

# 健康経営の推進

従業員が活力をもって業務に取り組むうえで健康が重要な基盤であるとの認識のもと、「みんなの健活プロジェクト」の一環として、従業員の健康増進を推進しています。

2017年に策定した「MY健康宣言」に基づき、従業員が“明るく元気に伸び伸びと”活躍できるよう取組みを強化しています。

## 【MY健康宣言】

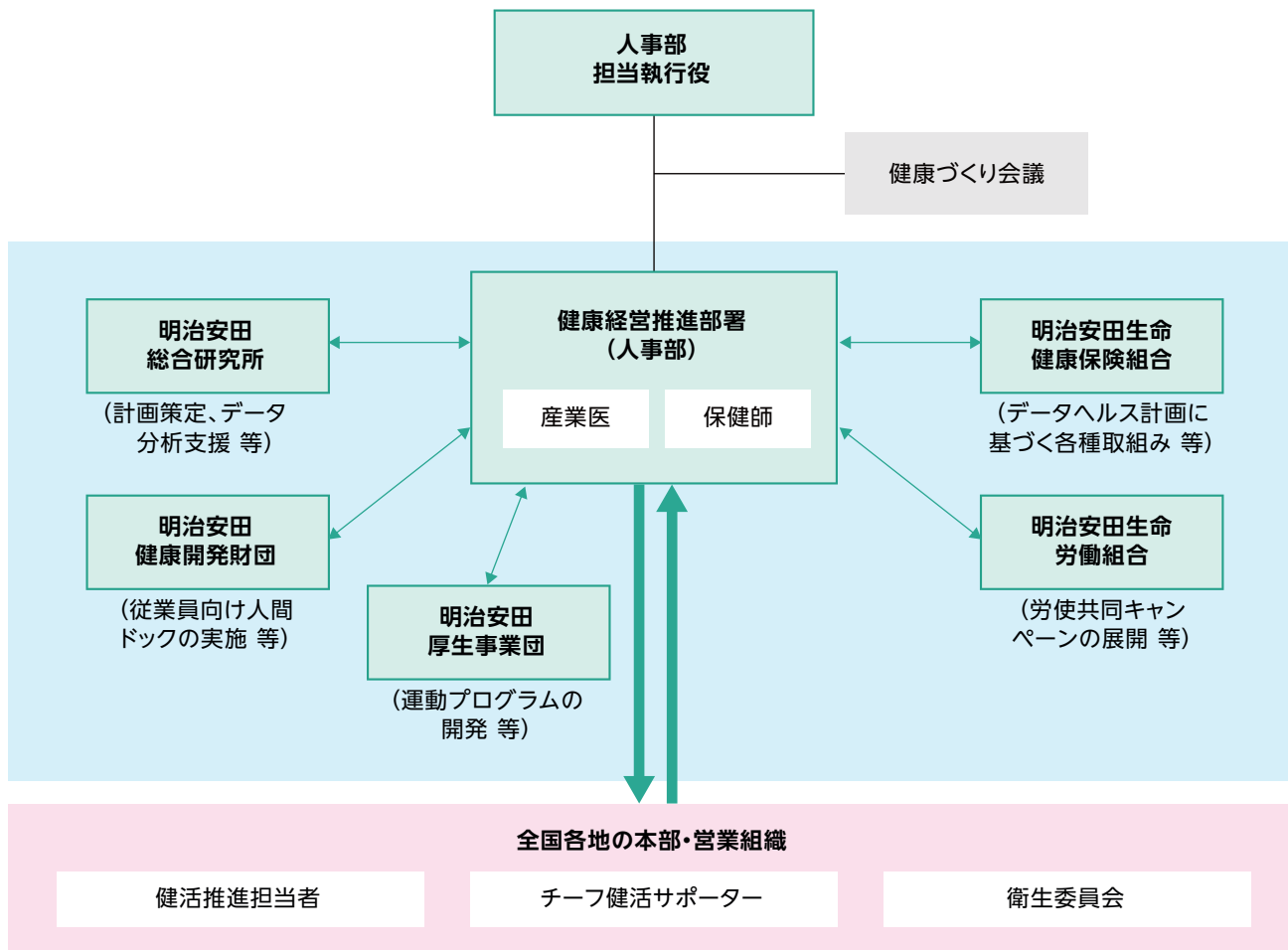
私たちは、確かな安心を、いつまでもお客さまに提供し、人に一番やさしい生命保険会社として社会に貢献できるよう、活き活きと働きがいのある職場の実現と、従業員のこころと身体の健康づくりに努める健康増進経営を展開していきます。

