

クローズアップ かがやき企業

健康経営を進める企業の
取組みをご紹介します

日生運輸 株式会社

DATA

(令和6年9月現在)

所在地：鹿島郡中能登町長川17丁目7
従業員数：33名[男31名、女2名]※役員除く
平均年齢：53歳
事業内容：一般貨物輸送、一般・産業
廃棄物収集運搬

「健康経営優良法人
(中小企業部門)」
2022～2024年認定



健康結果を社長自ら
チェックし、コメントを記入



協会けんぽの「腰痛・肩こり予防講座」

日生運輸(株)の多知社長にお話をうかがいました。

ドライバー不足が問題となっている昨今、健康をおろそかにすると人員および安全を損なうリスクがあるという危機感を持ち、社長就任時の10年前から健康経営の取組みを加速しています。健康が会社と従業員の利益になり、ひいては社会貢献につながるとの認識のもと、一歩進んだ対策を心がけています。

取組み
1

健康状態の把握と管理はしっかりと



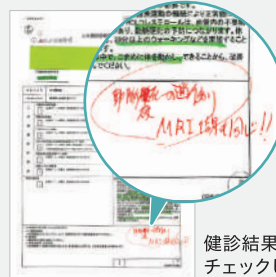
早期発見
早期治療

健康面の不調で運転中に何かあれば、重大な事故に直結します。そのリスクを回避するため、健診を必ず受けなければならない、異常があればしっかり再受診するという意識を定着させてきました。



ヘルス
リテラシー向上

健診結果まで、会社側でしっかり管理し、社長自ら全ての結果に目を通し、コメントを残して健康管理に努めています。



健康結果を社長自ら
チェックし、コメントを記入

取組み
2

安全と安心のため健康に投資



早期発見
早期治療

居眠り運転の原因にもなる「SAS(睡眠時無呼吸症候群)」の対策を最重点項目として力を入れています。これまでに延べ90名がスクリーニング検査を受けており、精密検査が必要となった場合、その費用も含めて会社が全額負担して実施しています。

また、治療が必要となった場合は自宅だけでなく、仕事の仮眠時、休息時も治療を推奨し、徹底的に対策を図っています。

さらに、「脳MRI健診スクリーニング検査」も会社の負担で実施し、くも膜下出血など、重大な事故につながるかねない要因の予防に努めています。



SAS(睡眠時無呼吸症候群)の自宅での治療風景

取組み
3

思い付きが健康への気づきに



食生活の改善

自販機の商品への栄養成分表示について、100mlあたりの数値で表示されていることが多いのですが、それではわかりにくいと思い、飲料メーカーの担当者と相談し、1本あたりの総カロリー量を表示するようにしました。この飲料を飲み切った場合の総カロリー量が簡単にわかり、カロリーを意識して飲料を選ぶ従業員が増えました。



運動機会の
増進

協会けんぽの健康講座も積極的に活用し、直近では腰痛・肩こり予防の講座を受講しました。教わったストレッチを続けている従業員もあり、健康への意識付けのきっかけとなっています。

ほかにも血圧計の設置やマッサージチェアの配置といった手軽なところから健康への自覚を促す機会を作っています。



多知社長

ひとこと

従業員が健康を損なえば、生産性は低下し企業にとって損失となります。健康管理はもはや事業経営の中枢に位置づける時代だと思っています。ボトムアップも大切ですが、健康管理に関してはトップダウンが有効であるとの信念で取組みを進めています。“自らが健康について常に考える”意識を醸成し、社内で健康の話題が交わされる風景が当たり前にある、、、これが私の理想とする姿です。

※令和6年9月取材