

# 「健康Action2025」の推進目標と2023年度活動実績

## こころとからだの健康

### 【目指す姿】

「こころ」と「からだ」の自律的健康管理を促進し、社員一人ひとりの「働くこと」と「健康」の調和を実現する。

意識の変容・行動変容に関する指標		目標（2025）	2023	2022
ストレスマネジメント	ストレスによる心身の変化に気づくことができる人の割合	82.0%より増加	80.0%	—
	ストレスの要因を把握できている人の割合	87.3%より増加	85.8%	—
	ストレスを緩和する方法を実行できている人の割合	75.3%より増加	72.2%	—
	困りごとを自ら相談できる人の割合	73.3%より増加	70.1%	—
健康的な生活習慣行動 9 項目のうち 6 項目以上ある人の割合		50%以上	43.4%	42.4%
体格	適正体重* <sup>1</sup> 維持者の割合	60%以上	61.2%	65.8%
	前年度、過体重* <sup>2</sup> ・肥満者* <sup>3</sup> の内 3 %以上体重減少した人の割合	22%以上	15.8%	17.0%
受診率	定期健診結果要医療者の受診率	90%以上	88.1%	96.2%
	がん検診の要精密検査者の受診率	90%以上	84.7%	59.7%
柔軟性・筋力の低下（ロコモ）が予防できている人の割合		38.0%より増加	37.2%	30.8%

\*<sup>1</sup> 適正体重: BMI18.5~24.9    \*<sup>2</sup> 過体重: BMI24.9~29.9    \*<sup>3</sup> 肥満: BMI30~

「こころとからだの健康」は行動に着目をした目標を設定した。目標が達成することで、将来的に期待される項目と、目標値ではないが経過を追っていく必要のある項目を経年的に参考としてみていく。

健康状態の変化	2023	2022
メタリックシフト <sup>①</sup> 該当者/予備群の割合	30.6%	25.7%
血圧有所見者の割合	19.3%	16.9%
脂質有所見者の割合	28.6%	27.9%
糖代謝有所見者の割合	9.6%	6.6%
高ストレス者の割合	12.1%	15.7%
喫煙率	22.1%	22.7%
腰痛がある人の割合	23.9%	20.0%
転倒災害件数	2件	3件

項目	活動の実施度合
情報発信・啓発活動	実施率100% トイレポスター28部発行
ヘルスリテラシー教育（体重）	e-ラーニング受講率 体重編85.1%
ヘルスケア教育・Wellbeingワークショップ	開催回数10回 参加率33.0%
生活習慣や体重に着目した保健指導	実施率100%
卒煙支援・啓発活動（世界禁煙デー）	実施率100%
健康づくり活動 全社ウォーキングイベント	春の参加人数661人 秋の参加人数760人 健康WALKプラス10（全6回）643人（36%）
健康づくり活動 健康優良職場 AWARD	実施率100%

## 職場の健康

### 【目指す姿】

働くこと・働く環境により、健康を害することがないように必要十分な安全配慮を行う。  
チームとしていきいきと働くことができる職場風土を醸成する。

意識の変容・行動変容に関する指標		目標(2025)	2023	2022
1か月以上のメンタル不調による休務者割合		0.8%以下	2.2%	1.6%
長時間労働者健診対象者による健康障害		0件	0件	0件
職場・事業所内での集団感染		0件	0件	0件
組織風土	高リスク職場数	0	0	3
	高リスク職場継続・再発職場数	0	0	0
	エンゲージメントスコア	50	46.6	43.3

活動内容	活動の実施度合
健康診断時の高ストレス者フォロー面談の実施	実施率100% (面談希望者)
メンタル不調による休務復帰時の振り返り支援の実施	実施率100%
リスクの高い職場への改善支援	実施率100%
支援を求めている職場への支援	実施率100%
長時間労働者健診の実施	実施率100%
COVID19の対応	国の指針に基づき随時対応

## 健康経営戦略マップに関する最終目標指標の実績

健康関連の最終的な目標指標	測定人数又は回答率	目標(2025)	2023	2022
プレゼンティーズムの低減 <sup>*1</sup>	98.3%	前年度より改善	24.8	25.3
アブセンティーズムの低減 <sup>*2</sup>	1628人	前年度より改善	4.5	4.6
ワークエンゲイジメント向上 <sup>*3</sup>	98.3%	2.52以上	2.10	2.04

\*1測定方法：SPQ(東大1項目版) 回答の平均値を100から引いた値

\*2測定方法：2023年度より、年間で連続1か月以上の傷病による休務日数(有給の有無は問わない)をまとめ、積算した病休日数を従業員数で除し、病休日数率として算出。

\*3測定方法：新職業性ストレス簡易調査票(短縮80項目版)

## 健康経営に関するその他の指標・実績

	2023年度	2022年度
定期健康診断受診率	100%	100%
週2回以上の運動をする人の割合	26.2%	24.8%
ストレスチェック受検率	98.3%	97.7%
生活習慣や体重に着目した保健指導	100%	100%
女性の健康課題に関する施策への参加状況	1.1%	3.6%
各施策の従業員満足度	4.28/5点満点中	4.03/5点満点中