

## <株式会社シークスの健康経営目標と取り組み状況>

### 《Ⅰ. 健康課題と目標》

#### 1. 健康課題

- (1) 生活習慣病予防（治療放置者率の低減）
- (2) がん検診受診率の改善
- (3) 高ストレス者の低減
- (4) 喫煙率の低減

#### 2. 目標（2025年）

- (1) 生活習慣病予防
  - ・治療放置者率：5%未満
- (2) がん検診受診率の改善
  - ・胃がん検査受診率：80%以上
  - ・大腸がん検査受診率：80%以上
  - ・乳がん検査受診率：80%以上（2年に1度）
  - ・子宮がん検査受診率：80%以上（2年に1度）
- (3) 高ストレス者の低減
  - ・高ストレス者率：5%未満
- (4) 喫煙率の低減
  - ・喫煙率：18%未満

### 《Ⅱ. 施策》

#### 1. 健康診断の事後措置の強化

- (1) 定期健康診断実施率 100%（前年度比±0ポイント）
- (2) 特定保健指導実施率 20.0%（前年度比+5.2%）
  - ・健康保険組合と連携し、直接自宅に案内書を送付するのではなく、上長から手渡しいただくよう体制を整えた。
- (3) 要精密検査者の受診率 45.0%（前年度比▲8.6%）
  - ・対象者を管理監督者と共有することで、病院受診のための休暇を取得しやすい環境を整備した。
  - ・受診勧奨を産業保健師より継続して実施した。

#### 2. 社員のヘルスリテラシー向上を促進

- (1) 社内外の講師によるメンタルヘルス研修の実施（2007年4月～）
- (2) 運動習慣定着のため、徒歩通勤や自転車通勤のための金銭支援（2016年4月～）
- (3) ウォーキングイベントの開催（2017年3月～）

- (4) 料理教室の開催（2017年6月～）
- (5) フィットネス教室の開催（2018年6月～）
- (6) 職場外のスポーツクラブの利用補助を導入（健康保険組合）
- (7) 管理栄養士による食事栄養指導・相談窓口の設置（2019年1月～）
- (8) 女性の健康セミナーの実施（2021年11月～）
- (9) 生活習慣アンケート【ヘルスチェック】実施（2021年12月～）
- (10) 喫煙者に対して年齢やブリンクマン指数に沿った受診勧奨を実施（2022年4月～）
- (11) 健診の希望調査時にがん検診の受診勧奨を実施（2022年4月～）
- (12) オフィスに【セルフチェックコーナー】を設置し、血圧測定器を設置（2022年10月～）
- (13) マラソンなどの完走証提出で手当支給する制度『健康促進手当』導入（2023年6月～）

### 3. 働きやすい職場を促進

- (1) コミュニケーション促進を目的とした交流会に対する金銭支援（2001年9月～）
- (2) 治療と仕事の両立のため、フレックスタイム制（コアタイム無し）導入（2002年10月～）
- (3) 職場復帰支援として、外部医療機関と提携しリワークプログラムを導入（2002年10月～）
- (4) 社内外に各種相談窓口を設置・周知（2007年4月～）
- (5) 産業医の他、臨床心理士、精神保健福祉士と連携したサポート体制を導入（2007年10月～）
- (6) リモートワーク 導入（2020年4月～）
- (7) 職場内全面禁煙の実施（2020年10月～）
- (8) フリーアドレスオフィス 導入（2021年4月～）
- (9) 取引先へ、自社で開発した生活習慣病のリスクを評価するツールを提供（2022年10月）



