

意識を変えて、はじまる健康

INVEST IN WELLNESS

vol.
02
2023.6

日曜日に考える
ウェルネスライフ

健康リテラシーの向上で豊かな人生を

〈福井キヤノン事務機株式会社の取り組み〉





福井キャノン事務機株式会社
代表取締役社長 岩瀬裕之氏

働き方改革で 目指す「豊かさ」を 社員と共有する

私は、2013年に叩き上げで社長に就任しました。2002年に役員に就任した時は、さらに「社員が誇れる会社」にしたいと考えていました。社長になってからは「社員と家族の豊かな生活」の維持・向上を大切にしてきました。私が考える「豊かさ」とは、金銭面だけではなく、たとえば家族で食卓を囲む団らんであったり、子どもの学校行事などに参加する時間を持つことなども含まれます。

仕事と生活のどちらも充実させるには、時間の管理が必要です。そのため、2014年に「福井キャノン流の働き方改革」をスタートし、社員の意識改革に加えて、ペーパーレス化や業務フローを見直し電子化することで、残業の削減や休暇の取得率が高まりました。

「福井キャノン流の働き方改革」の目的は、「自己実現を目指す」、「やりがいを高める」、「生産性を高める」、「会社／社員に貢献する」ことであり、「残業削減」や「休暇取得」は、あくまでも結果です。

これらの取り組みを続けたことで、生活と仕事を充実させたいと考える社員が増え、次のステップとして心身の健康管理の取り組みをしようと考えました。

社員の健康づくりを考える企業の取り組みを紹介します

FILE
01

福井キャノン事務機株式会社様

健康リテラシーの向上で 社員とともに豊かな人生を

在職中もその後も 健康に人生を 楽しんでほしい

「健康づくり」に取り組みにあたり、福井県済生会病院へご相談しました。弊社だけの取り組みではなく、この取り組みが将来、地域の企業様の参考になればという思いもありました。

健診は自分に合った検査を選ぶことが大切です。年齢や性別で必要となる項目が違うため、どんなオプション検査を追加すればいいのかわからない。検査内容をわかりやすく説明してもらうために、社員向けセミナーを開催していただきました。上限はありますがオプション検査の費用補助もしており、社員の80%が利用しています。また社員には、35歳から5年ごとの節目の年には一日ドックを全額会社負担で受診していただいています。

はじめはびんと来ていなかった社員も、今ではオプション検査を利用していますし、再検査の受診率も増えています。「働き方改革」も「健康づくり」も、政府が旗を振る以前から始めていました。経営のためではなくあくまでも社員のための取り組みですが、結果的に社員の健康は経営に影響すると考えています。体調が悪いとパフォーマンスが低下し、得意先に十分な価値提供ができなくなります。周りの社員の負担となり、関係者の満足度が下がります。このような負の連鎖は企業業績や生産性に必ず影響すると考えます。また、心身の健康管理は定年退職までの話ではありません。人生100年時代といわれるなか、退職した後も長い人生が続きます。社員には、在職中もその後も、健康に人生を楽しんでほしいです。

今は「健康づくり」のための取り組みですが、ゴールは「ウェルビーイング」だと考えています。将来的には「ウェルビーイング」を実現したいですね。

※「ウェルビーイング」は、心身と社会的な健康を意味する概念です。



社員の健康を 想う気持ちが より強くなつた

「働き方改革」の成果

牧野 「働き方改革」は、社長の号令のもと業務効率や生産性を高めるための工夫・改善に取り組みました。結果的に「見えるコスト」以上に「見えないコスト」の削減につながり生産性が高まったのではないかと思います。

池端 働き方を考えたことで、以前は、繁忙期になると夜食をとって仕事を続けましたが、今では退社時間が早くなり、数年前から家族と夕食をとるのが当たり前になりました。

牧野 制度や仕組みもどんどん進化し、休暇や制度も活用しやすくなり働きやすくなりましたよ。健康づくりを始める前に「働き方改革」に取り組んだため、社員の意識が徐々に変わったのだと思います。

牧野 「働き方改革を進める過程で2015年の夏、社長から「机の上はノートPCのみとする」といった通達があり、全社員が1カ月かけて断捨離を行いました。池端 夏なのに机の下に長靴があったり、机の上もひどかったので、全てを引き出しに片づけるには捨てるしかなかった。新社屋に移る3年前ですね。

牧野 新社屋はフリーアドレスなので、帰る時にPCも全てロッカーに入れます。あの断捨離があったから移行がスムーズでした。

池端 新社屋の設計は社員参画型で、社員の要望やアイデアが詰まっています。

牧野 私も新社屋プロジェクトに参加させていただいて、社員同士でどのような働き方をしたいか話し合いました。女性専用のオープンスペースやパウダールーム、相談しやすいように工夫したカウンターや集中したい時に籠れる部屋など、多くのアイデアが実現していて、更に働き方が進化しています。

