

2021年度 健康経営 Well-beingレポート



発行日 2022年 7月

EAP企業の健康経営

ハイライト：

- 健康経営優良法人2022(中小規模法人部門(ブライト500))に2年連続認定
- コロナ禍のコミュニケーションと運動の課題を解決する新企画

株式会社セーフティネットは創業以来、『はたらくによりそう』という理念の元、メンタルヘルス不調の解決や予防を通じ、仕事に集中できる世の中づくりに貢献して参りました。

私たちはその企業活動において、私たち自身が従業員ひとりひとりの個性や能力を最大限に発揮できる企業であり続けることも重視しています。リモートワークの推進に伴って減少するコミュニケーションの機会を確保するための従業員発意型レクリエーションプログラムの実施、その時々課題に沿ったテーマを扱ったオンライン研修、感染症対策として導入したワクチン接種休暇などは、そのような企業であり続けるための取組の一例です。

このように、個々のパフォーマンスが発揮できる環境づくりを目指し、組織的レジ

リエンスを高めてきた結果として、私たちは2年連続「ブライト500」を取得させて頂くことができました。

「EAP (Employee Assistance Program) 企業」である株式会社セーフティネットは、今年度も引き続きブライト500の継続を目指し、かつ健康経営の取組を発信していくべく、積極的な取組を続けて参ります。



代表取締役社長 新村達也
健康経営エキスパートアドバイザー

目次：

健康宣言	1
2021年度まとめ	2
主な取り組みと成果1-3	3
主な取り組みと成果4-5	4
Topic「歩数グランプリ」	4
2021年度/2022年度の取組	5
会社概要	6

<健康宣言>

セーフティネットは「EAP(Employee Assistance Program) 企業」として、私たちに関わるあらゆる人々の心身の健康的な生活に貢献するとともに、社員ひとりひとりの個性や能力を最大限に発揮できるよう、積極的に健康維持・増進に取り組んでいきます。

公的評価

健康経営優良法人2020(中小規模法人部門)認定

健康経営優良法人2021(中小規模法人部門(ブライト500))認定

健康経営優良法人2022(中小規模法人部門(ブライト500))認定

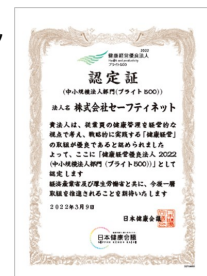
「健康経営優良法人2022（ブライツ500）」に2年連続認定

2022年3月、「ブライツ500」に2年連続で認定されました。今回の健康経営優良法人（中小規模法人部門）に認定された法人は12,255法人で、昨年の7,934法人から約1.5倍に増加しました。

全国的に健康経営への関心が高まる中、2年連続、上位500法人「ブライツ500」に選出されたことは、セーフティネットの健康宣言にもある「私たちに関わるあらゆる人々の心身の健康的な生活に貢献し、社員ひとりひとりの個性や能力を最大限に発揮できるよう、積極的に健康維持・増進に取り組む」という活動が評価されたことを意味していると考えております。一方で、取り組みの成果が目に見えにく

い、成果が出るまでの時間がかかる、社外に向けて情報を発信する場が限られているなどの課題があり、「ブライツ500」認定企業に課せられた責務を果たしていくことは困難になっています。健康経営に求められる環境は日々複雑になっています。

そのような中でも、私たちは「こころ、身体、社会」のいずれもが健康で生き活きとした生活に欠かせない要素であると考え、EAP企業として培ってきた経験と知見をもとに、引き続き企業の健康経営サポートと持続的成長に寄与する活動を行ってまいります。



2021年度まとめ

2021年度は、従業員の健康で生き活きとした生活に欠かせない「こころ、身体、社会」を健全に保つため、前年度からの取り組みを継続するとともに、新しい取り組みを行いました。

昨年から続くコロナ禍において、セーフティネットでは、テレワークと出勤を併用したハイブリッド方式の勤務体制を継続しました。ニューノーマルと呼ばれていた生活様式が常態化する中で、今まで実施してきた健康経営施策を見直し、新しい取り組みを導入するため、社員の声を聴き、その環境を把握することが必要であるとして、各種アンケートを実施しました。その結果、「運動」と「コミュニケーション」に不足を感じている社員が一定数いることがわかりました。

「運動」に関しては、在宅時間が増えることでウォー

キング、ランニングをする社員が増えた一方、テレワークにより生活習慣の乱れや運動不足を感じる社員もまた増えたという二極化現象が見られました。「コミュニケーション」に関しては、オンラインによる朝礼やGood & Newを行ってききましたが、対面で会話をする機会の減少による社内のコミュニケーション不足は課題でした。運動やコミュニケーションの不足は、心身の乱れにも通じることから今年度の新たな取り組みとして、「歩数グラブ（後述）」「レクリエーション（後述）」を実施しました。

