関西設計 健康経営レポート 2025

1. はじめに

健康経営とは、職員の健康保持・増進のための取り組みが将来的に収益性等を高める投資であるとの考えの下、健康を経営的視点から考え戦略的に実践することです。
企業が経営理念に基づき職員の健康保持・増進に取り組むことは職員の活力向上や生産性向上といった組織の活性化をもたらし、結果的に会社の業績向上や組織としての価値向上へ繋がることが期待されます。

当社では健康経営の推進に力を入れており、三大疾病保険、給与サポート保険への加入、人間ドックの個人負担額会社補助での受診やインフルエンザワクチン就業時間内接種、会社半額補助のほか健康づくりキャンペーンの実施等の取り組み、健康経営ｅラーニングの実施を展開しています。

これらの取組が評価され、健康経営優良法人として次のとおり認定されました。

- 2023 年度　中小規模法人部門
- 2024 年度　中小規模法人部門
- 2025 年度　大規模法人部門
- 2026 年度　中小規模法人部門

これからも職員の健康づくりをサポートし、活き活きと働ける環境づくりを行うことで会社と個人の持続可能な成長を実現していきます。

2. 当社職員の健康課題

区分			2025 年度(人数)				有所見者（率）			(B)と(C)の比較	2025 年度大阪府平均
			受診者数	所見なし	軽度異常	所見あり	2023 年度率(A)	2024 年度率(B)	2025 年度率(C)		
総合判定(一次判定)			93	3	18	72	73.08%	68.93%	77.42%	△	57.39%
項目別	胸部Ｘ線		93	81	12	0	0.00%	1.96%	0.0%	▽	4.70%
	血圧		93	66	12	15	26.21%	14.56%	16.13%	△	17.40%
	血液検査	貧血	93	54	26	13	17.31%	19.42%	13.98%	▽	―
		肝機能	93	63	16	14	23.08%	16.50%	15.05%	▽	14.79%
		血糖	93	60	22	11	13.46%	6.80%	11.83%	△	11.35%
		血中脂質	93	40	27	26	26.92%	25.24%	27.96%	△	29.24%
	尿検査	糖	92	89	0	3	4.81%	1.94%	3.26%	△	3.68%
		蛋白	92	83	8	1	7.69%	1.94%	1.09%	▽	3.43%
		その他	92	90	1	1	0.00%	0.97%	1.09%	△	－
	心電図検査		58	42	10	6	13.43%	12.12%	10.34%	▽	10.92%
	便潜血		54	50	0	4	1.61%	5.17%	7.41%	△	－
	メタボ判定		92	64	21	7	16.18%	12.62%	7.61%	▽	－

1.「軽度異常」とは、標準値を超えているが、精密・再検査または治療の必要のない境界域のもの。
2. 2025 年度の受診者数は、93 人。
3. 大阪府平均とは大阪労働局統計の全業種の定期健康診断有所見率。
4. Ｂ と Ｃ の比較：前年度より悪化したものは、△で記載。改善されたものは、▽で記載。

さて、2025 年度の定期健康診断の結果では、改善傾向の項目もありますが、一部悪化している項目が見受けられます。有所見割合をみると、全体の 7 割を超える方が何らかの「所見あり」と判定されています。これは大阪府の平均有所見率と比較しても高く、多くの職員が生活習慣病のリスクを抱えていることが分かっており、世代に関係なく「所見あり」の判定を受けています。

これらの健康課題を改善するためには、基本的なことですが、適度な運動と、バランスの取れた食生活、ストレスの軽減等が必要不可欠です。健康経営 e ラーニングにも、ストレッチの方法や食生活に関する講座もたくさん用意されていますのでご活用下さい。

（ご自身の定期健康診断結果は、健康アプリ Pep Up や、ケンポの 組合員専用ページで確認することができます。）

☆Pep UP のログインは、こちらから➤

3. 当社職員の健康課題

（１） 血圧改善には・・・

・塩分を控えめに
・野菜、海藻をたっぷりと
・体重をコントロール
・軽めの運動（ストレッチ、ラジオ体操）を継続的に
・お酒の飲みすぎに注意
・定期的に計測して自分の状態を確認
・適度な水分補給
・ストレスとの上手な付き合い方



（２） 肝機能改善には・・・

・良質なたんぱく質を摂る
・野菜、海藻をたっぷりと
・軽めの運動（ラジオ体操）を継続的に
・お酒の飲みすぎに注意

（３） 血中脂質改善には・・・

・脂の多い料理を減らす
・野菜、海藻をたっぷりと
・体重をコントロール
・菓子・甘い飲み物に注意
・魚を食べる回数を増やす
・軽めの運動（ラジオ体操）を継続的に
・お酒の飲みすぎに注意