## 推進体制

「MY健康宣言」に基づき、健康経営推進部署(人事部)の担当執行役を議長とし、会社(事業主)・健康保険組合・労働組合が一体となって運営する「健康づくり会議」(年2回)を2017年度から継続的に開催しています。

「健康づくり会議」では、関連部の部長や専門家が集まり、各種健康増進施策の効果検証を実施し、健康増進に資するPDCAサイクルを高度化するとともに、新たな健康増進施策等について意見交換や情報共有を行なっています。

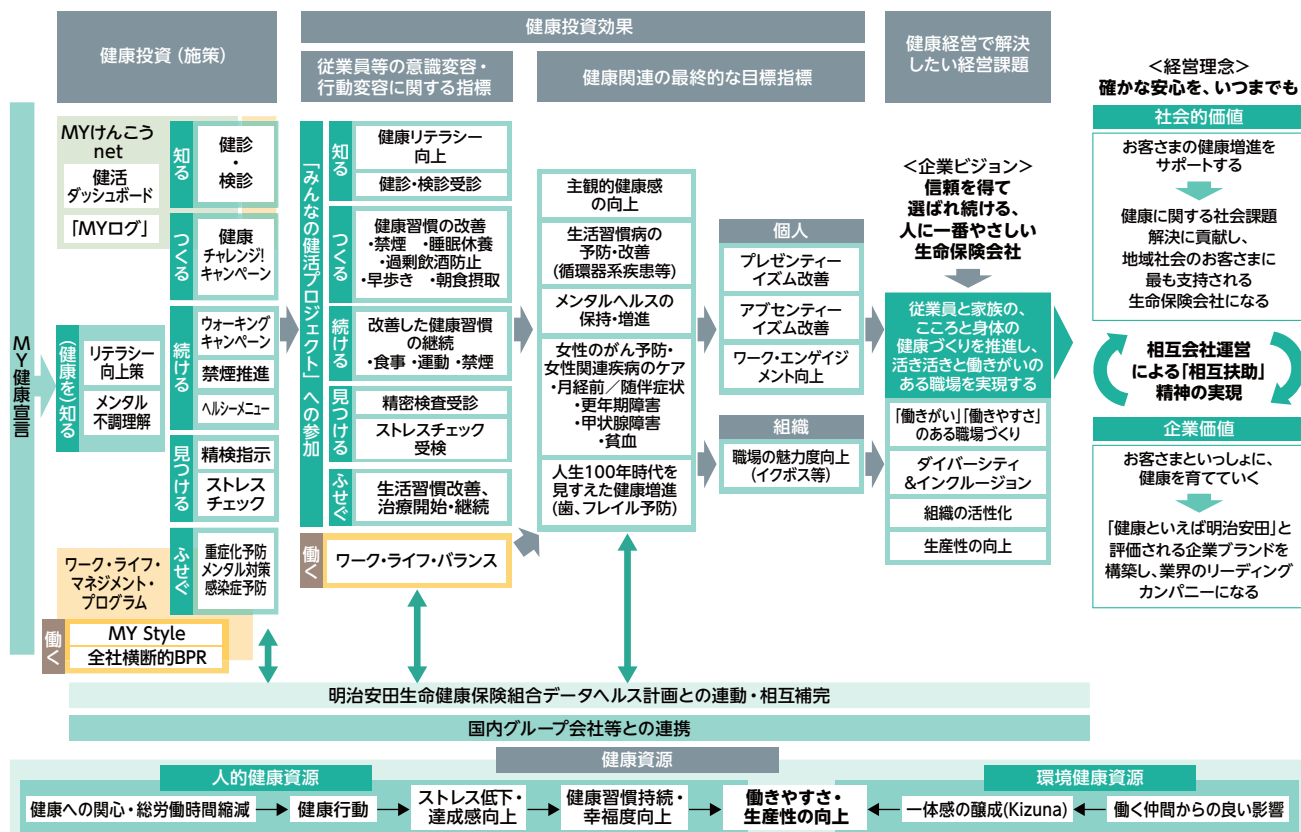
### ▶体制図



## 健康経営でめざす姿と健康増進施策とのつながり

健康経営でめざす姿、健康経営を通じて解決したい経営課題、それらに向けた各種健康増進施策とのつながりについてストーリーとして組み立てた「戦略マップ」を策定しています。

