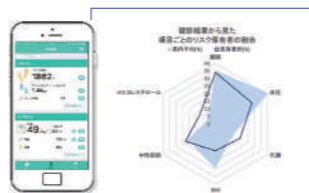


CHO構想推進事業所の登録制度と登録のメリット

CHOを設置して健康経営に取り組む企業や団体の県内の事業所を、「CHO構想推進事業所」として登録しています。通年募集しており、簡単な手続きで登録できます(同一企業であっても事業所単位での登録もできます)。令和2年2月25日時点で539事業所が登録しています。

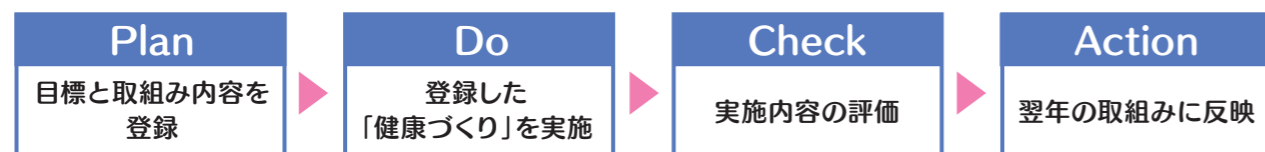
メリット1 健康経営のツールを提供します

県の健康管理アプリ「マイME-BYOカルテ」に従業員が健診結果を入力するだけで、県が事業所の健康課題を分析して、全県の状況とも比較できるように分かりやすくグラフ化して結果をお返しますので、従業員の健康課題の把握にご活用いただけます。



メリット2 毎年のPDCAで無理なく効果的な「健康づくり」を実践できます

CHO構想推進事業所の登録を通じたPDCAサイクル



メリット3 事業所のイメージアップにつながる登録証やステッカーを提供します

登録した事業所には、県から登録証、ステッカーなどを配布し、ホームページ等で事業所名や健康づくりの取組状況を紹介するなど、事業所の対外的なイメージアップを県が後押しします。



〈登録証〉



〈ステッカー〉



〈イメージロゴ〉

メリット4 健康経営関連の情報を配信します

登録方法などの詳細は「検索」で県ホームページをご覧ください。



神奈川県 CHO構想

検索



お問合せ先

神奈川県政策局ヘルスケア・ニューフロンティア推進本部室 ヘルスケアICTグループ
☎電話 045-285-0196 (直通)



従業員や
その家族の健康づくりに取り組む
企業や団体を応援します

CHO構想事例集

令和2年3月



CHO構想について



人材を大切にハート型の手で
人々を囲むことで、
従業員やその家族の健康づくりに
取り組む姿を表現しました。

CHO構想とは、企業や団体が事業所に健康管理最高責任者(CHO:Chief Health Officer)を設置し、従業員やその家族の健康づくりを行う、いわゆる健康経営を進める取組です。

県は平成26年から、このCHO構想の普及を図ってまいりました。その中で、健康経営については、取り組みたいと思っはいても、「ノウハウもなく何から始めればいいのか分からない」、「お金や人手もかけられない」といった理由から、なかなか取組を始められないという声がありました。

そこで、県では、健康経営をこれから始めようとする企業や団体にさまざまな方策を全て無料で提供し、CHO構想の実践を支援しています。

企業対抗ウォーキング

県の健康管理アプリ「マイME-BYOカルテ」(下記参照)をインストールしたスマホを持って歩くだけで参加でき、従業員の健康づくりに無料で気軽に取り組みます。参加企業ごとの平均歩数や参加人数等のランキングを県のホームページで公表し、平均歩数のランキング上位企業には、知事から表彰状を贈呈します。この他、参加率の高い参加企業にも賞状を贈呈します。令和元年度は173事業所が参加しました。



平成30年度受賞者の皆様

実施期間 令和元年11月1日～令和2年1月31日

参加条件 県内企業・団体・事業所の従業員とその御家族

令和元年度の実施状況は、「検索」で県ホームページをご覧ください。
令和2年度の実施については、詳細が決まりましたら
県ホームページでご案内します。



神奈川県 企業対抗ウォーキング

検索



従業員が自身で健康管理に
活用できます!!

