

H P ● <https://nakakei.co.jp>

所在地 ● 京都市南区吉祥院石原京道町6番地

業 種 ● 専門商社

従業員数 ● 46名 (R5.6現在)

健康経営に取り組むきっかけ

経営者オーナーの高い健康意識の下、所属する全国健康保険協会京都支部に対し2017年に「健康事業所宣言」を行いました。若手かつ優秀な人材の確保には「健康経営優良法人」の認定評価が不可欠と考え、これまでの取り組みや運用の実態をありのまま申請。次なるはプライト500の認定を目標に、社員の健康と安心そして健全な経営のため会社が主体となる取り組みを推進しています。

組織の体制

男女の健康保険委員の所属する管理部が中心となって全社全体の活動のサポートと進捗管理を実施。

各拠点の健康づくり担当者とともに経営者オーナーが全体をバックアップ。

健康課題の内容

「カルテ」を知り「立ち位置」を知り「健康」を極める

協会けんぽによる「事業所健康度カルテ 2021.6」から

1. メタボリックシンドロームの該当 13.6% (京都支部平均 14.5% に対し)
2. 生活習慣要改善者の割合から飲酒習慣 40.9% (京都支部平均 27.9% に対し)
3. 生活習慣要改善者の割合から睡眠習慣 54.6% (京都支部平均 63.0% に対し)

数値目標の内容と期限

●数値目標の内容

1. 適度な運動・バランスのとれた食生活を通じ内臓脂肪増加による症候を減らすこと。
2. 過度の飲酒を律し休肝日を設ける。
3. 夜更かしを控え規則正しく睡眠を確保

●目標値 (現状値→目標値 / 達成年度)

| | | | | |
|----|-------|---|----|---------------|
| 現状 | 13.6% | ➡ | 目標 | 13.0% (令和4年度) |
| 現状 | 40.9% | ➡ | 目標 | 33.0% (令和4年度) |
| 現状 | 54.6% | ➡ | 目標 | 63.0% (令和4年度) |



推進計画 (主な取組)

- ウォーキングイベント「ある古っ都」への参加
..... ポイント獲得でイベント参加啓蒙
- 同業者組合青年部との情報交換
..... 実践力ある青年部隊による意識向上策
- 健康保険委員によるセミナー開催 (朝礼含) ... 全社全体の意識啓蒙
- きょうと健康づくり実践企業認定取得にむけた活動

取組結果 (効果検証)

1. 目標 13.0 に対し実績 23.7 ... 評価 B から E ヘダウン ▼
 2. 目標 33.0 に対し実績 47.4 ... 評価 D から E ヘダウン ▼
 3. 目標 63.0 に対し実績 44.7 ... 評価 C から D ヘダウン ▼
- (いずれも
2022.6
実績分を確認)

健康状態の特徴と現状を把握し、経営者オーナーをはじめ社員間で「健康」に対する危機意識が高まり改善のための健康づくりに真剣に取り組んでいます。