また、女性活躍推進の取り組みとして、女性社員が社内カウンセラーや社員保健師に直接相談できる「わたしの相談室」を開設し、面談に所属長や管理部門が関与せず、気兼ねなく相談が行える場所を用意しました。女性特有の健康の相談ができる場所として活用されています。

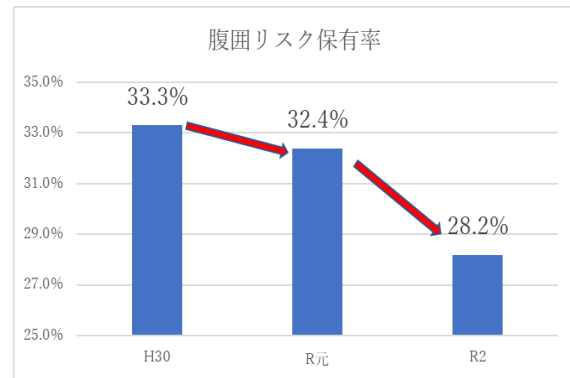
主な取り組みと成果

1) メタボリックシンドローム

35歳以上の社員の「腹囲リスク保有率」が、前年比13%減少*しました。この結果は、メタボリックシンドローム該当者数の減少、特定保健指導対象者数減少にも作用しました。

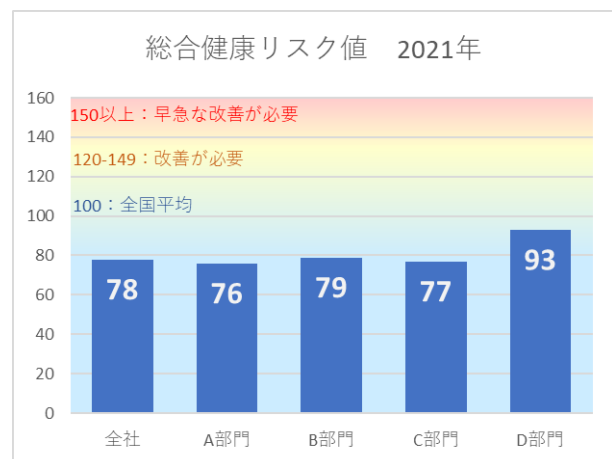
今年度の特定保健指導初回面談は昨年に続き**実施率100%を維持しました。**

*2021健康企業レポート（協会けんぽ発行）より



2) ストレスチェック

全従業員を対象に実施したストレスチェックは今年で3回目となりました。全部門の総合健康リスク値は初回以降、全国平均（＝100）以下を維持しています。プレゼンティーズム/アブセンティーズムの測定やストレスチェックから算出されるワークライフバランス、ワークエンゲイジメントなど、健康経営を測定するアンケートを導入し、開示可能な結果を共有することで、「はたらきやすい職場づくり」に活かしています。



3) コミュニケーション促進

テレワークの定着により、平均出勤率は5割以下で推移しました。社員間の交流不足が懸念されたことから、対面による会話の機会を作りコミュニケーションの活性化が見込まれるレクリエーションプログラムを実施しました。本プログラムは、リーダーは手挙げ制で、部署の垣根なく少人数で実施可能とし、自ら企画したレクリエーションに対して会社が費用補助をするというものです。歌舞伎鑑賞、健康ウォーキング

& BBQ、スポーツ企画、劇団四季ミュージカル鑑賞など、様々な企画が実施されました。「見えない疲労やストレスが一気に消失した感覚があった」「普段話さない他部署の方とコミュニケーションできた」など好評でした。



主な取り組みと成果

4) 運動促進

個人参加で競う「歩数グランプリ」を実施しました。（次項Topic参照）

5) その他の取組

- ・ヘルスリテラシー-発見された社内課題を解決するためのオンライン研修企画と実施
- ・メンタルヘルス---ストレスを生化学的に測定する「尿中バイオピリン検査」を実施
- ・感染症予防---コロナワクチン接種特別休暇、インフルエンザワクチン接種補助金
- ・食生活改善---食の研修と、スーパーフード「大麦The Barley」配付による食生活改善のきっかけ作り
- ・喫煙率---禁煙アンケート、禁煙プログラムを実施



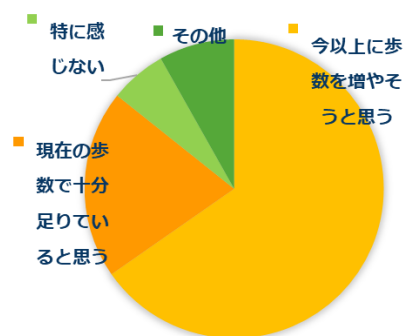
Topic「歩数グランプリ」

2021年10月に、1週間の歩数を競い合うイベントを実施しました。参加率は4割を超え、出社とテレワークのハイブリッドの中でも、全参加者の平均歩数は厚労省が目標とする1日8,000歩に近い数値でした。参加後の意識調査から歩く意識が高まったことがわかります。

