

健康経営戦略マップ

推進内容（「健康投資」）

健康経営目標

従業員の心身の充実

プレゼンティーズム

(現状) 83.5→5%UP

プレゼンティーズム

従業員が「心身ともに健やかな状態」で仕事にどれだけ臨んでいるかを数値化したもの。フルマークを100（100%のパフォーマンス）として測定。

心の充実

ストレスチェック
総合指数
80→5%減

からだの充実

健診
有所見者率
58%→5%減

生活習慣の改善

睡眠

睡眠充足率*1
61%→80%以上

運動

運動実施率*2
31%→5%UP

食事

適性体重率*3
52%→66%以上

飲酒

適性飲酒率*4
83%→90%以上

喫煙

非喫煙率*5
92%→5%UP

働き方の改善

有休取得率
71.0%
→5%up

時間外労働数
3.9時間/月
→5%減

充実した管理と啓蒙

健診/精密検査

健診受診率
100%→100%

精密検査受診率
57.1%→5%UP

特定保健指導

実施率16.7%
→60%以上

ストレスチェック

実施率 100%→100%

啓蒙

1人当たりの啓発イベント
参加数 83名→5%UP

労災

度数率 0→0
強度率 0→0

体制／情報公開

睡眠セミナーの実施

睡眠改善プログラムの導入

体操/運動時間の設置、ながら運動の推進

ロコモティブシンドロームの防止活動

ウォーキング大会の開催

食事診断の実施

健康食品の提供や斡旋の検討

減酒セミナーの実施

減酒プログラムの提供

禁煙セミナーの提供、禁煙タイムの設定

禁煙プログラムの提供

時間単位有休、弾力的勤務等の検討

NO残業デーの設定、勤務間インターバル
制度の検討

AI/DX活用含む業務工数改善推進、
業務の標準化推進

各受診勧奨

企業内診療所の開設

健診機関や補助内容などの充実

保健指導体制の整備（外部委託含む）

ストレス相談窓口の充実

ウォーキング大会等、健康イベントの推進

健康セミナー、メルマガ啓蒙

アプリ等、健康デバイスの積極活用

衛生委員会の職場巡視による
リスクの未然防止

インフルエンザ対策、感染症対策

新健保、社内診療所の設立

ウェルビーイング指標設定

コラボヘルスの推進

健康優良法人のための情報開示拡充

凡例

目標値

現状→2029年度末

推進内容 (健康投資)

*1 睡眠で十分な休息が取れている従業員の割合

*2 1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上を、1年以上実施している従業員の割合

*3 BMI18.5以上25未満

*4 1日あたりの飲酒量20g以下の従業員の割合

*5 喫煙習慣のない従業員の割合

※1、2、4、5は生活習慣アンケートの結果による