（４） メタボ対策には

・食べ過ぎ防止、野菜、海藻を意識して摂取
・体重計に乗ってチェック
・菓子・甘い飲み物は適度な量に
・階段が使えるときは階段を利用するなど意識して歩く習慣を
・お酒の飲みすぎに注意

4. あるべき姿と健康課題に対する数値目標

（１） あるべき姿

職員が心身ともに健康で活き活きと働くことで、社会に役立つ価値を創造し続け、社会の持続的発展に貢献している状態。

（２） 数値目標

あるべき姿を達成するため、KPI を定めて取組を推進しています。中でも全国平均と比較しても良好とはいえない各有所見者率は、特に改善が必要なものとして対策が必要です。

・働き方改革、メンタルヘルス対策の推進により、年次有給休暇取得率は少しずつ増加しており、長時間労働者も減少している。

・ストレスチェックによる全社健康リスク値は良好な水準を保っているが、受検率を上げる必要がある。

・生活習慣病予防対策を実施しているが、各種有所見率は、横ばいである。

職員の健康意識の更なる向上を図るため、e ラーニングや、ヘルスケア通信の配信等で継続的に健康への関心を向ける必要がある。

1. 関西設計の KPI(数値目標)

項目		2023 年度	2024 年度	2025 年度	2028 年度 目標 (KPI)
労働日数等	(a)平均月間総実労働時間	157 時間	161 時間	161 時間	150 時間未満
	(b)平均月間所定外労働時間	17 時間	18 時間	18 時間	16 時間未満
	(c)年次有給休暇取得率	71.3%	76.3%	84.0%	90.0%以上
	(d)平均年次有給休暇取得日数	15 日	16 日	19 日	18 日以上
長時間労働	(a)法定外労働 月 45 時間超　延べ人数	62 人	63 人	68 人	50 人未満
	(b)法定外労働 月 80 時間超　延べ人数	22 人	18 人	9 人	10 人未満
メンタル ヘルス対策	ストレスチェックに おける全社健康リスク値	92	92	90	90 未満
	受検率	68.0%	93.8%	91.9%	95.0%以上
生活習慣病 予防	有所見者割合	73.1%	68.9%	77.4%	67.0%未満
禁煙	喫煙率	13.9%	13.6%	14.3%	13.0%未満
その他	運動習慣無しの割合	83.2%	82.4%	70.3%	75.0%未満
	Pep UP 登録率	39.6%	47.3%	52.2%	60.0%以上
最終的な 目標指数	アブセンティーズム(注 1)	0.18 日	0.59 日	1.78 日	0.5 日未満
	プレゼンティーズム(注 2)	ー	94.2%	94.5%	95.0%以上
	ワークエンエージメント(注 3)	72.7%	76.9%	60.4%	78.0%以上

(注 1)傷病を理由とした欠勤日数+休職日数の全従業員平均

(注 2)ストレスチェックとあわせて実施している WLQ-J を用いた従業員調査の仕事のパフォーマンス総合評価(生産性)。実績値は全従業員平均

(注 3)ストレスチェックの「仕事に満足だ」に、大いに満足、ある程度満足に回答した従業員の割合

2.数値目標を達成するための取組と実績

当社における健康経営の取り組みと実績を紹介します。

・定期健康診断等の実施
・人間ドックの会社全額補助
・時間外・休日労働が単月 40 時間超、単月 80 時間超　の職員が在籍する部門に対して個別フォローを実施



・疲労検査の実施
・職場復帰支援の整備
・ストレスチェックの実施
・ストレスチェック実施後、管理職によるラインケアセミナーの実施
・WLQ-J を用いた従業員調査の仕事のパフォーマンス総合評価(生産性)を測定
・インフルエンザワクチンの就業時間内接種、半額補助
・毎日 15 時にラジオ体操実施
・健康経営 e ラーニングの導入
・オフィス BGM、オフィスコンビニの導入
・健康増進アプリ Pep Up を活用した定期健康診断における有所見率の低減に向けた取り組みを推進
・生活習慣病の発症予防ならびに重症化予防の一環として、生活習慣病の重大な危険因子である　喫煙による健康被害を短期的ならびに中長期的に減少させるため、禁煙治療等にかかった費用について、上限 10,000 ポイントの Pep　UP ポイントを付与する禁煙サポート事業を 2023 度から実施しています。

（終）