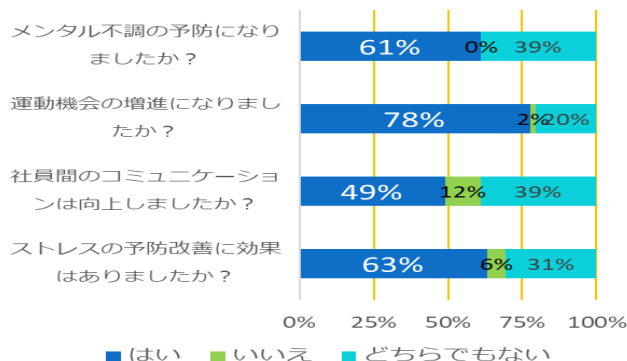
■ 集計結果（1週間の平均歩数）

全体	全49名	7,743 歩
性別	男性のみ	8,592 歩
	女性のみ	7,369 歩
年代別	20代、30代	5,357 歩
	40代、50代	7,408 歩
	60代以上	7,150 歩
勤務状況	出社日	9,720 歩
	テレワーク	5,000 歩
	休暇/その他	8,710 歩

■ 参加後の意識調査



■ 健康を保持増進する7つの行動関連質問



■ 参加賞「グリコ健康ギフトセット」



参加のインセンティブに、健康に配慮したお菓子を用意。参加率upにつながりました。

2021年度に実施したこと

	キャリア	ソーシャル	フィナンシャル	フィジカル	コミュニティ
4月 わたしの相談窓口		○		○	
5月 健診結果の見方研修				○	
7月 2020 Well-beingレポート発行		○		○	○
8月 禁煙サポートプログラム				○	
8月 健康経営度調査アンケート	○				
8月 ストレスチェック	○	○	○	○	○
9月 メンタルヘルス研修	○	○		○	○
10月 食生活改善研修				○	
10月 歩数グランプリ		○		○	○
12月 スーパーフード配付				○	
12月 インフルエンザ予防接種補助	○		○	○	○
2月 バイオピリン検査				○	
下期 レクリエーション		○		○	○
通年 コロナ感染症予防接種休暇	○		○	○	○

2022年度 取り組み

	キャリア	ソーシャル	フィナンシャル	フィジカル	コミュニティ
通年 再検査受診勧奨				○	
4月 わたしの相談窓口		○		○	
5月 レジリエントワーカー研修	○	○		○	○
6月 健康経営度調査アンケート	○	○	○	○	○
6月 ストレスチェック	○	○	○	○	○
6月 バイオピリン検査		○		○	
7月 2020 Well-beingレポート発行		○		○	○
8月 禁煙サポートプログラム				○	
9月 ミドル世代からの健康管理研修				○	
10月 歩数グランプリ		○		○	○
12月 インフルエンザ予防接種補助	○		○	○	○
下期 レクリエーション		○		○	○
通年 コロナ感染症予防接種休暇	○		○	○	○

ウェルビーイングを構成する5つの定義（ギャロップ社より）

キャリア	仕事私生活でのキャリア構築の幸福。ボランティア活動、家事、育児、勉強など
ソーシャル	人間関係の幸福。交友関係の量や信頼で愛情のつながりのある人間関係。上司部下同僚の関係
フィナンシャル	経済的な幸福。報酬を得る手段がある。報酬に納得しているか。自分の資産管理ができていないか
フィジカル	身体的な幸福。毎日思ったように行動できるエネルギーがあるか。仕事に対するモチベーションなど
コミュニティ	自分の周りにあるコミュニティ。居住地、家族、親戚、友達、学校、地域社会。会社、部署、取引先

会社概要

株式会社セーフティネットは、2001年の創業以来、従業員の皆様が抱える様々な問題を解決支援することによってメンタルヘルス不調を予防し、仕事に集中できる環境づくりを支援してきました。メンタルヘルス相談の専門機関として24時間365日なんでも相談窓口、ストレスチェック、研修、人事担当者支援、離職防止 サービスなどを提供しています

“「はたらく」に寄りそう

By your side for work

ビジョン

あなたとつながり

あなたを支え

あなたと変わり

あなたとその先へ

Link, Support, Change, Forward with you

バリュー

働く環境が「あなた」を支え、

働く以外の時間が「はたらく」を支えている。

私たちは働きたいと願う人々の

「ワークライフサポートカンパニー」です

厚生労働省 産業保健活動総合支援事業 受託機関

「事業場外資源のうちメンタルヘルス相談の専門機関」登録



IS719243 ISO27001

株式会社セーフティネット

東京本社

〒100-8228

東京都千代田区大手町2-6-2

電話 03-6832-3130(代表)

Fax 03-6832-3160

大阪支店

〒541-0059

大阪市中央区博労町3-5-1

電話 06-6258-0090

Fax 06-6258-0091

safetyNET

<https://www.safetynet.co.jp>