

## <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 14.8%（前年度比12.8ポイント下降）
  - ・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 53.6%（前年度比43.9ポイント上昇）
  - ・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～※2022年度は中止）

- (4) 料理教室の開催（2017年6月～※2022年度は中止）
- (5) フィットネス教室の開催（2018年6月～：2022年度はオンライン開催）
- (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しての金銭支援（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) 社内と社外に相談窓口を設置し、周知している（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



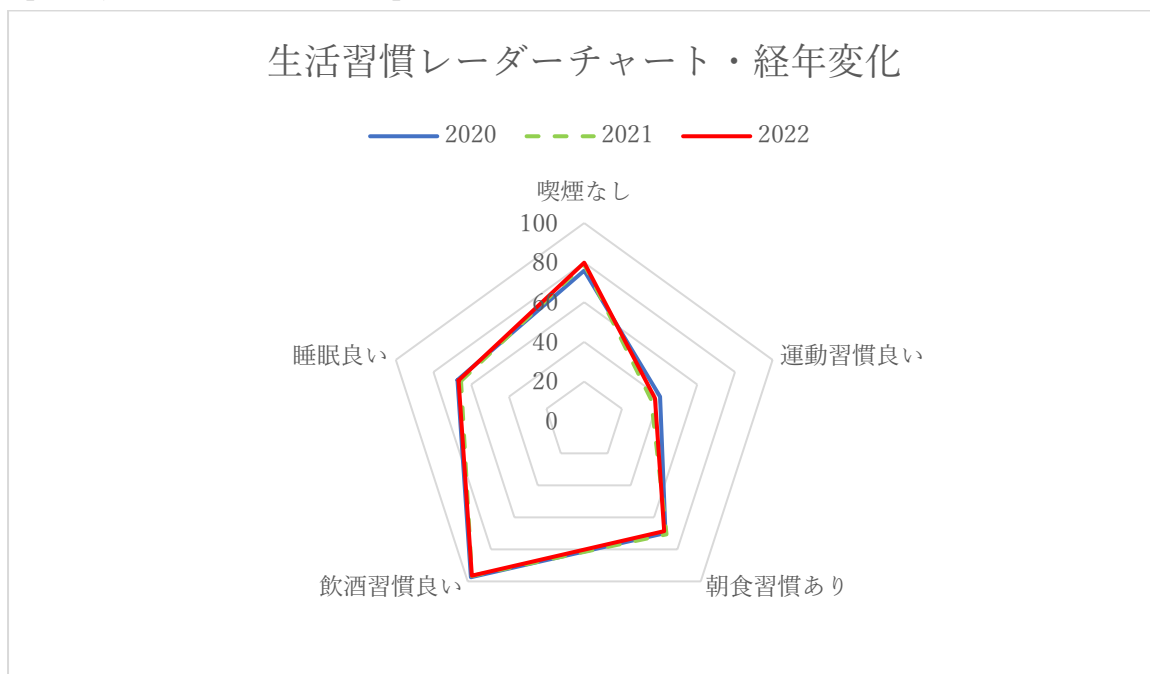
メンタルヘルス研修の様子

### 《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	2022 年度実績
生活習慣病予防	治療放置者率	5%未満	11.8%
がん検診受診率の改善	胃がん検査受診率	80%以上	81.9%
	大腸がん検査受診率	80%以上	74.0%
	乳がん検査受診率	80%以上	58.4%
	子宮がん検査受診率	80%以上	58.4%
高ストレス者の低減	高ストレス者率	5%未満	6.4%
喫煙率の低減	喫煙率	18%	20.0%