### ▶ 戦略マップ

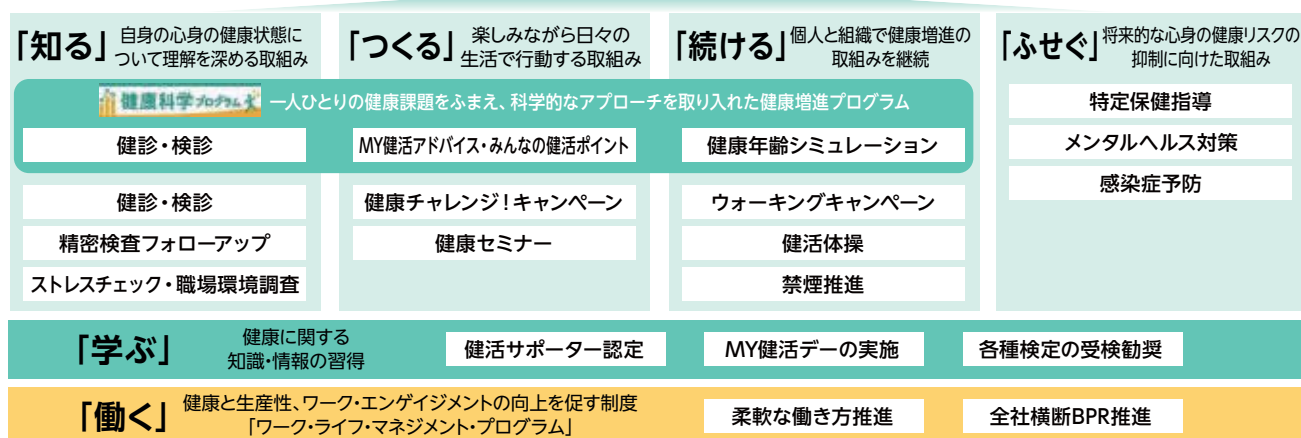


## 従業員の健康増進に向けた取組みの全体像

一人ひとりが主体的に、また、「みんな」で楽しみながら「健活」を進められるよう、さまざまな観点から、心身の健康づくりに向けた取組みを実施しています。

### ▶ 主な取組みの全体像

こころと身体の健康づくりによる“生き生きと働きがいのある職場の実現”



## 「健康科学プログラム」の展開

2022年からは、「健康を『知る』『つくる』『続ける』」ための新たな取組みとして、一人ひとりの健康診断結果や問診に基づく科学的なアプローチを取り入れた「健康科学プログラム」

を展開しています。「健康年齢」という新たな指標を軸に、継続的な実践を通じて健康改善に取り組んでいます。

### 「健康科学プログラム」における具体的な取組み

#### Program 01

##### 健康年齢

毎年の健康診断結果や問診結果に基づき算出される「健康年齢」と同世代における「健康順位」を確認し、自身の健康状態を把握



【ポスター】全国の各事業所に掲示し、健康年齢の若返りに向けた意識を醸成

#### Program 02

##### MY健活アドバイス

従業員専用スマートフォンアプリに提供される一人ひとりの健康課題をふまえたアドバイス(推奨行動)を毎日実践



日々の実践状況をスマートフォンアプリから送信

#### Program 03

##### みんなの健活ポイント

MY健活アドバイスを毎日実践し、福利厚生サービスサイト内で利用可能なポイントを獲得

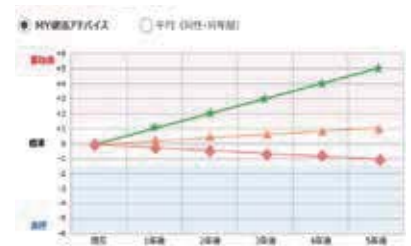


貯めたポイントで抽選を行ない賞品をゲット!