料理教室の様子



フィットネス教室の様子



ウォーキングイベントの様子



メンタルヘルス研修の様子

#### 4. 安全衛生委員会にて施策に関する議論の場を設定

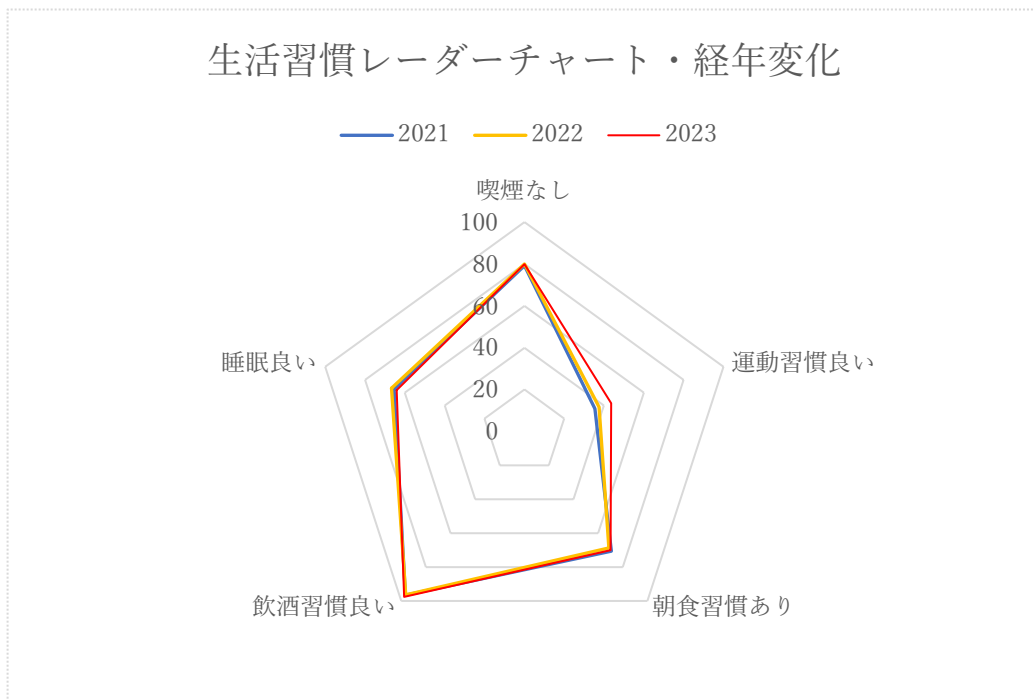
月度	テーマ
4月	良い睡眠とは
5月	禁煙の推進
6月	熱中症対策
7月	生活習慣病
8月	定期健康診断（事後措置）
9月	感染症予防対策（インフルエンザ予防と正しい知識）
10月	メンタルヘルス予防対策（ストレスチェック）
11月	アルコール依存症
12月	身体の健康管理（ヘルスチェック）
1月	ストレスチェック集団分析結果報告
2月	花粉症対策
3月	交通安全

### 《Ⅲ. 結果》

#### 1. 目標に対する結果

重点項目(期待する効果)	KPI	2025年度目標	2023年度実績
<b>生活習慣病予防</b>	治療放置者率	5%未満	11.4%
<b>がん検診受診率の改善</b>	胃がん検査受診率	80%以上	82.6%
	大腸がん検査受診率	80%以上	73.2%
	乳がん検査受診率	80%以上	74.4%
	子宮がん検査受診率	80%以上	73.3%
<b>高ストレス者の低減</b>	高ストレス者率	5%未満	6.7%
<b>喫煙率の低減</b>	喫煙率	18%	17.0%