マイME-BYOカルテで「未病」を改善!

体重・歩数などの日々の健康記録や、お薬情報、母子健康手帳、健康診断結果などを一覧で管理できます。あなたの大事な健康情報を記録しておけば、いつでもどこでも確認できますので、災害時など、いざというときも安心です。



あなたの健康づくりに
役立つ情報も
スマホにお届け!

まいみびよかるて

検索



健康づくりの取組事例をご紹介します

事例
1

事業所名
アクロクエストテクノロジー株式会社
□コンピュータソフトウェアの開発、販売、及びシステムコンサルティング事業、職場改善コンサルティング

〒横浜市港北区新横浜3-17-2
友泉新横浜ビル5F
従業員 64人

取組の経緯について

創業以来、社員がいきいきと働ける会社を目指しているが、社員がいつまでも健康であることが必須条件と考え、20年以上にわたり、様々な健康づくりに関する取組を行っている。



フットサル同好会での活動

主な取組内容

全社禁煙、体操タイム、コーヒーブレイクの実施、スポーツジムとの契約、社員寮の食事指導、卓球台、ダーツなどの設置、残業時間の制限等



社員寮の卓球台

効果

社員が、自然と健康な生活や食事に配慮するようになった。

今後取り組みたい事項

運動する機会の提供。
一部の社員は、ランニング同好会、フットサル同好会などで、自主的に運動をしているが、運動を好まない社員もまだまだ多い。



社員寮の食事指導したメニュー

CHO構想推進事業所への登録を検討している事業所への一言

企業が主体となった健康づくりは必要ですが、始めから大掛かりにやろうとすると、社員はついてこれません。何か一つでも、できることから少しずつ取り組むことをお勧めします。

事例
2

事業所名
医療法人社団カワサキ 歯科川崎医院
□歯科医院

〒相模原市中央区上溝3175-1
かみみぞクリニックビル
従業員 19人

取組の経緯について

歯科医院でありながら2018年より管理栄養士を採用し、患者への栄養指導介入を始めたことから、従業員の健康管理にも管理栄養士の知識を活用できると考えた。

一方で、効率よく栄養を取り入れるには健康な口腔状態が必要なため、従業員の歯科検診を行い、口腔ケア向上を目指そうと考えた。

また、同じグループ内の整骨院の専門知識も取り入れた健康づくりにも取り組めると考えた。

主な取組内容

- ・従業員の歯科検診を実施。日頃から健康な口腔状態をキープすることの重要性を周知し、モチベーションを上げるために従業員内で口腔状態が優れている者、上位3名をベストスマイル賞として表彰した。
- ・会議スペースにストレッチングボードやステッパーなどの運動器具を置き、休憩時間に従業員が使用できるようにした。ストレッチングボードで従業員の体の柔軟性を測り、上位3名をベスト柔軟賞として表彰した。

効果

表彰される＝同僚の見本となるため、各自が歯のメンテナンスや体の柔軟性を気にするようになった。まだ1年目なので前年との効果の比較は出来ないが、取組前より従業員の健康に対する意識付けが出来た。

今後取り組みたい事項

未病改善の勉強会や筋肉づくりの栄養講座などにも取り組みたい。



ベストスマイル表彰写真

CHO構想推進事業所への登録を検討している事業所への一言

健康づくりに関する情報は県の未病サイトやお茶の間で流れるテレビ番組などでも入手できます。まずはそれらの情報や経験を従業員同士で共有したり周知し合うことで、健康づくりを身近にとらえることができ、周りの影響によってモチベーションも上がるので、自分達の身近なテーマから始めると取り組みやすいのではないかと思います。