#### Program 04

##### 健康年齢シミュレーション

MY健活アドバイスの実践状況をふまえた将来の健康年齢のシミュレーション結果を提供



予測される将来の実年齢と健康年齢の差を健康行動に応じた3パターンで表示

## 生活習慣病予防に向けた取組み

従業員向けアプリ「MYログ」を活用したウォーキングの推進や、「健康科学プログラム」におけるMY健康アドバイスによる生活習慣の改善促進等を通じて、健康年齢の若返りを後押ししています。

また、毎月第1営業日を「MY健活デー」と定め、健康に関する最新の知識・情報の提供や、個人・組織における好事例の全社共有等により、健康リテラシーの底上げ・健康意識の醸成を促しています。

さらに、中長期的な重症化を抑制する観点から、健康保険

組合との協働による、特定保健指導該当者一人ひとりへの丁寧な生活習慣指導を実施するとともに、高リスク層の縮減に向けた、健康リスク改善研修等を行なっています。

受動喫煙対策としては、禁煙外来の奨励金支給やスマートフォンアプリを活用した禁煙サポートサービスの利用料補助といった従来からの卒煙支援に加え、喫煙率の改善状況の組織評価への組み込みや、喫煙者が働く仲間と一緒に卒煙に取り組むキャンペーン「卒煙Rally」等を実施しています。

従業員向け  
ウォーキングアプリ

当社従業員向けに開発したウォーキングアプリです。歩数計測機能のほか、ランキング機能や所属ごとにチームを作成し競うチーム対抗戦、メンバー間で写真やメッセージのやり取りが可能なコミュニケーション機能を搭載しており、全従業員が楽しく続けられる環境を整備しています。

「MYログ」導入率は全社で約98% (2023年3月末時点) となっており、2022年度は職員の約70%が月平均6,500歩以上を達成しています

#### 【全社卒煙計画】



全国の各事業所にポスターを掲示し全社へ告知

#### 【卒煙Rally】



3人1組のチームで、みんなで卒煙をめざします

## メンタルヘルスの予防に向けた取組み

職場や家庭に関する悩みや心の問題について、専門医やカウンセラー、保健師に相談できる社内窓口と社外カウンセラー相談窓口を併設し、従業員が相談しやすい環境を整えています。

また、定期的な情報提供に加え、従業員一人ひとりに本人の「ストレスチェック」の結果と改善アドバイスをフィードバックすることで、ストレスへの気付きを促しています。例年98%以上の高い受検率を維持するとともに、「総合健康リスク」<sup>(注)</sup>は改善傾向にあります。

### ▶ 総合健康リスク

(職員)



(営業職員)



(注) 全国平均を100として、対象の組織で休職者が発生する確率を点数化したもの。100を超えるとリスクが高くなる

## 女性の健康への取組み

女性従業員一人ひとりが最大限に能力を発揮できるよう、ライフステージに寄り添った包括的な支援を行っており、特に、女性特有のがんの予防・早期発見につながる機会の創出に注力しています。

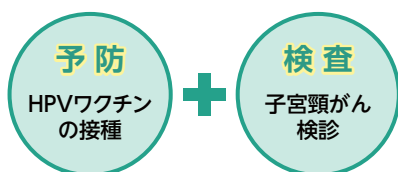
具体的には、子宮頸がんや咽頭がん等の予防に効果的なHPVワクチンの接種や、乳がん検診および子宮頸がん検診の受診を促進するため、正確な情報提供や自己負担費用の

補助を実施しています。

従業員のリテラシー強化に向けては、男性従業員や管理職も対象に含めた全従業員向けのセミナー等を開催しています。

2023年度からは、社内診療所に婦人科専門外来を新設したほか、産婦人科医・助産師・小児科医にテキスト相談や電話相談等を行なえる社外相談窓口を開設しています。

### ▶ 予防と検査の両輪体制で推進



### ▶ 女性特有のがんの検診受診率

検診	2021年	2022年
乳がん	32.4%	+19.9 → 52.3%
子宮頸がん	5.2%	+31.4 → 36.6%

### 社外からの表彰

健康増進経営に関する取組みが評価され、複数の表彰・認定をいただいています。

■「健康経営優良法人2023(大規模法人部門)」に7年連続で認定(主催:経済産業省および日本健康会議)  
健康経営度調査の回答法人中、上位500法人に該当し、「ホワイト500」として認定されています。



■「スポーツエールカンパニー」に6年連続で認定(主催:スポーツ庁)



■「令和4年度東京都スポーツ推進企業」に6年連続で認定(主催:東京都)