## 【生活習慣レーダーチャート】

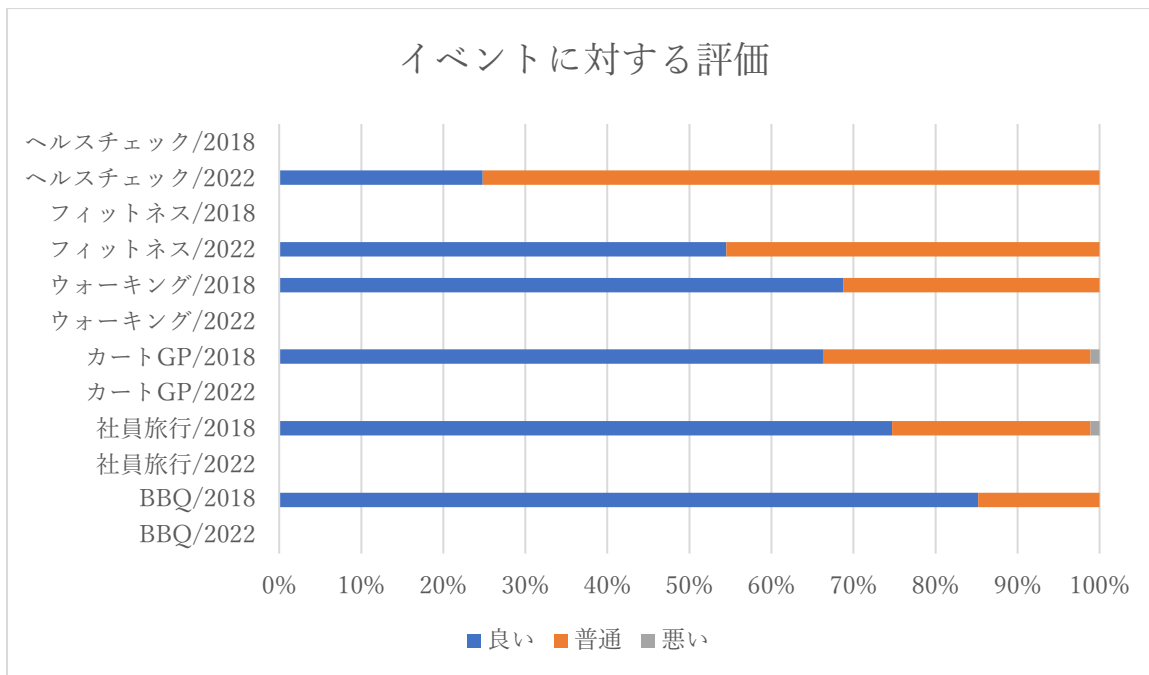


### 生活習慣レーダーチャート・経年変化

生活習慣病に着目した事業所の健康行動・健康意識を経年的に比較

- 喫煙なし：「習慣的な喫煙の有無」に回答した者の内、「いいえ」と回答した者の割合
- 運動習慣良い：「日常生活において歩行または身体活動を1日1時間以上実施していますか」「1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか」のいずれかに回答した者の内、いずれかに「はい」と回答した者の割合
- 朝食習慣あり：「朝食を抜くことが週に3日以上ありますか」に回答した者の内、「いいえ」と回答した者の割合
- 飲酒習慣良い：「お酒を飲む頻度」に回答した者の内「毎日飲酒、かつ1日あたりの飲酒量が2合以上」でない者の割合
- 睡眠良い：「睡眠で休養が十分とれていますか」に回答した者の内、「はい」と回答した者の割合。

## 【イベントに対する評価】



イベントに対する参加者の評価だが、集合イベントの満足度が高いことが分かる。

## 2. 健診結果と生活習慣アンケート【ヘルスチェック】の傾向分析

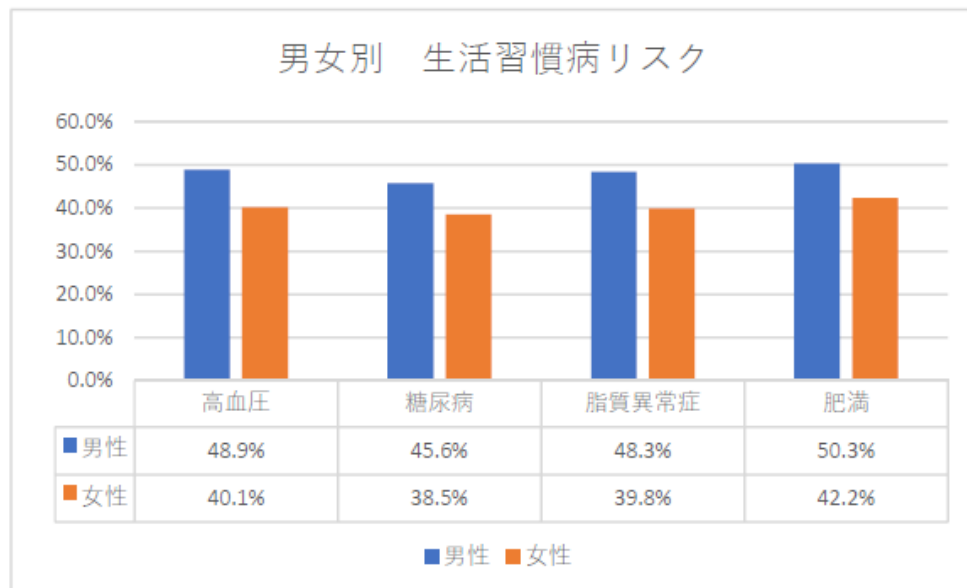
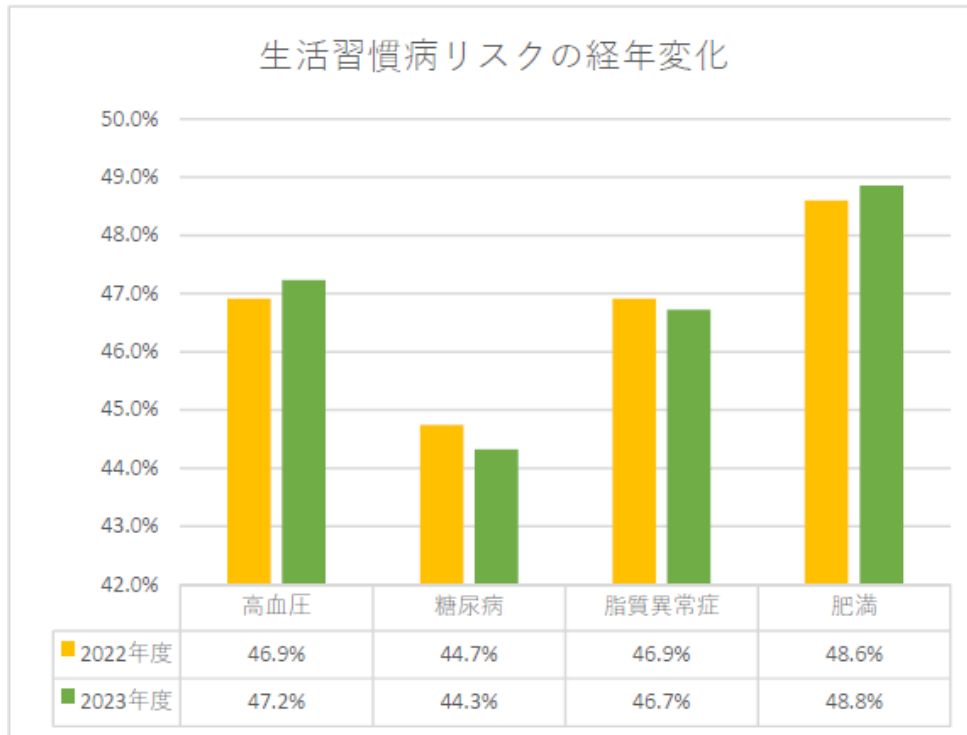
【ヘルスチェック】とは、「食生活習慣」「運動・身体活動状況」「喫煙」「飲酒」「睡眠・休養」などの48項目を総合的に評価し、生活習慣病のリスクの程度を知ってもらうというもので、いわゆるストレスチェックのフィジカル版ともいえる。

