

分類		取組み		KPI/目標	2020年度結果	目標達成に向けた次年度のアクション
		項目	備考			
運動	身体活動量の増加 および 運動習慣の形成	正しい歩き方セミナー	適切な歩行姿勢や速度、時間歩行時間などについて研修 その場での実践も含む参加型セミナー			
		ウォーキングイベント	ヘルスケアアプリを活用し、グループ間で歩数競争	平均歩数：8,000歩/日	平均歩数：5,403歩/日	●ヘルスケアアプリを活用したウォーキングイベントを 定期開催 ●同時に8週間の生活習慣改善ミッションイベントを実施 (2021年は4回実施予定) ※ミッション達成に対しインセンティブ
		ヨガ教室	ヨガインストラクター指導のもと一緒にヨガを実践 ※コロナ感染予防のため原則オンライン開催	運動習慣がある人：30%	運動習慣がある人：39%	●ヨガ教室の稼働開催 ●運動習慣形成に資する運動サークル活動を会社が公認し活動 期間を補助
		食習慣改善セミナー	おいしく楽しく適正糖質を取るロカボについて学習 生活習慣病予防のため、栄養バランスや食事の摂り方について 管理栄養士が解説	食習慣が良い人：64%	食習慣が良い人：48%	●食習慣を見直すためのセミナー実施 ●オフィスの食堂メニューを健康的なメニューにリニューアル
休息	睡眠習慣の改善	睡眠力アップセミナー	睡眠の質を向上させるための手法やポイントについて研修	睡眠習慣が良い人：68%	睡眠習慣が良い人：58%	●睡眠習慣を見直すためのセミナー実施 ●同時に8週間の生活習慣改善ミッションイベントを実施 (2021年は4回実施予定) ※ミッション達成に対しインセンティブ
	適切な休息習慣の形成	ストレッチ動画配信	オリジナルストレッチ動画をアーカイブ配信 平日15:00からフィットネス動画をライブ配信	プレゼンティーイズムロス：15%	プレゼンティーイズムロス：24%	●職制・健康推進リーダーが率先し、適宜休憩を取り、リフレッシュ することを推奨
	メンタルヘルスケア対策 およびエンゲージメントの 改善・向上	セルフマネジメント研修 (マインドフルネス)	ストレスの正体を知り、レジリエンスゾーンをキープするための手法やポ イントについて解説し、理解を深めるための実践型ワークショップ	■エンゲージメント：偏差値52以上 ■メンタル：偏差値52以上	■エンゲージメント：偏差値50 ■メンタル：偏差値49	●職制に対しセルフマネジメント研修 ●一般社員に対しセルフマネジメント研修 ●心理的安全性と信頼を可視化するサーベイの実施
その他 生活習慣	社員による 主体的な健康づくり のサポート	ヘルスケアアプリの導入	歩数や運動、食事内容、睡眠の質・時間を記録し、社員が自分自 身で日々の生活習慣をPDCA	■フィジカル：偏差値52以上	■フィジカル：偏差値50	●年間を通じて健康づくりに取り組んだ従業員を表彰 ※ヘルスケアアプリの活用や健診受信・特定保健指導受診等
	禁煙の推進	禁煙セミナー	喫煙や受動喫煙の健康リスク、生産性への悪影響について解説 禁煙外来や禁煙サポート体制について説明し、禁煙に誘導	喫煙率：17%（2020年目標）	喫煙率：21%	●就業時間中禁煙の周知・徹底 ●禁煙チャレンジ応援企画を全社で実施
	口腔ケア習慣の改善	口腔ケアセミナー	歯周病と生活習慣病の関係や虫歯の要因、日頃の口腔ケア方法 とフロによる定期的な清掃の必要性について解説	口腔ケア習慣が良い人の割合：50%	口腔ケア習慣が良い人：40%	●定期的な歯科検診に対し、インセンティブ付与 ●葉と口の健康週間、いい歯の日を起点に啓発活動
