

## 健康経営を推進する目的

当組合は加入者一人ひとりの健康増進を目指した事業を行っておりますが、まず保険者として、当組合の職員の「健康に対する意識の向上」と「一人ひとりがいきいきと働くことができる職場づくり」を目的に健康経営を推進しております。

## 健康宣言



### 「健康宣言チャレンジ事業所」 認定

当健保は健保連愛知連合会の「2026年度健康宣言チャレンジ事業所」として認定されました。

当組合は職員が健康に対する理解を深め、様々な活動を通じて職場の健康増進を行っていきます。

- 職員及び家族の健診に積極的に取り組みます
- 職員の健康課題の把握と必要な対策を検討・実施します
- 健康経営の実践に向けて環境を整えます
- 職員の心と身体の健康づくりに取り組みます

## 健康経営に関する認定



### 「健康経営優良法人2026(中小規模法人部門)」 認定

当健保は、2026年3月、経済産業省と日本健康会議が制定した健康経営優良法人制度において、「健康経営優良法人2026(中小規模法人)」に認定されました。(8年連続)

健康経営に取り組むことにより、組織の活性化をもたらし、組織としての価値向上へつながることができます。

今後も職員の健康保持・増進の事業運営に努めてまいります。



## 取り組み事例

### ①けんぽチャレンジウォークに職員が参加

【背景】健康管理における運動の重要性はわかっているが「実践できない」「継続できない」という現状がある。

【目標】職員の運動習慣の定着

【取組内容】当健保で年2回(4月と10月)開催しているウォーキングイベント(けんぽチャレンジウォーク)に職員も参加。30日間連続してウォーキングを行い合計20万歩以上を目標に実施している。

【取組結果】日常的に運動を意識する職員が増加した。



## ②週1日のノー残業デー実施、毎月1日以上の有給休暇の取得

- 【背景】 職員が家庭・趣味などプライベートな時間を充実させることで、仕事に対しもやりがいと充実感を持てると考え、仕事重視の生活にならない勤務環境の整備の必要性を感じた。
- 【目標】 ①週1日のノー残業デー実施 ②毎月1日以上の有給休暇の取得
- 【取組内容】 ①毎週水曜日をノー残業デーに設定し、8時間以内の勤務を推奨している。  
指定日に残業の場合は別の日をノー残業とし、1週間に1日のノー残業を促進している。  
②毎月1日以上の有給休暇取得を推奨し、計画的な取得ができるように有給の計画を月初に作成している。取得ができない場合は翌月に取得をすることを推奨している。
- 【取組結果】 週1日のノー残業デー実施と毎月1日の有休取得が定着。プライベートの充実を実感できる取組みとなっている。

## ③健康出前講座『テーマ：野菜を食べよう』への参加

- 【背景】 職場内で健康についてのコミュニケーションの機会をつくること。個人の健康と向き合うきっかけづくりとなるように母体企業が講座を開催
- 【目標】 健康リテラシー向上  
※自分に合った健康情報を理解し評価した上で活用する
- 【内容】 1日に必要な野菜摂取量  
野菜摂取量を増やすコツ  
ベジファーストの効果 などについて
- 【取組結果】 2026/1/23 13:30~14:00  
職員9名参加  
昼食時の話題になるなど職員と一緒に受講することで、健康意識向上のよい機会となった。



## ④健康保険組合「合同ボーリング大会」への参加

- 【背景】 職場以外で職員同士が交流する機会が少ないので、職員同士のコミュニケーション促進につながる取り組みの必要性を感じている。
- 【目標】 職員間のコミュニケーション向上
- 【取組内容】 毎年6月に健保連あいち三河支部に加盟している健康保険組合の「合同ボーリング大会」が開催されており、当健康保険組合の職員も毎年参加している。
- 【取組結果】 職員間の交流の場として有意義な機会となっている