#### 【生活習慣レーダーチャート】



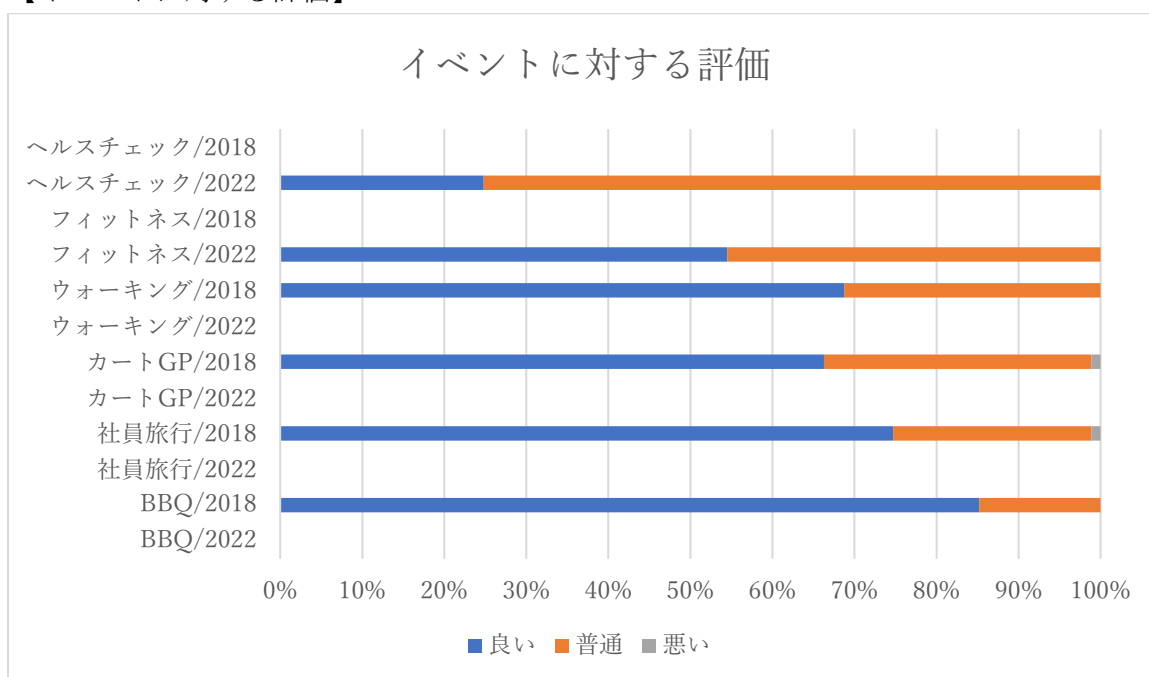
#### 生活習慣レーダーチャート・経年変化

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。感染症にて集合イベントを控えていたが、今年度より再開しており、今後経年的に評価していく。

## 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)

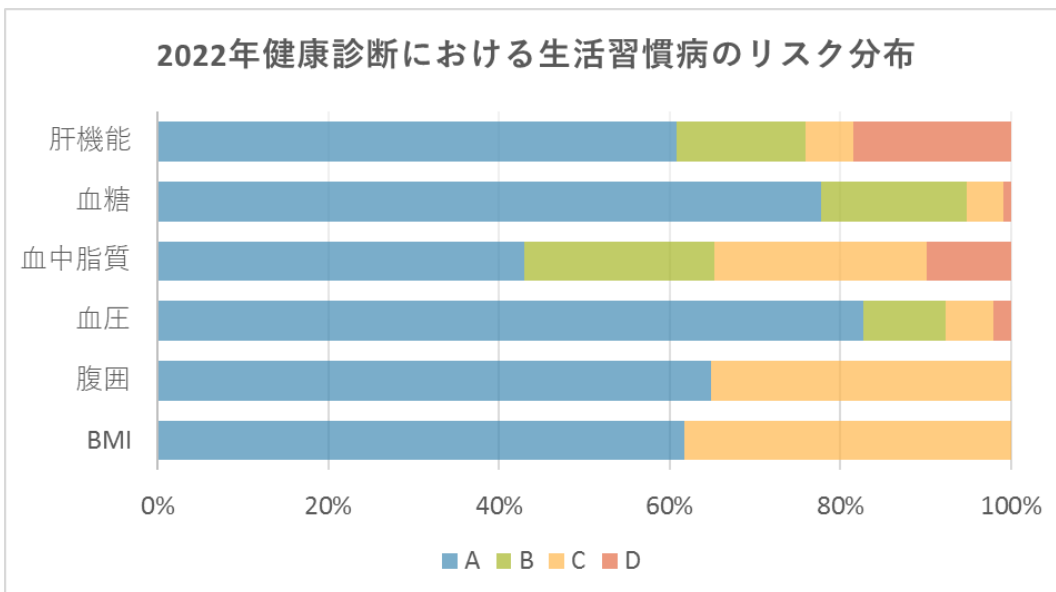
総 合 結 果					
社員コード	姓 名	生年月日	性別	所属部署	回答日
<b>I. 生活習慣病リスク</b>					
高血圧	☁️	低い			高い
糖尿病	☁️	低い			高い
脂質異常症	☔️	低い			高い
肥満	☔️	低い			高い
<b>II. 生活習慣病予防</b>					
A 薬の使用					
特に問題はありません。					
B 既往歴・現疾患・家族歴					