	各種疾病に 関するセミナー	乳がんセミナー	セルフチェック、早期発見・治療の重要性を研修	■胃がん検診：50% ■肺がん検診：50% ■婦人科検診：50% ■大腸がん検診：50%	■胃がん検診：53,1% ■肺がん検診：95,9% ■婦人科検診：25,5% ■大腸がん検診：39,1%	●eラーニングによるヘルスリテラシー強化 ●保健師による二次健診勧奨の強化 ●がんセミナーのアーカイブ動画を活用した啓発活動 ●定期検診における5つのがん検診をオプトアウト方式に
疾病の 早期発見 早期治療 の実現	子宮がんセミナー	早期発見・治療の重要性について解説				
	大腸がんセミナー	病気の特徴や治療法、予防法についても解説				
	定期健康診断受診率	定期健康診断	定期健診受診率：100%	定期健診受診率：100%	●例年どおりトレースを徹底	
	精密検査受診率	二次健診勧奨	精密検査受診率：50%	2020年度：24.2%	●保健師による二次健診勧奨の強化	
特定保健指導実施率	受診勧奨	特定保健指導実施率：65%	2019年度：53.8%（江崎G）	●保健師による指導受診勧奨の強化		
その他	過重労働の防止	労働時間管理	36協定等の法令順守	時間外労働時間：30h未満/月/人	時間外労働時間：23.7h/月/人	●定期的に職制に進捗報告
	計画的な休暇取得推奨	年次有給休暇取得率	有給休暇を計画的に取得することを推奨し、定期的に進捗報告	年間有給取得率：60%	年間有給取得率：68.7%	●定期的に進捗状況を周知し、計画的な年次取得を推奨
	ストレスチェックテスト	受検率		受検率：95%	受検率：91.5%	●リマインドの徹底
プレゼンティーイズムの可視化		ウェルネスサーベイの実施	組織のメンタル、フィジカル、エンゲージメントの状態を測定し、 プレゼンティーイズムを可視化	ウェルネススコア：偏差値52以上	ウェルネススコア：偏差値50	各種データをもとにプレゼンティーイズムとその主要因を把握 し、適切な改善施策を実施

プロセス指標	
参加人数	備考
19年9月：311名	歩行姿勢などの改善意思：88.0%
20年9月：100名	歩行習慣の重要性の理解度：85.4%
19年11月：1,207名	平均歩数/日：7,366歩▶8,710歩 イベント後の習慣化意思：93.9%
20年4月：767名	平均歩数/日：4,442歩▶6,225歩 イベント後の習慣化意思：90.5%
20年10月：1,409名	平均歩数/日：6,052歩▶8,724歩 イベント後の習慣化意思：96.8%
21年1月：1,098名	平均歩数/日：5,239歩▶9,099歩 イベント後の習慣化意思：95.9%
21年5月：1,327名	平均歩数/日：6,617歩▶8,710歩 イベント後の習慣化意思：99.0%
150名（毎週実施）	不定愁訴、集中力の改善（主観評価） SOC平均スコア 0.13改善、満足度 98.8%
19年12月：151名	栄養バランスなど改善意思：91.0%
20年10月：120名	栄養バランスなど改善意思：80.4%
19年9月：150名	睡眠習慣の改善と睡眠の質・症状の改善
-	デスクワーク中の姿勢の悪さからなる身体的不 定愁訴の改善
195名	ストレス対処能力の主観評価の改善
4,474名	平均利用率：40.4%
2581名	歩数ミッション達成者：156名 睡眠ミッション達成者：473名
61名	禁煙外来への誘導：5名
293名	無料歯科検診への誘導：39名
84名	セミナー受講後の子宮がん検診希望：94% 婦人科検診受診者数：99名
77名	子宮がんチェックキット希望者配布：42名
97名	所定の年齢でがん検診受診につなげる
4,518名	回答率：89%