# 健康経営　宣言

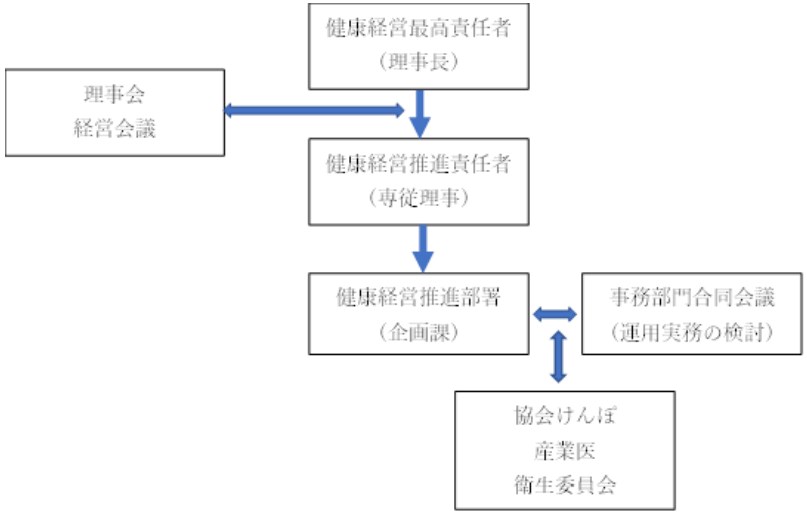
## 1. 大阪自彊館　健康経営宣言

「私たち大阪自彊館は百余年にわたり様々な福祉ニーズを抱える人々を支援してきました。その根幹は人材であり、職員やその家族が健康で幸せな生活を送ることが、最も大切であると考えます。大阪自彊館は、職員が心身ともに健康で活力のある日常生活を送り、自らの能力を最大限に活用して利用者支援に取り組めるように、健康経営に取り組むことを宣言します。」

社会福祉法人　大阪自彊館
理事長　川端　均
制定：令和４(2022)年６月１日
改定：令和５(2023)年４月１日

## 2. 健康経営推進体制

理事長を最高責任者、専任理事を健康経営推進責任者とし、重要な意思決定・報告については理事会及び経営会議において決定します。法人内において企画課を担当部署、事務部門合同会議を運用実務の検討のる場とし、協会けんぽ・産業医・衛生委員会と綿密な連携を行うこととします。



3. 健康経営の取り組み

大阪自彊館は令和４年６月１日に健康経営を宣言しました。これまで個別に実施してきた各種福利厚生施策やイベントを健康経営の観点から見つめ直し、より効果的に職員やその家族の健康増進・保持に資するように取り組んでいます。

【令和４年度の取り組み経過】

| | | |
|---|---|---|
| 令和４年６月１日 | 健康経営宣言 | |
| ６月 | 職員の健康に関するアンケート調査によるニーズ把握 | 回答率 75.4% |
| ７月 | イントラネットに「健康情報」掲載開始 | |
| ７月～ | 各種階層別研修での健康に関する講義 | |
| ８月 | 管理職向け「女性特有の健康課題に関する動画セミナー」実施 | 管理職の 63%が受講 |
| 10 月 | オンラインウォーキングイベント<br>「スマホ de 東海道五十三次ウォークラリー」に参加 | 158 名参加・満足度 92.6% |
| 10 月～12 月 | 睡眠に関する動画セミナー開催<br>同セミナーをイントラネットに掲載 | 359 名が受講 |
| 令和５年１月 | 社内報に「健康コラム」連載開始（テーマ：禁煙） | |