「健康づくり」と自主的プロジェクト

牧野 総務担当者としての業務とは別に、社員の「健康づくり」を後押しするプロジェクト「健康Sister's」を自主的に立ち上げました。メンバーは3名です。

入社33年目
ICTアドバイザー
池端 禎久氏

健康づくり
プロジェクト
「健康Sister's」
メンバー
牧野 奈美氏

健康づくりプロジェクト

社内を活用して気軽に運動をしてみたいと思い、最初は、社内でストレッチができるスポットをビクトグラムで案内しました。また、チャットツールでストレッチを促すなど、健康情報を継続して発信することも始めました。

池端 健康情報は、今は週1回程度ですが、最初の2年間はお昼休みに毎日届きました。首が痛いなど思った時にストレッチを試してみるなど活用しています。「健康、健康」と言われると、意識するようになりますよ。

牧野 私は、どうすれば社員の健康リテラシーが上がるかを考えるようになってから、社員一人ひとりの健康を思いやる気持ちが強くなりました。

池端 会社の健診セミナーではオプション検査の説明もあり、自分にどんな検査が必要かわかるようになりました。去年は1日ドックに前立腺がんのオプション検査を付けました。オプション検査の費用は会社の支援制度があるのでありがたいです。

牧野 社員の方々の健診結果をもとに健診後のフォローアップにも力を入れるようになりました。年齢に関係なく再検査受診率も向上しており、再検査を受ける必要性を感じてきているのだと実感します。

池端 健診後に結果を受け取るだけで終わらず、健康セミナーや保健師さんからのアドバイスがあるので、生活習慣を見直すきっかけになっています。簡単に継続できることを自分がやれる範囲でできるだけ多く、無理なく実践することが重要だと理解しました。体重や血圧を毎日測り数字を意識し、食事面では量を減らす、野菜を多く取る、塩分控えめなど妻の協力を得て心がけています。健康を意識するのとはしないのでは、それだけで全く違います。健康を意識している今の気持ちを続けるためにも、会社には取り組みを継続してほしいと思います。

牧野 「健康づくり」の活動を更に推進しつつ次のステップとして、人生を豊かにする「ウェルビーイング」についても勉強して、視野を広げたいと思います。

健康を意識する、

今の気持ちを

継続したい



福井県済生会病院健診センターは、 ライフスタイルに合った健康との向き合い方を提案し、 豊かに輝く人生をサポートしています。

健康意識が変わる「健康経営」推進をサポート

人生の多くの時間を過ごす「企業」や「地域」において健康の取り組みが進むと、一人ひとりの健康意識が変わり、健康づくりが進みます。当センターでは地域・企業が目指したい将来像と現状の課題から、健康への取り組みと習慣づくりをサポートしています。



企業さまへPOINT①

企業様の課題に伴走し、状況に合わせた「健康経営」の取り組みをご提案

健診受診率や健康への意識づけなど、各企業様の状況に合わせた「健康経営」のための取り組みを提案します。多忙な毎日でつい見過ごしがちな症状の気づきを促し、年齢や節目において最適な健診プランの説明会を開催するなど、企業様ごとにカスタマイズした提案を行っています。

企業さまへPOINT②

企業様ごとの健診データ集計結果をご提供

健康経営に取り組むためには従業員の健康状況を把握することが大切です。企業様と当センター受診者の健診データを比較し、傾向を視覚化して提供します。
※当センター受診分に限りです

企業さまへPOINT③

精査対象者さまへのフォローアップ、受診状況をご提供

健診の目的は、早期発見・治療、重症化予防です。従業員の精査受診を勧め、後押しすることが、将来の生産性向上につながります。受診者への受診勧奨通知を実施し、受診状況を提供します。
※当センター健診受診分、精査受診状況把握分に限りです
※受診状況の提供には同意書が必要となります

企業さまへPOINT④

出張健康教室 有料

健康リテラシーの向上は、一人ひとりの健康意識を変えるきっかけになります。当院医師、保健師、認定看護師やコメディカルが地域・企業に出張し健康教室を開催します。地域・企業が目指したい将来像や現状の課題を伺い、様々なテーマで講義を行います。
※オンラインと対面どちらも可能です

【お問い合わせ、お申込み先】福井県済生会病院健診センター 健康経営応援担当者

健康経営へ「一歩前進！」記念企画

企業担当者様と当センターの打ち合わせ記念として、当センターでご利用いただけるオプション検査2,000円分のチケットをプレゼントします。

10社
限定

この機会を活用し「ウェルビーイング」を実現していきましょう。

※お申込みは企業担当者様が行ってください。
※打ち合わせの際にチケットをプレゼントします。
※右記のQRコードからのお申込みが必要です。



個人・地域・
企業さまへ

健康経営応援サイト

健康づくりや健康経営に関する情報やリンク等を掲載しています。本誌「INVEST IN WELLNESS」や企業向け「Invest in Health」のバックナンバーもご覧ください。



社会福祉法人 済生会支部 福井県済生会病院 健診センター

〒918-8503 福井県福井市和田中町舟橋7番地1
TEL 0776-28-8513 (直通) FAX 0776-28-8520
https://www.fukui-saiseikai.com/health_check/