(ヘルスチェック結果票の一部)

総 合 結 果				
社員コード	姓	名	生年月日	性別
			所属部署	回答日
<b>I. 生活習慣病リスク</b>				
高血圧	☁	— 低い	— 高い	
糖尿病	☁	— 低い	— 高い	
脂質異常症	☔	— 低い	— 高い	
肥満	☔	— 低い	— 高い	
<b>II. 生活習慣病予防</b>				
<b>A 車の使用</b>				
特に問題はありません。				
<b>B 既往歴・現疾患・家族歴</b>				

<2023 年度調査結果（一部）>

〈ヘルスチェック結果からみた生活習慣病リスクの経年変化〉



- ・肥満のリスクを抱えている方が最も多く、経年的にみると肥満のリスクが上昇している。
- ・男女別にみると、いずれの項目も女性よりも男性のリスクが高いことが分かる。

### 3. 健康と生産性の分析

	2023 年度実績値	測定人数/回答率	2022 年度実績値
アブセンティーイズム	3.4 日	447 人/100%	2.3 日
プレゼンティーイズム (損失)	18.6%	364 人/84.7%	18.6%
ワークエンゲイジメント	2.2 点	419 人/94.8%	2.1 点

#### 【測定方法】

アブセンティーイズム : 傷病を理由とした欠勤や有給休暇の取得日数の全従業員平均

プレゼンティーイズム : SPQ (Single-Item Presenteeism Question 東大 1 項目版) を用いた従業員調査を実施。実績値は回答の平均。

ワークエンゲイジメント : 新職業性ストレス調査票にて、ユトレヒト・ワーク・エンゲージメント尺度を測定。実績値は全従業員平均。

#### <アブセンティーイズムが与えている影響>

勤怠管理ツールにより、突発 (傷病) にて休暇を取得した日数を確認している。

- ・ 2023 年度対象従業員数 : 420 人
- ・ 突発 (傷病) 休業平均日数 : 3.4 日

アブセンティーイズム (病気やけがなどにより、労務提供がなされなかった) により、計 1,428 日分 (420×3.4 日) が関わる組織へ影響し、生産性や業務効率の低下を引き起こしているものと考えられる。

#### <プレゼンティーイズムが与えている影響>

従業員アンケートにより、2023 年度のプレゼンティーイズム (生産性低下率) を算出している。生産性低下率は、SPQ (東大 1 項目版) 「病気やけがなどが無いときに発揮できる仕事の出来を 100%として過去 4 週間の自身の仕事を評価 (1~100%)」を用いた。