4. 当法人の健康ニーズ

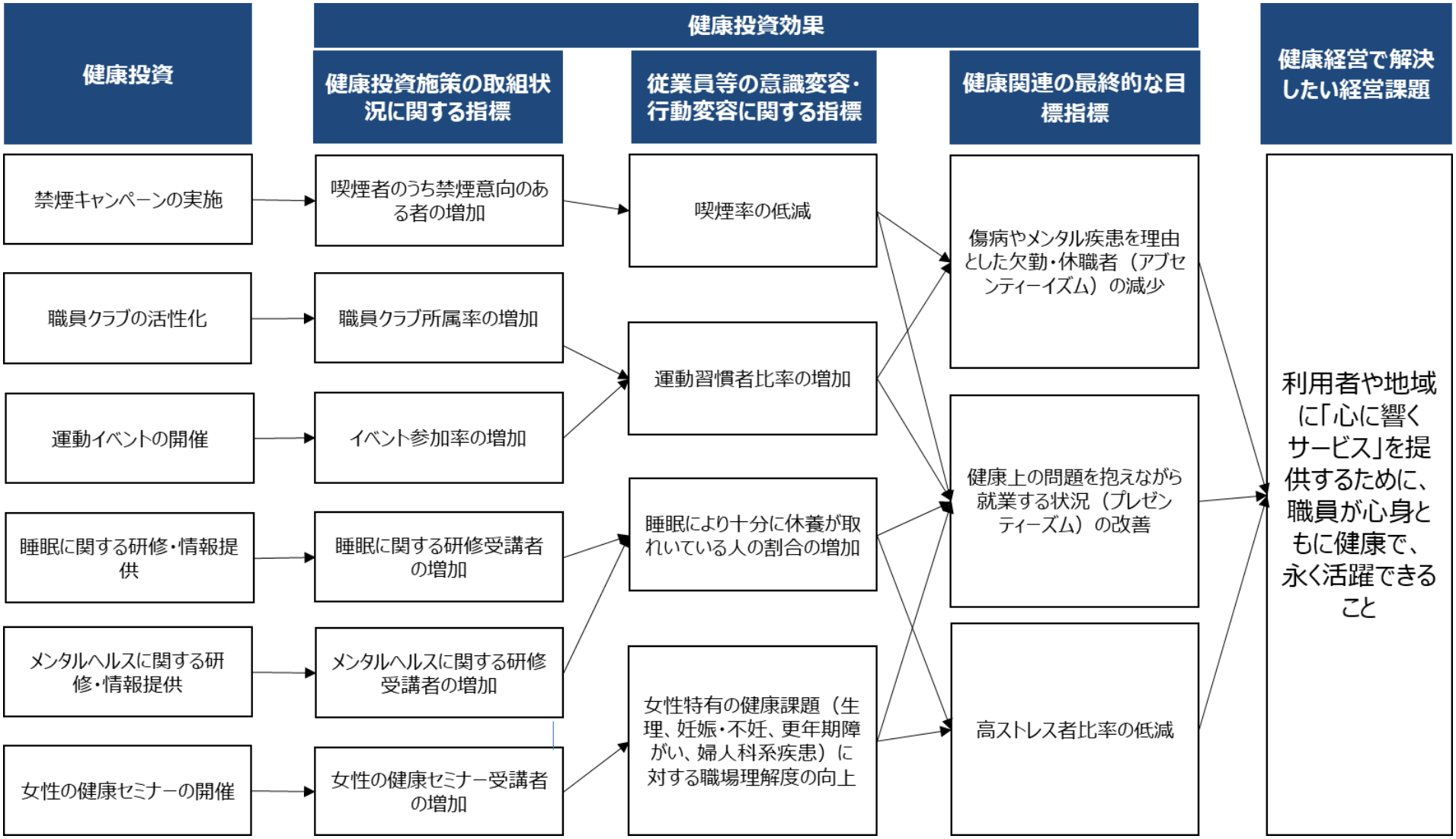
（1）平均勤続年数が長く、生活習慣病リスクを抱える年齢層の従業員が多い

（2）女性職員の比率が約半数と高く、女性特有の健康課題についての職場の理解度を向上させる必要がある

（3）24 時間体制の交代勤務を行う事業所を中心に、十分な休息を取るための取り組みが必要である

（4）対人援助サービスはやりがいが多い一方、ストレス管理が求められる。メンタルヘルス疾患の予防にも努める必要がある

5. 健康経営戦略マップ


健康投資
健康投資効果
健康投資施策の取組状況に関する指標
従業員等の意識変容・行動変容に関する指標
健康関連の最終的な目標指標
健康経営で解決したい経営課題
禁煙キャンペーンの実施
職員クラブの活性化
運動イベントの開催
睡眠に関する研修・情報提供
メンタルヘルスに関する研修・情報提供
女性の健康セミナーの開催
喫煙者のうち禁煙意向のある者の増加
職員クラブ所属率の増加
イベント参加率の増加
睡眠に関する研修受講者の増加
メンタルヘルスに関する研修受講者の増加
女性の健康セミナー受講者の増加
喫煙率の低減
運動習慣者比率の増加
睡眠により十分に休養が取れいている人の割合の増加
女性特有の健康課題（生理、妊娠・不妊、更年期障がい、婦人科系疾患）に対する職場理解度の向上
傷病やメンタル疾患を理由とした欠勤・休職者（アブセンティーイズム）の減少
健康上の問題を抱えながら就業する状況（プレゼンティーズム）の改善
高ストレス者比率の低減
利用者や地域に「心に響くサービス」を提供するために、職員が心身ともに健康で、永く活躍できること

6. 重点施策

職員一人ひとりが心身ともに健康であるとともに、働きやすく、働きがいのある職場環境となるように取り組みます。取り組みにあたっては、大阪自彊館らしい温かみ・人間味のある施策を実施し、仲間とともに協調しながら健康状態を高めていくことを目指します。

(1)生活習慣病等の疾病の高リスク者に対する重症化予防に取り組みます

①数値目標

| | 平成 31 年 | 令和 2 年 | 令和 5 年 | 令和 10 年 | (協会けんぽ大阪支部平均) |
