANDING 建設こまち」を主体にして進め、会社・家庭の両面で女性社員がいきいきと活躍できる会社づくりにも取り組んでいきます。また、社員だけでなく、その家族、さらには協力企業の方々にまで、運動の習慣化やバランスの取れた食生活についての継続的に啓発を行い、「健康」の輪を広めていきます。

社員一人一人が心身ともに 健康で生き生きと 働き続ける職場

★健康経営優良法人認定 2025
中小規模法人部門 認定(3年連続)



▷ きっかけ

当社は公共インフラ高速道路の窓口業務(料金所)であり、365日24時間体制で安定的な事業継続を行うことが使命であり、使命を達成するために2020年度より健康経営の取組を開始。

▷ 主な取組

生活習慣病改善・予防対策

- 健康課題の1つである「動脈硬化予防を中心とした生活習慣病改善・予防」として、日常生活の中で活動量を上げるため、歩く動機付けとなる施策の「ウォーキングイベント」を実施。
- 歩数計を全社員に配付し、健康アプリと連携することで5,000歩/日を達成した者に1日5ポイントのギフトを付与し、社員が進んで楽しくウォーキングする環境を整備。更に年2回、ウォーキングのランキングイベントを実施。
- 社員の健康と受動喫煙防止のため、2009年度より、禁煙施策として「禁煙奨励制度」(健康保険が適用される禁煙の治療に係る費用の全額助成)を実施。
- 質の良い睡眠が取れるよう当社契約の嘱託医の監修のもと「快眠ハンドブック」を作成し、社員全員に配付して睡眠対策を実施。
- 健康向上の取組として、「毎朝のラジオ体操」、「減酒・断酒治療費補助制度」を実施。

▷ 効果・メリット

2024年度健康診断結果より、飲酒・間食といった嗜好品の摂取状況は広島県企業平均よりも低く良好であった。運動習慣がない社員の割合は男女ともに年々減少傾向にある。また、朝食の欠食、夜遅い夕食等も減少している。

▷ 今後の展望・意気込み

公共インフラの一つである高速道路事業の一翼を担う当社が事業を継続させるためにも、社員一人一人が心身ともに健康で、生き生きと働き続けることが大切と考え「健康経営」に取り組んでいます。平均年齢が比較的高い当社にとって、社員の健康は当たり前のことではなく、努力して保たなければならないものです。少しずつでも社員の健康意識が高まるよう、引き続き「健康経営」に取り組んでいきます。

従業員が健康でイキイキと 活躍できる会社づくりを 目指して

★健康経営優良法人認定 2025
中小規模法人部門（9年連続）
ブライト 500 認定



▷ きっかけ

当社は1999年創業後、5年目に開発部長をがんで失い、社員の健康を守ることが経営者の責務と痛感。以来、「社員の真の幸福とは健康な人生を送ることにある」と強く認識し、「働くことがより健康になる会社」を目指し、健康経営の理念が当社の経営の根幹として定着している。

▷ 主な取組

一人ひとりの健康に向き合うフォロー体制

- 健診結果、ストレスチェック、疲労蓄積度チェックを通じて、社員一人ひとりの健康状態を把握
- 産業医や外部保健師と連携し、必要に応じて個別面談や健康相談を迅速に実施
- メンタル面の不調が見られる社員には、早期介入により心身の回復を支援
- 職場改善アンケートで課題を可視化し、現場の声を踏まえた改善策を衛生委員会で検討
- 広島県の「Team がん対策ひろしま」に参加し、社員向けのがん対策啓発活動を実施
- 朝礼後のラジオ体操や年3回の健康イベントを通じて、日常的な運動習慣の定着を推進
- 年1回の「生活習慣病予防セミナー」を全社員参加の総会で実施し、食生活の改善を促進
- インフルエンザ集団接種を実施し、個人接種も含め費用を一部補助、感染症発症時の出勤停止基準を整備し感染拡大を防止

▷ 効果・メリット

2024年度は健康施策の効果により、肝機能異常者が24%から13%へ減少し、健診有所見者も改善。また、産業医による保健指導を100%実施し、健康管理体制が定着。2025年の調査では、従業員の80%が健康づくりの支援が十分と回答し、従業員満足度が向上した。

