自動車振興会健康保険組合　健康経営推進計画

１．目的

職員一人ひとりの健康を大切にし、健康で活き活きと働くことができる職場づくり

２．現状と課題【ＫＧＩ・ＫＰＩ】

・血糖（空腹時血糖・HbA1c）の有所見者率が高く、幸い重症者はいないが、今のうちに当該有所見者率の低減を図る
【ＫＧＩ…'25：19人→'29：15人以下】
・生活習慣が要因となっていると思料され、その改善の必要あり
飲酒（飲酒量・頻度）【ＫＰＩ…'25：23人→'29：　7人】
運動（習慣無）　　【ＫＰＩ…'25：28人→'29：26人】
食事（早食い）　　【ＫＰＩ…'25：16人→'29：11人】
・法定外のため、メンタルヘルスチェックは未実施

３．ストラテジー(戦略)

① 職員のヘルスリテラシーの向上
② 健康診断の推進
③ 健康づくりの推進
④ 働きやすい職場環境の整備
⑤ ワーク・ライフ・バランスの推進
⑥ メンタルヘルス対策の強化
⑦ 職員同士のコミュケーションの充実

４．プログラム(実施計画)

① 毎月第２週を健康週間（生活習慣改善週間）として設定
② 健康診断の１００％受診の継続（受診状況把握と受診勧奨）
③ 階段利用、ラジオ体操、ウォーキングの推進（実施者の増加）
④ オフィス環境の整備（リラクゼーションミュージックの放送）
⑤ 年次有給休暇の取得促進（計画年休の取得促進）
＊計画年休取得日数／年次有給休暇取得日数の割合を増やす
【ＫＰＩ…'25：45.3%→'29：50%以上】
⑥ メンタルヘルスチェックの実施
⑦ 職員親睦会行事への支援・補助

５．効果測定

・プログラム実施後の健康状態の再評価
・生産性向上に関するデータ収集

６．フィードバックと改善

・健康づくり推進委員会等で職員の意見・評価の収集
・必要に応じてプログラムの改善