事例 3

事業所名 **KDDI株式会社 南関東総支社**
□電気通信事業

〒 横浜市西区高島1-1-2
横浜三井ビルディング25階
従業員 220人

取組の経緯について

KDDIでは、社員が幸せで、活力ある企業であり続けるために社員の「健康」が重要な経営課題と捉え、企業理念のもと、社員一人ひとりの健康を組織で支える健康経営を推進し、豊かな未来に挑戦し続けています。



ヨガ教室

主な取組内容

- ・社内カウンセラーを配置し、面談を通して、職場におけるストレスや不安等のヒアリングを実施
- ・社員が業務用として利用しているスマートフォンを用いて専用「歩数アプリ」を活用した社内ウォーキングイベントの実施
- ・外部講師によるストレッチ、ウォーキング、ヨガ、睡眠等の健康セミナーの実施(年1-2回)
- ・外部講師による「生活習慣病セミナー」の実施(年1-2回)
- ・安全衛生委員会での産業医による医療セミナーの実施(毎月)
- ・全社で行われるスポーツフェスティバルへの参加推奨(年1回)



大塚製薬様による健康セミナー

効果

社員自身が自律的に健康の保持・増進に取り組むようになっており、チーム対抗ウォーキングイベントも全社で1,500人以上が参加するようになりました。

今後取り組みたい事項

社内セミナー(座学、体験)の開催を継続し、多くの従業員の参加を呼び掛けていきます。



ストレッチセミナー

CHO構想推進事業所への登録を検討している事業所への一言

健康経営の取組を通して、社員の心身の健康の保持・増進に努めるとともに、「健康を大切にす文化」を定着させ、社員の活力と生産性の向上を追求しましょう。

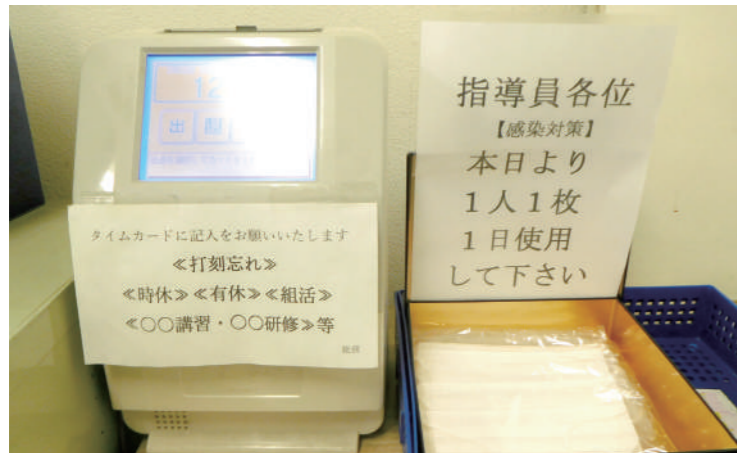
事例 4

事業所名 **株式会社シオン学園 三共自動車学校**
□自動車教習所

〒 藤沢市本藤沢1-11-23
従業員 70人

取組の経緯について

従業員の健康づくりを企業経営の一環として位置づけて、企業のイメージアップにも活用したいために参加いたしました。



感染症予防として職員の出勤時にマスクを配布

主な取組内容

- ・従業員全員の定期健康診断を実施し、要再検査の従業員に対し、再受診するように指導
- ・メタボリックシンドローム判定の従業員に対し、保健師・管理栄養士の方から、保健指導の個人面談を実施
- ・従業員全員に会社費用負担による、インフルエンザ予防接種を実施(アレルギーのある従業員を除く)
- ・ストレスチェック実施後の高ストレス者の産業医との面談を実施

効果

業務を休むような、体調不良の従業員が少なくなりました。

今後取り組みたい事項

メンタルヘルスの講習会を実施予定。

CHO構想推進事業所への登録を検討している事業所への一言

企業として、健康でなければいけないと思います。そのためにも、職員や職員の家族を大切に、健康に業務に従事していれば、業務の効率も良くなり、会社経営の向上にも繋がると思います。是非、CHO構想を取り組まれることをお勧めいたします。

