

とこわか県民健康 news

Vol.5

発行日：令和7（2025）年3月

発行：三重県医療保健部健康推進課



X(旧Twitter)

三重とこわか健康立県宣言

私たちは、人生100年時代の到来を見据え、「誰もが健康的に暮らせる「とこわか三重」の実現に向けて、次のとおり取り組むことを宣言します。

- と** 特定健診・がん検診等受診率向上に取り組みます
- こ** こころの健康づくりに取り組みます
- わ** 「輪」、「つながり」を大切にします
- か** 身体(からだ)づくりのために望ましい食習慣と運動習慣に取り組みます



「三重とこわか健康経営殿堂入りカンパニー」として3社を認定 「三重とこわか健康経営大賞 2024」として4社を表彰

県では、多くの人々が一日の大半を過ごす職場での健康づくりに積極的に取り組み、特に優れた健康経営®を実践している企業等を表彰しています。

令和6年度は「三重とこわか健康経営カンパニー」として認定した289社の中から4社を選出し、令和6年9月9日に表彰式を行いました。

また、昨年度までに「三重とこわか健康経営大賞」における「大賞」および「優秀賞」の両賞を受賞した企業3社を「殿堂入りカンパニー」として認定しました。

殿堂入りカンパニーの取組や、各受賞企業の取組を県ホームページに掲載していますので、県内の身近な事例を参考に、健康経営に取り組んでみませんか。



令和6年度殿堂入り認定企業・受賞企業の皆様

三重県 健康経営大賞

検索



- <大規模法人>
キオクシア株式会社四日市場
(四日市市、製造業)
- トヨタ車体株式会社いなべ工場
(いなべ市、製造業)
- <中小規模法人>
株式会社院南組(菰野町、建設業)



- <大規模法人>
三重電子株式会社
(明和町、製造業)
- <中小規模法人>
株式会社アイフク・テック
(伊勢市、建設業)



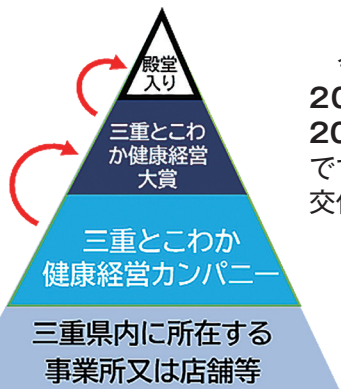
- <大規模法人>
株式会社デンソー
大安製作所
(いなべ市、製造業)
- <中小規模法人>
株式会社世古工務店
(鈴鹿市、建設業)

三重とこわか健康経営カンパニー 2025 三重とこわか健康経営大賞 2025

へご応募を!

(応募期間)

R7.4.1 ~ R7.5.31



令和7年7月に認定を予定している「三重とこわか健康経営カンパニー2025」、令和7年秋に表彰を予定している「三重とこわか健康経営大賞2025」に向けた応募期間は、令和7年4月1日から令和7年5月31日までです。詳細は、県ホームページでご確認ください。認定を受けると、認定証の交付や取組を加速させるための補助金などのメリットがあります。

認定制度の詳細・様式



表彰制度の詳細・様式



三重県 健康経営

検索

※「健康経営®」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

「三重とこわか健康経営大賞」受賞企業の取組を「見える化」しました！！



©PSP/T-e うさのすけ
三重県応援キャラクター免の助

三重県内の企業等の皆さんによる取組を、「三重とこわか健康経営カンパニー2025 見える化シート」の評価項目に沿ってご紹介します。

さまざまな業種や規模の企業等の取組を掲載しましたので、貴社に合った取組を、まず1つ、始めてみませんか。

「三重とこわか健康経営カンパニー」認定へのご応募をお待ちしています。

「三重とこわか健康経営カンパニー2025 見える化シート」評価項目

中項目	小項目	評価項目
従業員の健康課題の把握と必要な対策の検討	健康課題に基づいた具体的な目標の設定	健康経営の具体的な推進計画
	健康課題の把握	①定期健診受診率（実質 100%）
		②-1 受診勧奨の取組（②-2、②-3以外）
		②-2 がん検診の受診勧奨の取組
		②-3 がん精密検診の受診勧奨の取組
③ 50人未満の事業場におけるストレスチェックの実施		