▷ 今後の展望・意気込み

当社はデスクワーク中心の業務環境に伴う健康リスクに向き合い、定期健診の有所見者の低減に向けた施策を推進しております。今後は数値の改善にとどまらず、定期健診やストレスチェック、疲労蓄積度セルフチェック、および健康相談を通じて、従業員一人ひとりが不調を抱え込む前にラインケアで支え合える職場づくりを重視します。心身の健康と安心して働ける環境を整えることで、社員の活力を最大化し、組織の持続的な成長へとつなげてまいります。

社員の幸福と健康が 企業の重要な責務

★健康経営優良法人認定 2025
中小規模法人部門（4年連続）
ブライツ 500 認定



▷ きっかけ

2020年に人生100年時代の到来とともに、社員の幸福と健康が企業の重要な責務であると認識し、健康寿命の延伸と元気にイキイキと働くことができる企業であり続けたいと思い、健康経営の取組を開始。

▷ 主な取組

従業員の運動習慣定着に貢献

- 独自の「筋トレ」アプリを制作し、各々が目標を目指して各自のペースでトレーニングを実施し、記録を行っている。また、ポイント制度とし、高ポイント獲得者には表彰を実施。
- 社内で柔道を実施し、参加者は独自の「夜間学校出席ポイント」アプリによって、記録を行うとともに、実施者とコミュニケーションを図り、健康増進に繋げている。
- 週に3回の柔道には、社外（取引先など）からも参加があり、地域の健康増進について、社員と一緒に考え、行動するきっかけづくりをしている。
- 生産性向上を目的に外観検査装置「AI 検査くん」の開発を行い、人海戦術であった検査による社員の負担を軽減。
- 朝礼時や社内掲示板で心身の健康や食生活についての話を伝える他、特に気温や季節の変わり目については、臨床検査技師の資格保有者からの指導を実施。

▷ 効果・メリット

取組の結果、社員間のコミュニケーションが向上し雰囲気良くなっている。また、「筋トレ」アプリ等について、楽しみながら取り組み、運動習慣が身についた社員が増加している。

「AI 検査くん」の導入により、会社全体での月平均時間が 602 時間/月から 139 時間/月と時間外労働を大きく改善。

▷ 今後の展望・意気込み

従業員とその家族の心と体の健康を、何よりも大切な財産として捉える姿勢は、ヒロボーの原点です。安全・品質・信頼を積み重ねてきたものづくりと同じく、日々の健康づくりにも誠実に向き合っていきます。健診や生活習慣への意識を高め、対話を通じて支え合う風土を育みながら、一人ひとりがいきいきと挑戦できる職場を目指します。健やかな力を未来への推進力として、ヒロボーらしい歩みを続けていきます。

従業員の「健康」における 不安、不明を取り除き 安心感を持つために

★健康経営優良法人認定 2025
中小規模法人部門(3年連続)
ネクストブライト 1000 認定



▷ きっかけ

高齢化と人手不足が進む運送業界においては、従業員の働きがいや養うことができる職場づくりが肝要であると考え、健康経営の取組を開始。

▷ 主な取組

- 女性特有のがん検診(乳がん検診、子宮頸がん検診)について、対象の従業員の受診費用を会社が全額負担。また、検診の相談窓口に女性社員を配置し、オプション項目や日程調整などで相談しやすい体制を整備。
- 外部からの出前講座の受け入れなどを通じて、従業員に対しがんについての啓発活動を実施。
- エレベーターやエスカレーターを使用する場面において、「3階上がる(3アップ)、4階下る(4ダウン)程度であれば階段を利用する。」ことを推進する「3アップ4ダウン運動」を推奨し、日常生活における運動習慣の動機づけを実施。
- 残業の事前申告制を導入し業務配分の見える化を図り、さらにデジタコデータと連携した新システムにより、ドライバーの勤怠情報を月単位で管理。
- 乗務員を対象に睡眠時無呼吸症候群(SAS)のモニタリングを導入。

▷ 効果・メリット

がん検診受診率の向上に貢献

乳がん検診受診率 41%、子宮頸がん検診受診率 39%と 2024 年度目標値の 30%を達成。
定期健康診断受診率 100%を達成。

▷ 今後の展望・意気込み

双葉運輸の健康経営の柱は、従業員の「健康」に関する不安や不明を取り除き、安心感を持って働ける環境を整えること。特にライフステージの進んだベテラン従業員の比率が高いことから、がん対策に注力しております。一方で前立腺がん検診の適用率は 5%程度にとどまっていることから、費用補助の拡充等さらなる動機づけを推進して参ります。日々の会社側からの働きかけこそが従業員の「健康」への意識向上につながり、ひいては健康経営へと結びつくのではないのでしょうか。