# 健康経営推進計画

～目指す姿➡私たち関東商事は、働きがいを感じる「健康的な職場環境」を作ります～

すべての人に
健康と福祉を

2026年4月1日

## ★全体の取り組み　・目標：2030年（5年計画）

《2025年度目標達成状況》

| | 項目 | 取組内容 | 評価 |
|---|---|---|---|
| 1 | 減煙対策 | 年2回の禁煙ﾃﾞｰの実施（5/22、11/22） | ○ |
| 2 | 健康年齢 | 2024年度平均年齢＋1.5歳（前年比+1歳） | × |
| 3 | 健康リスク | 109（前年103） | × |

《社長経営方針2026年》

- 要治療・再検者　：100%受診
- 新規ストレス休業者　：0名
- 健康リスク　：100以下
- 健康年齢　：実年齢+0.5歳未満
- ｳｫｰｷﾝｸﾞﾗﾘｰ参加率（Pepup登録者）　：80%以上

《目標》

**<健康年齢>**

**2030年度までに　実年齢未満**

※過去の実績

⇒2020年度健康年齢　+2.8歳
⇒2021年度健康年齢　+1.8歳
⇒2022年度健康年齢　+2.6歳
⇒2023年度健康年齢　+0.5歳
⇒2024年度健康年齢　+1.5歳

**<減煙対策>**

**2027年4月～敷地内全面禁煙予定**

禁煙デーの設置

- 2026年度上期⇒4/22～9/22（毎月に1回）
- 2026年度下期⇒10月～11月（月2回：2週目、4週目水曜日）予定
  12月～2027年1月（月4回：毎週水曜日）予定
  2027年2月～3月（毎週3回：月・水・金）予定

※過去の実績

- 2023年5月～喫煙回数制限（午前1回、午後1回）
- 2025年度⇒5/22、11/22（半期に1回）

**<健康リスク>**

**2026年度までに　100以下**
**2030年度までに　100以下の維持**

※過去の実績

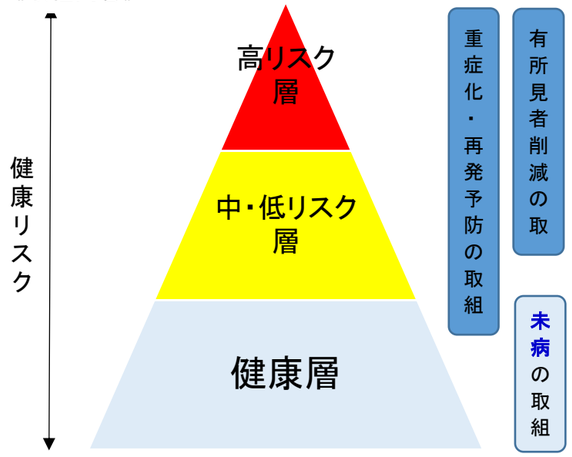
⇒2020年度　117
⇒2021年度　112
⇒2022年度　105
⇒2023年度　105
⇒2024年度　103
⇒2025年度　109

《2025年度取組項目と評価》

| | 健康管理・健康増進 | 取組内容 | 評価 |
|---|---|---|---|
| 1 | 健康診断結果についての医師の意見聴取 | 産業医指示事項を本人に伝達 | ○ |
| 2 | 重症化予防（心筋梗塞、脳梗塞、糖尿病） | 健康ﾆｭｰｽの継続掲載 | ○ |
| 3 | 健診有所見者への医療機関受診勧奨 | 要治療者へのフォロー（受診率57%） | × |
| 4 | 衛生管理者面談 | 要相談者との面談 | ○ |
| 5 | 特定保健指導（プログラムへの参加） | 該当者15名、申込者6名（全体受診率40%）<br>（積極的支援2名、動機付支援4名参加）<br>※2024年厚生労働省調査全国受診率28% | ○ |
| 6 | 喫煙改善（卒煙、減煙支援） | 禁煙ﾃﾞｰ等の社内ｲﾍﾞﾝﾄの実施 | ○ |
| 7 | 定期健康診断 | 受診率100% | ○ |
| 8 | 特殊健康診断 | 受診率100% | ○ |
| 9 | 健康増進活動（運動、食事、睡眠） | ｳｫｰｷﾝｸﾞﾗﾘｰ参加 | ○ |
| 10 | 健康リテラシー向上（健康寿命をのばす） | 健康ﾆｭｰｽの継続掲載 | ○ |

| | メンタルヘルス | 取組内容 | 評価 |
|---|---|---|---|
| 1 | 産業医面談 | ｶｳﾝｾﾘﾝｸﾞ受診可能と書面で情報展開 | ○ |
| 2 | 衛生管理者面談 | 相談者への対応 | ○ |
| 3 | ストレスチェック（職制ヒヤリング） | 結果内容を役員・部長・室長へ報告 | ○ |

《取組内容》




| 健康管理・健康増進 | メンタルヘルス |
|---|---|
| 健康診断結果についての医師の意見聴取<br>重症化予防（心筋梗塞、脳梗塞、糖尿病） | 産業医面談 |
| 健診有所見者への医療機関受診勧奨<br>衛生管理者面談<br>特定保健指導（プログラムへの参加）<br>喫煙改善（卒煙、減煙支援） | 衛生管理者面談<br>（困りごとの吸い上げ<br>職場環境改善の支援） |
| 定期健康診断<br>特殊健康診断<br>健康増進活動（運動、食事、睡眠）<br>健康リテラシー向上（健康寿命をのばす） | ストレスチェック（職制ヒヤリング） |

《推進体制図》

**健康経営責任者**
社　長

**健康経営推進責任者**
管 理 本 部 長

**健康経営推進事務局**
管 理 部

**推進委員**
管 理 部 長
各地区事業部長

全従業員

**連携先**
TMEJ健康保険組合
産業医
労働組合
安全衛生委員会
SDGs委員会
外部公的機関
（奥州保健所等）

《2026年度健康増進活動計画》

| イベント | 上期 | | | | | | 下期 | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
| Pep upウォーキングラリー | 4/21～6/19 | | | | | 9/29～11/27 | | | | | | |
| Pep up健康チャレンジ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| Pep up eラーニング（知っておきたい5つのがんについて学ぶ） | | | | | 未受講者 | | | | | | 未受講者 | |
| Pep up健康記事 | 随　時 | | | | | | | | | | | |
| Pep upふれんどウォーク | 通　年 | | | | | | | | | | | |
| 健康促進月間 | | | | | | | | | | | | |
| 健康診断・ストレスチェック（フォロー） | | | | | | | | | | | | |
| 「私の健康宣言」の取組 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 健康ニュース | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 外部講師による講習会（メンタルヘルス・生活習慣病予防対策等） | 随　時 | | | | | | | | | | | |
| 禁煙デーの設置（半期に1回） | 月1回 | | | | | | 月2回 | | 週1回 | | 週3回 | |
| 喫煙回数制限（午前1回・午後1回） | | | | | | | | | | | | |