<三重とこわか健康経営カンパニー2025 見える化シート>

定期健康診断受診率・要保健指導実施率 100%へ向けた取組

- ◆管理者や関係部署が閲覧できるシステムによる把握と適宜の受診フォロー、会社支給のデバイスを活用した**受診日のリマインド配信等を実施**しています。また、**20～30代の若年層を対象とした保健指導「健診前チャレンジ」を実施し、健診2カ月前に実施する初回面談から、健診面談までのサポート**を行っています。
〈株式会社デンソー-大安製作所〉

① 定期健診受診率（実質 100%）

⑧ 保健指導の実施又は特定保健指導実施機会の提供に関する取組

あなたの健康状態

40歳になったとき、健康診断の結果によって**メタボリックシンドローム**（メタボ）と判定されると法令上、「特定保健指導」の受講が義務付けられることご存じですか？
※内臓脂肪肥満に健康リスクが組み合わさり、心臓病や脳卒中などになりやすい状態のことです

正直にお返します！

前回の健診結果のまま**40歳を迎え**ると「メタボ」判定となる可能性が高いです

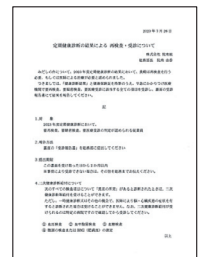
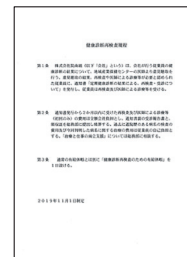
今のままだと、5年後に「特定保健指導」の案内が届きます

がん検診の受診勧奨への取組

- ◆要再検査・要精密検査の結果が出た従業員に対して、**受診を促すための通知を個人あてに出しています**。また、「健康診断再検査規程」により、再検査や精密検査の受診にかかる**初回費用を会社負担**とすることや、**再検査のための有給休暇制度**を設けることで、再検査や精密検査を受診しやすい環境を整備しています。
〈株式会社院南組〉

②-2 がん検診の受診勧奨の取組

②-3 がん精密検診の受診勧奨の取組



二次健診受診のための有給の特別休暇付与・受診勧奨 / ワンポイントアドバイスの実施

- ◆協会けんぽのリーフレットを活用し、**個別に受診勧奨を実施**しています。**二次健診の受診のために、最大3日間の有給の特別休暇を付与**しており、従業員に受診勧奨のリーフレットを渡す際に、制度の説明を行っています。また、**健康に関するワンポイントアドバイスを従業員の家族にも見てもらえるように、給与明細の中に入れて配付**しています。
〈株式会社アイフク・テック〉

②-1 受診勧奨の取組（②-2、②-3以外）

④ 管理職又は従業員に対する教育機会の設定



中項目	小項目	評価項目
健康経営の実践に向けた土台づくり	ヘルスリテラシーの向上	④管理職又は従業員に対する教育機会の設定
	ワークライフバランスの推進	⑤適切な働き方の実現に向けた取組
	職場の活性化	⑥コミュニケーションの促進に向けた取組
	病気の治療と仕事の両立支援	⑦-1 私病等に関する両立支援の取組 (⑦-2以外) ⑦-2 がんに関する両立支援の取組

バーチャル企業大学の設置

◆バーチャルな企業内大学として、MEC カレッジを設置し、従業員が受講するセミナーの受講費用や資格の取得費用を会社が負担しています。また自身の健康管理に関することなどの図書も含め、従業員が学びたいことに関する図書を自由に購入することができる MEC カレッジ 図書購入補助制度「Go to 本屋さん」を設けています。〈三重電子株式会社〉



④管理職又は従業員に対する教育機会の設定

一人ひとりの行動変容に向けたオンラインセミナーの実施

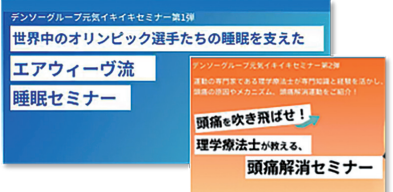
◆睡眠、頭痛、女性の健康、食事・運動等、さまざまなテーマで年間を通してオンラインセミナーを実施しました。新たな知識の習得や行動実施につながったとの回答が多く得られ、セミナーの質も 2022 年度開催のセミナーから向上しています。〈株式会社デンソー大安製作所〉

④管理職又は従業員に対する教育機会の設定

⑨食生活の改善に向けた取組

⑩運動機会の増進に向けた取組

⑪女性の健康保持・増進に向けた取組



さまざまな休暇制度 / リテラシー制度の導入

◆グッド休暇とグッド制度から構成される独自の福利厚生制度を拡充し、働きやすい職場環境づくりに取り組んでいます。火曜日から木曜日にかけての3日連続平日特化の休暇制度である TWT 休暇制度やビジネス書、自己啓発書、小説等の購入費用を補助するグッドリテラシー制度を設けています。〈株式会社世古工務店〉



