

こんな会社で 働きたい

健康経営企業 編

クロスメディアHR総合研究所



※「健康経営」[®]は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

はじめに

クロスメディアHR総合研究所は、ビジネス書出版事業を手掛けるクロスメディアグループの「経営と人事」に特化した研究機関として発足しました。『こんな会社で働きたい』は、労働人口が東京都に一極集中するという環境の中で、地方の優良企業に目を向けて、Uターン就職・Iターン就職を促し、「地方創生」を後押しすることを目的として誕生した書籍シリーズです。

2018年、第一弾として東京への就職人口流出率が最も高い「千葉編」を皮切りに、その後、「埼玉篇」「神奈川篇」「茨城篇」「大阪篇」「広島篇」「兵庫編」「奈良編」「石川編」と、現在までにシリーズ9作を出版してきました。本書『こんな会社で働きたい 健康経営企業編』でシリーズ10作目になります。今回は「地域」ではなく、企業の取り組みとしての「健康経営[®]」をテーマした初めての書籍になります。

健康経営は、特定非営利法人健康経営研究会によって以下のように解説されています。

健康経営とは

健康経営とは、「企業が従業員の健康に配慮することによって、経営面においても大きな成果が期待できる」との基盤に立って、健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践することを意味しています。従業員の健康管理・健康づくりの推進は、単に医療費という経費の節減のみならず、生産性の向上、従業員の創造性の向上、企業イメージの向上等の効果が得られ、かつ、企業におけるリスクマネジメントとしても重要です。従業員の健康管理者は経営者であり、その指導力の下、健康管理を組織戦略に則って展開することがこれからの企業経営にとってますます重要になっていくものと考えられます。

（特定非営利法人健康経営研究会Webサイトより）

働き方改革関連法の施行によって、時短勤務や残業規制、テレワークなど働きやすい環境への取り組みは広がりました。ただ、根幹である従業員各人の「生産性や創造性の向上」のための「健康づくり」という点では、中々取り組みをできていない企業もまだ数多く存在すると思えます。

生産性向上への取り組みが十分でない状態で単純に時短勤務、残業規制をすることは、「時短ハラ

「コメント」という言葉もあり、意欲ある従業員のスキルアップへの意欲を削いだり、逆に限られた時間で業務を行わなければならないプレッシャーからストレスを高める要因ともなり得ます。

従業員が心身ともに健康な状態で、仕事のパフォーマンスを最大限に発揮できてこそ、企業の業績にも寄与するものだと思います。

本書では「健康経営」に積極的に取り組む11社の取り組みを事例で紹介します。健康経営の目的は、先の解説にもある通り、企業としての業績や株価、企業イメージの向上といった点にあります。ただ、本書の取材を進める中で、工夫を凝らし、試行錯誤しながら従業員にとって働きやすい制度や環境を整えようと奮闘する企業のリアルな姿をみました。もちろん業績のためといった目的はあるにせよ、健康経営推進企業とは、従業員にとっては紛れなく「社員を大切に思う会社」であると実感しました。

本書制作の過程で、新型コロナウイルスの感染が全世界に広がり、人々や企業を取り巻く環境は一変しています。マスクや消毒液といった衛生用品が、市場から枯渇するなど、一時はパニックともいえる状況に陥りました。

日本国内においても、本書を出版する8月時点で感染者数は再び増加傾向にあり、人々の健康に対する意識が一層高まっています。

また、感染拡大を防ぐため、企業においてもリモートワークや在宅勤務の導入など、これまでのオ

フェイスへの通勤を当たり前とした「働き方」からのパラダイム・シフトが起こっています。

リモートワークや在宅勤務には、通勤時間を削減できるというメリットがある一方で、企業が従業員の勤務状況を逐一把握することが難しい、社員間のコミュニケーションが希薄化する、といった点も懸念されます。また、外出が減ることによる運動不足、外に出られない・人と会えないことによる心理的ストレス、自宅で仕事をすることによって起こる食べ過ぎなど、生活習慣の面でも影響が出てくるでしょう。

これから、企業にとっても働く個人にとっても「健康」は益々重要なファクターになってくると思います。

就職・転職活動中の方には「健康」という側面で見えた企業選びの参考に、これから健康経営に取り組む、また、現在取り組みはじめた企業の経営者・担当者の方には、本書がその取り組みを一步進めるきっかけになればうれしく思います。

はじめに

3

巻頭企画

なぜ今、健康経営なのか

産業カウンセラー／エグゼクティブコーチ
帝京平成大学現代ライフ学部教授
ライフバランスマネジメント研究所代表

渡部卓

13

就活生は会社のネームバリューよりも「健康」を重視

14

健康経営とは何か

16

働き方改革と健康経営はどう違うのか

18

健康経営企業には国からの「お墨付き」も

19

| | |
|---------------------------|----|
| 中小企業は半分以上が「知らない」 | 22 |
| 健康経営を推進する企業のメリット | 24 |
| 健康投資のリターンは3倍に？ | 28 |
| 超高齢化時代のワーク・ライフ・ソーシャル・バランス | 29 |
| 労働生産性の低さをどう克服するか | 31 |
| 日本人は頑張りすぎ？ 増え続けるメンタル疾患者 | 34 |
| メンタルヘルス対策としての「傾聴」 | 37 |
| 悪循環スパイラルとその断ち切り方 | 38 |
| 経営者自らが健康経営戦略を語れるか | 39 |

特集①

株式会社 タニタ

タニタの健康経営に迫る!!

45

日本オラクル株式会社

全ては、社員が生み出す業務成果の最大化のために
グローバルな視点から「柔軟な働き方」を実現

57

株式会社 オカムラ

誰もが健康に働き続けることができる
オフィスや環境づくりが、私たちの使命

65

トーテックアメニティ株式会社

どんなことをしてもらったら嬉しいか
徹底した「社員目線」での健康経営
どんな制度があったら喜んでもらえるか

73

株式会社 ベネフィット・ワン

ベネフィット・ワンが語る日本企業の福利厚生と健康経営

81

ENEOS 株式会社

「安全・環境・健康」を大切にしたい価値観に掲げ、健康経営を推進

93

株式会社 ディーマージシア

働きがいと働きやすさを両立し、事業成長／収益向上に直接貢献する健康経営を目指す

101

江崎グリコ 株式会社

「おいさと健康」で豊かな食文化といきいきとした生活づくりに貢献する

109

コラム

ビジネスパーソンのための疲労回復専用ジム ZEROGYMプログラムディレクターが見た

「現場の健康経営」

株式会社ビジネスライフ執行役員
ZEROGYMプログラムディレクター

松尾 伊津香

117

株式会社 エムティーアイ

エムティーアイが進めるICT×健康経営の最前線

123

東京建物グループ

世紀を超えた信頼を誇りとし
企業の発展と豊かな社会づくりに挑戦する

135

ヤマトシステム開発 株式会社

保健師と一体となって取り組む
生活習慣の見直しとメンタルヘルス対策

143