|---|---|---|---|---|---|
| 高血圧リスク | 11.9% | 11.6% | 10% | 8% | 15.6% |
| 糖尿病リスク | 7.7% | 10.9% | 9% | 6% | 9.6% |
| 脂質リスク | 14.8% | 12.3% | 11% | 10% | 18.1% |

②健康診断の結果、「要精密検査」と通知を受けた職員の精密検査受検の促進を図ります

③特定保健指導実施率の増加に取り組みます

| | 令和 2 年 | 令和 3 年 | 令和 5 年 |
|---|---|---|---|
| 特定保健指導実施率 | 21.4% | 16.1% | 22% |

(2)女性特有の健康関連課題への対応、女性の健康保持・増進に取り組みます。

女性比率の高い当法人の特性を鑑み、女性特有の健康課題(更年期症状や更年期障がい、婦人科系がん等の婦人科疾患、月経前症候群や月経随伴症状といった月経周期に伴う心身の変化、妊娠/不妊、周産期ケア　等)に関する知識を得るための従業員教育を実施します。

職員アンケートにおいて、「月経」「妊娠・不妊」「更年期障がい」「婦人科系疾患」について女性が感じる自部署での理解度を測定し、理解度の低い課題について重点的に取り組みます。

| 女性が感じる自部署の理解度(3 点満点) | 令和 4 年(実績) | 令和 5 年 |
|---|---|---|
| 月経 | 1.68 点 | 1.8 点 |
| 妊娠・不妊 | 2.09 点 | 2.2 点 |
| 更年期障がい | 1.33 点 | 1.5 点 |
| 婦人科系疾患 | 1.82 点 | 2.0 点 |

（3）階層別研修において、職員の健康保持・健康増進に関する教育を実施します。（新任・基礎・4 級・GL・主事・代理他）

（4）運動習慣が定着するための支援を行います。

①職員クラブの活性化を図ります

| | 令和 4 年度（実績） | 令和 5 年度 |
|---|---|---|
| 職員クラブ数 | 12 | 13 |
| 職員クラブ加入率 | 17% | 20% |