⑤適切な働き方の実現に向けた取組

全社共有会を機会としたエンゲージメントの向上

◆1年に2回、全社員が集まって意見交換などを行っています。相手を知る・認める・受け入れることを重要視してゲーム感覚でワークショップを実施するなど、今後の交流のきっかけにつなげました。〈株式会社アイフク・テック〉



⑥コミュニケーションの促進に向けた取組

気軽に参加できる「笑顔フォトコンテスト」の実施

◆『笑顔あふれる町工場』の実現に向け、“笑顔の写真を見ることで少しでも心がほっとするような時間を作れば”と、従業員から写真を募集しています。応募写真は廊下に掲示し、投票により大賞を選出しています。職場でも写真について語り合うなど、コミュニケーションの活性化に寄与しています。〈トヨタ車体株式会社いなべ工場〉



⑥コミュニケーションの促進に向けた取組

中項目	小項目	評価項目
従業員の心と身体 の健康づくりに向けた 具体的対策	保健指導	⑧保健指導の実施又は特定保健指導実施機会の提供に関する取組
	具体的な健康保持・ 増進施策	⑨食生活の改善に向けた取組
		⑩運動機会の増進に向けた取組
		⑪女性の健康保持・増進に向けた取組
		⑫長時間労働者への対応に関する取組
	感染症予防対策	⑬メンタルヘルス不調者への対応に関する取組
	インセンティブ	⑭感染症予防に関する取組
喫煙対策	⑮従業員に対してインセンティブを提供する取組	
		⑯喫煙率低下に向けた取組
		⑰受動喫煙対策に関する取組

ベジチェック®を活用した野菜摂取量の見える化

◆野菜の摂取量が数値で測定できる「ベジチェック®」を使用し、**野菜の摂取レベルの見える化**を図りました。野菜の摂取について事前にアンケートを実施し、ベジチェックの測定結果と比較、1か月後の再測定や事後アンケートを通じて**野菜の摂取について意識付け**を行いました。

〈株式会社院南組〉



※「ベジチェック®」は、カゴメ株式会社の登録商標です。

⑨ 食生活の改善に向けた取組

グッドライフ制度で運動習慣の意識を向上

◆**全社員**へスマートウォッチを配付。スマートウォッチの歩数計測機能を使い、**毎月の歩数によって報奨金を支給**しています。また、年間で規定のポイントを獲得した従業員を**トップ・オブ・ウォーカー**として表彰。副賞として、**健康的な生活を目的とした食品およびグッズの購入費の補助**が受けられます。

〈株式会社世古工務店〉

⑩ 運動機会の増進に向けた取組

⑮ 従業員に対してインセンティブを提供する取組

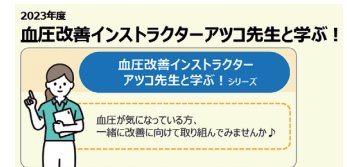


女性特有の健康課題の改善 / 若年層へのメタボ改善教育 / 全従業員への転倒予防教育の展開

◆**全女性従業員**を対象に「女性ホルモンと健康」についての教育を実施（受講率98.3%）し、**希望者には相談窓口**を設けました。また、**39歳以下の従業員**には**メタボリックシンドローム改善教室**を3か月間のプログラムで行っているほか、**高齢者だけでなく、全従業員に労働災害防止対策としての転倒予防教育**を実施しています。

〈キオクシア株式会社四日市工場〉

⑪ 女性の健康保持・増進に向けた取組



全従業員参加型イベントを通じた健康づくり活動の推進

◆**全従業員参加型**のウォーキング選手権や食生活改善イベント、**生活習慣改善イベント**を実施しました。また、労使共催で従業員の家族も参加可能な「**歩け歩け大会**」等、いずれのイベントも前年度より参加者数が増加しました。

〈キオクシア株式会社四日市工場〉

⑨ 食生活の改善に向けた取組

⑩ 運動機会の増進に向けた取組



女性社員意見交換会の開催 / 相談体制の整備

◆女性社員を対象とした**女性社員意見交換会**の実施や事業者が提供する**健康経営のサポートパッケージ**を導入することで、健康相談や医療相談、育児相談、メンタルヘルス相談といった幅広い相談に応えられる体制を整備しています。

〈三重電子株式会社〉

⑪ 女性の健康保持・増進に向けた取組