事例 5

事業所名 **株式会社スポーツワン**
□スポーツイベントの企画、運営

〒 横浜市都筑区池辺町3984-1
従業員 200人

取組の経緯について

スポーツや健康を事業にしている弊社。働いている従業員も心身共に健康で元々よく自分の力を発揮できる環境を作ることが、生産性向上や業績アップに繋がりが、会社、個人共にメリットがあるということが分かったため、健康経営の導入を始めました。



健康経営コーナー

主な取組内容

- ・健康リテラシー向上のための社員勉強会の実施
- ・外部講師を招いてのメンタルヘルスクエア研修の実施
- ・年に2回のスポーツテスト実施
- ・毎週木曜日の昼休み時間に任意でウォーキング実施
- ・毎週月曜日に血圧、脈拍、体重測定で体調管理(健康経営コーナーの設置)
- ・毎朝の脳活実施
- ・健康ポイント制度の導入(ポイントに応じて商品と交換、健康診断のオプションをつけることができる)

効果

- ・体調を毎日記録することで、体調管理ができるようになった。
- ・歩数を競いあうことで、ウォーキングに積極的に取り組むようになった。
- ・スポーツテストで体力年齢を提示することにより、生活習慣を見つめなおすきっかけとなった。

今後取り組みたい事項

健康な食生活の取組



スポーツテスト

CHO構想推進事業所への登録を検討している事業所への一言

健康づくりは、運動をして心身共にリフレッシュされるだけではなく、生産性向上、残業時間の削減、コミュニケーション促進と様々な効果を生み出してくれます。社内に浸透することで、体調管理を社員自ら行うようになり、未病に取り組むことで、医療費の削減という社会貢献もできます。人生100年時代となった今、社員が健康で長く生き活きと働ける環境を作っていきましょう。

事例 6

事業所名 **株式会社トライプランニング**
□経営コンサルティング(人材開発、IT支援、WEBマーケティング)

〒 横浜市港北区新横浜2-14-6
パークシティ新横浜8F
従業員 8人

取組の経緯について

もともと当社の代表がトリアスロンに取り組んでいたこともあり、その影響で、社員それぞれフルマラソンへの参加、富士登山、地域ベースボールクラブの参加など、自主的に運動に取り組んでいました。改めてCHO構想に参加し、運動と健康の両面の重要性を認識しました。



業務の合間に休養できるよう、リラクゼーションソファを設置

主な取組内容

- ・神奈川県マイME-BYOカルテアプリをスマホに入れてウォーキングの促進(イベント参加など)
- ・午後10分程度、全員でのストレッチ実施

効果

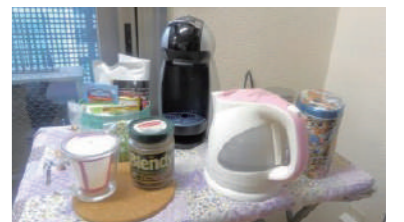
日々のウォーキング歩数を可視化したことで、自身の体調の振り返りにも役立ち、目標設定などがしやすくなりました。また、全員で取り組むことで取り組みムラが少なくなってきました。

今後取り組みたい事項

現在社内はフリードリンクですが、内容を見直し健康効果がわかりやすいもの(血圧によい、血糖値によいなど)を取り入れたいです。



ウォーキングイベント(今回は鎌倉)の定期開催



冷蔵庫に冷たい飲み物も常備しています

CHO構想推進事業所への登録を検討している事業所への一言

少子高齢化社会において、働き手の健康については、経営課題の1つです。健康と労働パフォーマンスは比例します。大きな取組ではなく、小さな取組からスタートすることをお勧めします。