社員一人当たりの年間売上高が約 800 万円のため、生産性低下率 18.6%とすると、会社全体の年間損失額は 7 億 5,000 万円となる。

#### 4. 健康経営の取り組みによる効果

##### <企業経営に対する効果>

健康経営への取り組みを通じて、社員の皆さんが生き活きと安心して働けるよう、健康サポートグループを新たに立ち上げるなど、組織的な変革を行った。また、フレックスタイム制度を早くから導入し、ワークライフバランスの充実を図っている。さらに、平均有給休暇取得率は90.6%と、高水準を維持している。

##### <健康課題の改善に関する効果>

保健師の雇用により、保健指導の実施や、要再検査者に対する受診勧奨などの事後措置にも力を入れることができ、治療放置者率は11.4%(前年度比0.4ポイント改善)となった。2025年度までに、治療放置者率5%未満を実現できるよう、事後措置の強化を継続している。今後も、社員の健康を第一に考え、様々な施策を継続的に実施していくことで、パフォーマンスを失わずに利益を出し続ける、いわばサステナブル経営を実現していく。

(2024年10月1日更新)



## 2024年度 健康サポートG目標と活動

	目標	指標	2021年度実績	2022年度実績	2023年度実績	2024年度目標値	2025年長期目標値	取り組み	投資額
健康的なカラダ	治療放置者の低減	定期健康診断受診率	100%	100%	100%	100%	100%	受診勧奨	健診費等20万円
		有所見率	74.8%	56.9%	54.9%	50%	50%		
		精密検査受診率	9.7%	53.6%	32.6%	60%	80%		
		治療放置者率	12.6%	11.8%	11.4%	10%	5%		
		特定保健指導実施率	27.6%	14.8%	20.0%	40%	50%		
	運動習慣定着	フィットネス教室への参加率	1.2%*1	1.4%*1	4.5%	15%	20%	フィットネス教室の開催	20万円
		ウォーキングイベント参加率	-	-	11.0%	20%	30%	ウォーキングイベントの開催	18万円
		健康促進手当(2023年度より)			7.5%	10%	30%	制度新設	*2023年度は費用なし
	食生活改善	料理教室参加率	-	-	4.3%	10%	15%	料理教室の開催	17万円
		ヘルスチェック受検率	87.5%*2	67.9%	86.3%	80%	90%	ヘルスチェック実施	-
	がん検診受診率の向上	胃がん検査(40歳以上)	72.3%	81.9%	82.6%	80%	80%	受診勧奨 女性の健康セミナーの実施 参加率:管理職100%	健診費等と同様
		大腸がん検査(40歳以上)	73.6%	74.0%	73.2%	80%	80%		
		乳がん検査(2年に1度)	50.7%	58.4%	74.4%	80%	80%		
子宮がん検査(2年に1度)		49.3%	58.4%	73.3%	80%	80%			
がん検査受診率(40歳以上で何らかのがん受診者)	84.6%	83.5%	84.6%	85%	90%				
喫煙率の低減	喫煙率	20.8%	20.0%	17.0%	20%	18%	禁煙促進活動	-	
健康的なココロ	メンタル不調予防	ストレスチェック受検率	89.0%	95.7%	94.8%	90%	95%	ストレスチェック受検勧奨	各種外部EAP 面談費10万円 研修費10万円
		高ストレス者率	8.5%	6.4%	6.7%	6.5%	5%	ストレスチェック事後措置	
		平均時間外労働時間	16.8h	16.4h	15.6h	20h	20h	長時間労働抑制	
健康的な職場	満足度・生産性向上	ワークエンゲイジメント	-	2.1%	2.2%	2.5%	3.0%	ストレスチェック集団分析 ワークエンゲイジメント ラインケア教育	-
		平均有給休暇取得率	92.2%	91.7%	90.6%	80%	90%	ワーク・ライフ・バランス	-
		コミュニケーション促進イベント参加率	45.8%	58.7%	51.1%	50%	80%	親睦会制度利用	80万円
		離職率	7.9%	8.4%	8.5%	10%	5%	-	-
		傷病による休職の状況	9人	15人	7人	13人	10人	-	-
		アブセンティーズム	2.0日	2.3日	3.4日	1.5日	1.5日	-	-
		プレゼンティーズム(損失)	-	18.6%	18.6%	17%	15%	-	-
		労働災害発生件数*3	0件	0件	0件	0件	0件	0件	ヒヤリハット報告等

Total 175万円

\*1オンライン実施\*2本社実施\*34日以上休業を伴うもの