<2022 年度調査結果>

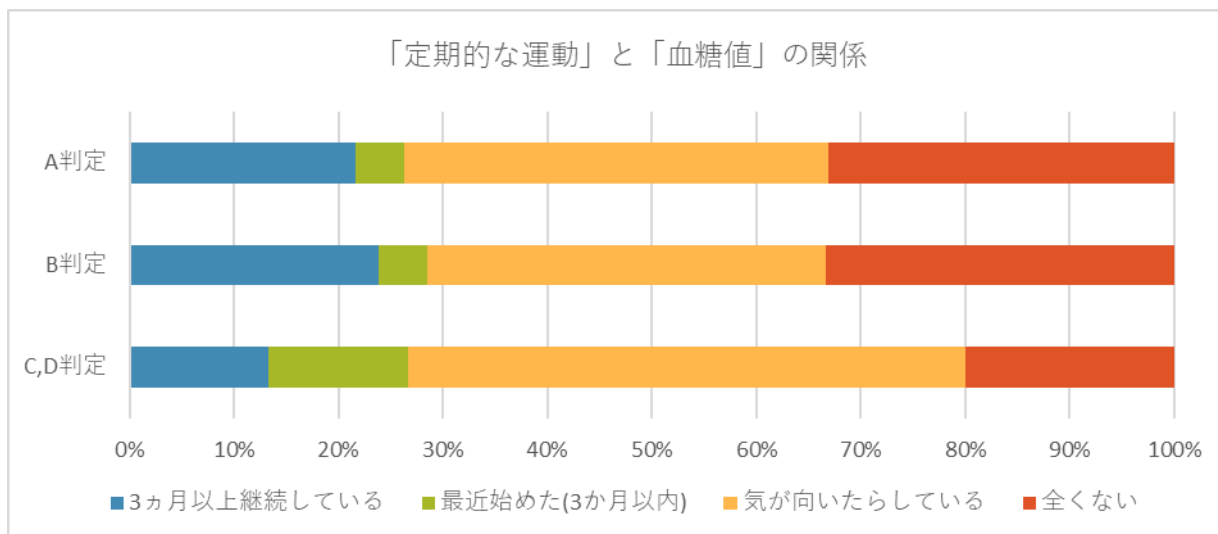
健診結果の「BMI」「血圧」「脂質」「血糖」のデータをヘルスチェックで得た生活習慣と合わせて比較すると、当社の健康課題が見えてきた。

■分析結果の一部

〈健診結果から見た生活習慣病のリスク分布〉



〈ヘルスチェックと健診結果から見た当社の健康課題〉



① 肝機能と肥満

肝機能で要再検査、要精密検査となる社員の割合が多く、当社の約2割の社員が肝機能検査で有所見となっている。

また、肝機能が好ましくない社員の内、7割が体格も好ましくないことが分かった。

② 血中脂質と食事

血中脂質が良好である社員の割合は低く、5割をきっている状況だ。

要再検査、要精密検査となる割合は、肝機能に次いで多く、結果が好ましくない社員は『魚を多くとっている』と回答した割合が少ない結果となった。

③ 定期的な運動習慣

「定期的な運動」と「有所見者」の関係を見てみると、糖代謝の値が好ましくない社員は、『3か月以上継続した運動習慣がある』と回答した割合が少なく、全体を見ても、3か月以上継続している運動習慣がある社員は2割にとどまっている。