②令和 5 年 6 月に開催予定のオンラインウォーキングイベントに参加します。参加賞や景品を用意するなど従業員が楽しんで参加できるように取り組みます（職員互助会「あゆみ会」と連携）。

| | 令和 4 年度（実績） | 令和 5 年度 |
|---|---|---|
| ウォーキングイベント参加率 | 20.6% | 30% |

7. 健康保険組合との連携

当法人は全国健康保険協会大阪支部と連携して、健康経営を推進していきます

8. 健康経営の効果指標

(1)健康投資施策の取組状況に関する指標

| 重点取組 | 項目 | | 実績 | 備考 |
|---|---|---|---|---|
| | 定期健康診断受診率 | | 100% | R4 年度 |
| | 定期健康診断後の精密検査受診率 | | | R4 年度 |
| | ストレスチェック受検率 | | 90.1% | R3 年度 |
| ★ | 広く従業員に行う施策の参加状況 | ウォーキングイベント参加率 | 20.6% | R4 年度 |
| ★ | | 職員クラブ参加率 | 17% | R4 年度 |
| ★ | ハイリスク者への施策の参加状況(保健指導継続率等) | 特定保健指導実施率 | 16.1% | R3 年度 |
| | 各施策の従業員の満足度 | ウォーキングイベント満足度 | 92.6% | R4 年度 |
| | 労働時間の状況(残業時間等) | 平均月間所定外労働時間 | 3 時間 | R3 年度 |
| | 休暇取得の状況(年休取得率等) | 平均年次有給休暇取得率 | 91.2% | R3 年度 |

(2)従業員の意識変容・行動変容に関する指標

| 重点取組 | 項目 | | 実績 | 備考 |
|---|---|---|---|---|
| | 従業員の問診票の集計結果 | 喫煙率 | 23.2% | R3 年度 |
| | | 運動習慣者比率(週 2 回・30 分以上) | 26.3% | R3 年度 |
| | | 睡眠により十分に休養が取れている人の割合 | 64.0% | R3 年度 |
| | | 飲酒習慣者率 | 16.2% | R3 年度 |
| | ハイリスク者の管理(治療継続)率 | 「血圧」要治療者のうち治療等に取り組んでいる人の割合 | 100% | R4 年度 |
| | | 「血糖」要治療のうち治療等に取り組んでいる人の割合 | 100% | R4 年度 |
| | | 「脂質」要治療のうち治療等に取り組んでいる人の割合 | 94.1% | R4 年度 |
| ★ | 従業員のヘルスリテラシーの状況 | 「管理職向け女性特有の健康課題に関するセミナー参加率」 | 63% | R4 年度 |
| ★ | | 「月経」について女性が感じる職場の理解度 | 1.68 点 | R4 年度 |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ★ | | 「妊娠・不妊」について女性が感じる職場の理解度 | 2.09 | R4 年度 |
| ★ | | 「更年期障がい」について女性が感じる職場の理解度 | 1.33 | R4 年度 |
| ★ | | 「婦人科系疾患」について女性が感じる職場の理解度 | 1.82 | R4 年度 |
| | | 令和４年度「睡眠に関するセミナー受講者数」 | 359 名 | R4 年度 |

（3）健康関連の最終的な目標指標

| 重点取組 | 項目 | | 実績 | 備考 |
|---|---|---|---|---|
| ★ | 健康診断の結果指標 | 「血圧」異常なしの人の割合 | 65.5% | R2 年度 |
| ★ | | 「血糖」異常なしの人の割合 | 65.5% | R2 年度 |
| ★ | | 「中性脂肪」異常なしの人の割合 | 72.7% | R2 年度 |
| | | 適正体重維持者率（BMI18.5～25） | 61.5% | R3 年度 |
| | 離職の状況 | 平均勤続年数 | 16.2 年 | R3 年度 |
| | | 離職率 | 5.2% | R3 年度 |
| | プレゼンティーズム（疾病などを抱えた就業）損失割合 | SPQ 東大１項目版 | 19.6% | R4 年度 |
| | アブセンティーイズム（疾病などによる欠勤） | 欠勤日数の合計 | 333 日 | R3 年度 |
| | | 休職日数の合計 | 407 日 | R3 年度 |
| | ワークエンゲージメント（仕事に対する活力・熱意・没頭） | | - | |
| | ストレスチェックの集計結果（高ストレス者率） | | 14.8% | R3 年度 |

9. 健康経営に係る外部認証の状況

（1）健康経営優良法人 2023

健康経営優良人 2023（大規模法人部門）に認定されました。

2023
健康経営優良法人
Health and productivity

（2）男女いきいきプラス認証

大阪府が所管する本制度で、社会福祉法人として初めて認証を受けました。