事例 7

事業所名
株式会社灰吹屋薬局
□ドラッグストア、調剤薬局、生活支援サービス

川崎市高津区溝口3-14-19
従業員 245人

取組の経緯について

当社は企業理念「地域の方の生活向上に役立ち、喜ばれる存在になる」を掲げ、高津区は溝口において250年間、一筋に薬屋を営んで来ました。

商いを通じて地域の方の健康に役に立ちたいとの当社創業からの想いを更に発展させるためには、そのお手伝いをする従業員自身がまずは健康でなくてはならない。お客様のみならず従業員も健康であってこそ喜ばれる存在になれるとの考えから、2年ほど前から意識的に取組を開始しました。



大盛り上げのBBQ大会

主な取組内容

2018年末、社内にCHO(社長)をトップとする「健康活動委員会」を設置。この委員会が健康に関する諸活動の企画を担い、全社的活動をリード。その一部を紹介すると、2019年6月、川崎競馬場にて全社BBQ大会を実施。同9~11月、社内健康セミナーを実施。同10月、健康食品(プロポリス)を全事業所の休憩室に常備開始。

効果

全社員及びパート社員有志、並びにその家族の参加があり、肉体的且つ精神的リフレッシュに効果があったとの声が上がりました。加えて、他部署の従業員との交流の機会にもなりました。

今後取り組みたい事項

2020年4月より、「健康活動ポイント制度」の全社導入が決定。ウォーキングや休肝日実施等の個々人の活動に対して、その活動毎にポイントを付与。会社はポイント合計上位者を表彰し、賞品を進呈する仕組み。

CHO構想推進事業所への登録を検討している事業所への一言

以前より、インフルエンザ予防接種に対する補助金支給等の従業員の健康づくりの取組を行ってききましたが、戦略的な取組を開始してからの歴史はそう長くありません。

従いまして、敢えて申し上げるとしたら「案ずるより産むが易し」、きっと皆さんの会社にも従業員の笑顔が増えてくると思います。

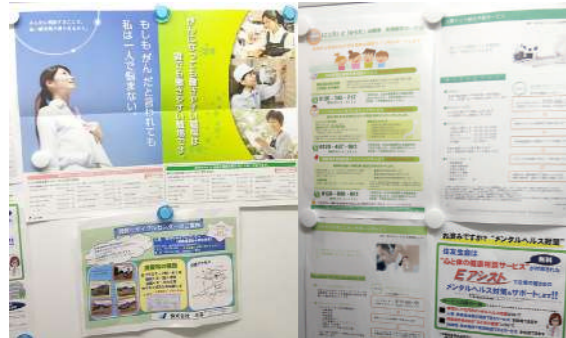
事例 8

事業所名
株式会社BJU
□情報サービス業

横浜市神奈川区反町2-15-14
ヒルトップ反町6階
従業員 24人

取組の経緯について

わが社の経営において、従業員も大切な財産の一つであると位置づけ、従業員の技術的なスキルアップ支援、一般教育のスキルアップ支援同様に、従業員の健康支援と従業員のご家族の健康支援も大切な経営課題と捉え取組を開始しました。



掲示板

主な取組内容

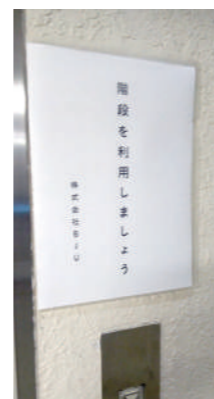
インフルエンザ接種の補助(扶養家族含む)。ストレスチェックの実施。健康診断結果で2次検査が必要な場合、検査等の実施を促す。県主催の企業対抗ウォーキングに併せて、社内対抗も実施。

効果

インフルエンザによる病欠が少なくなった。健康診断、ストレスチェックの結果より、社内の健康状態を把握。その後、この結果が対応策としての動機づけとなり取組内容を改善した。

今後取り組みたい事項

メンタルヘルスの講習を実施予定。従業員へ健康のための情報をさらに発信する。更なる健康経営への取組を実施。2020健康経営優良法人認定制度へ申請中、2020横浜健康経営AAを認定。