これらの結果より、下記の施策を提案する。

① 運動習慣定着のために行っているイベントや制度を周知し、イベント参加率を上げることで運動習慣定着率をあげる。

② 当社の平均年齢は34歳と全国平均に比べ5.2歳も若く、各地から採用しているため、単身者が多いことが推測される。BMI値、血液検査からも、ポピュレーションアプローチとして食事に対しての情報提供を行い、ハイリスク者には保健指導を行う。

\*厚生労働省「賃金構造基本統計調査」(企業規模10人以上)平均年齢は39.2歳(平成19年)

### 3. 健康と生産性の分析

	2022 年度実績値	測定人数/回答率	2021 年度実績値
アブセンティーイズム	2.3 日	430 人/100%	2.0 日
プレゼンティーイズム (損失)	18.6%	364 人/84.7%	-
ワークエンゲイジメント	2.1 点	422 人/95.7%	-

#### 【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。

アブセンティーイズムコスト（病気やけがなどにより、企業側に労働が提供されなかった分のコスト）を以下のとおり算出した。

2022 年度対象従業員数 : 430 人

突発（傷病）休業平均日数 : 2.3 日

1 日 1 人当たりの損失額 : 1 万円（報酬日額を 1 日 1 万円と仮定）

会社損失額 : 1 万円 × 2.3 日 × 430 人 = 989 万円

#### <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、2022 年度のプレゼンティーイズム（生産性低下率）も算出している。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。年収を 360 万円と仮定し、アンケート結果より得た生産性低下率 18.6%をかけると、社員 1 人当たりの年間損失額は 67 万円になる。

1 人当たりの年間損失額 : 67 万円を 2022 年度対象従業員 : 430 人にかけて、会社損失額は 2 億 8 千 800 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91.7%と、高水準を維持している。このような企業経営によって、収益率は前年度比+0.5%となり、生産性の向上につながっている。

##### <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11.8%(前年度比0.8ポイント下降)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。

(2023年10月1日更新)



2023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 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%	受診勧奨	健診費等20万円
		有所見率	74.8%	56.9%	50%	50%		
		精密検査受診率	9.7%	53.6%	60%	80%		
		治療放置者率	12.6%	11.8%	10%	5%		
		特定保健指導実施率	27.6%	14.8%	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	15%	20%	フィットネス教室の開催	レクレーション費 15万円
		ウォーキングイベント参加率	-	-	20%	30%	ウォーキングイベントの開催	-
		健康促進手当(2023年度より)			10%	30%	制度新設	-
	食生活改善	料理教室参加率	-	-	10%	15%	料理教室の開催	-
		ヘルスチェック受検率	87.5%*2	67.9%	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%	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%	80%	80%		
		乳がん検査(2年に1度)	50.7%	58.4%	70%	80%		
		子宮がん検査(2年に1度)	49.3%	58.4%	70%	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%	85%	90%			
喫煙率の低減	喫煙率	20.8%	20.0%	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%	90%	95%	ストレスチェック受検勧奨	各種外部EAP 面談費30万円 研修費10万円
		高ストレス者率	8.5%	6.4%	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	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%	2.5%	3	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%	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%	50%	80%	親睦会制度利用	-
		離職率	7.9%	8.4%	10%	5%	-	-
		傷病による休職の状況	9人	15人	13人	10人	-	-
		アブセンティーズム	2.0日	2.3日	1.5日	1.5日	-	-
		プレゼンティーズム(損失)	-	18.6%	17%	15%	-	-
労働災害発生件数*3	0件	0件	0件	0件	ヒヤリハット報告等	-		

Total 75万円

\*1オンライン実施\*2本社実施\*34日以上の休業を伴うもの