階段利用の推進

CHO構想推進事業所への登録を検討している事業所への一言

会社経営において重要としている方針・課題は、各社違うかもしれません。

その中で、従業員とその家族の健康(豊かな生活)を目指すことは、各社共通する経営課題ではないでしょうか？

この課題への解決としてCHO構想を推進し取り組むことから始めてみるのはいかがでしょうか？

CHOを設置する事で、社内に健康への取組が浸透して来ると思います。

事例 9

事業所名
株式会社富士通ワイエフシー
□医療情報システムの導入・保守・運用サポート・自治体公金アウトソーシングサービス等

横浜市神奈川区金港町3-1
コンカード横浜15階
従業員 161人

取組の経緯について

当社は富士通のヘルスケア特化会社として、医療情報システムの導入・保守・運用サポートなどを提供している。社員自身の健康保持、増進も意識する必要があると考え、2017年には企業指針に健康経営の考え方を追加した。社長が委員長を務める安全衛生委員会、産業医・保健師、労働組合、事業管理統括部が一体となって社員の健康増進に取り組んでいる。

主な取組内容

- ・通院や治療が必要な従業員が治療と仕事を両立できる取組(治療と仕事の両立支援)の実施
- ・従業員の健康状況の把握と対策(食事や運動に関する取組の実施など)
- ・長時間労働者管理への取組(長時間労働者の健康状態問診票や産業医面談)
- ・禁煙の推進(禁煙チャレンジの実施、就業時間中の禁煙タイムの設定)
- ・全社でのインフルエンザ予防接種、歯科検診の実施

効果

2018年度インフルエンザ罹患者は3名のみで、経営への影響を最小限に抑えられた。2019年度禁煙チャレンジにより、3名が禁煙に成功。

今後取り組みたい事項

健康診断有所見の割合を減らす。喫煙率を低下させる。



健康セミナー



インフルエンザ予防接種

CHO構想推進事業所への登録を検討している事業所への一言

CHO構想に参加する。健康経営認証取得を目指すなど、まず目標を決めてみてはいかがでしょうかと思います。CHO構想に参加することでPDCAサイクルを回せる

ようになり、自社に必要な取組や効果が見える化され、それが従業員の健康づくりへと繋がっていくと思います。

事例 10

事業所名
平和工業株式会社
□水道管の新設管布設替工事等

横浜市中区小港町1-14-3
従業員 26人

取組の経緯について

毎年行っている健康診断の結果でメタボ及び予備軍が増えたこと、社員の高齢化が進み健康維持管理、増進が必要と考え、横浜ウォーキングポイントの存在を知り、チーム戦にして歩数を競い合うことになりました。また、毎年参加のソフトボール大会に、フットサルも足し参加者を増やしました。社内に血圧計を置いたり、かながわ健康企業宣言への参加などスムーズに取り入れられました。



就業中に血圧測定

主な取組内容

よこはまウォーキングポイント参加、社内ウォーキングラリーチーム対抗戦、かながわ健康企業宣言参加、社内版食事改善レシピの回覧、ソフトボール・フットサル大会への参加、社内に血圧計設置、地域産業保健センターの講習会参加

効果

歩くことや血圧に関心を持つようになった。ソフトボールやフットサルを通して体を動かすことの楽しさを実感し、参加者が増えた。食事改善のレシピなどの回覧により食物に関する正しい知識を持てるようになった。

今後取り組みたい事項

自販機にゼロキロカロリー飲料の導入。タバコの喫煙本数を各自減らしている働きかけ。よこはまウォーキングで毎月、企業ランキングトップ10入りなど。



ウォーキングラリー2回目

CHO構想推進事業所への登録を検討している事業所への一言

やり始める前は、皆さん参加してくれるのだろうかとか心配していましたが、予想以上の参加率と盛り上がりとなっています。次はもっと歩こうとか、もう1勝し

ようという向上心や協調性も高まったのではないかと思います。健康に対する意識も高まり、共通の会話も増えるのでぜひ、取り組まれることをお勧めします。