

連

載

埼玉県健康経営トップランナー企業の取り組み

昨今、健康経営を経営戦略として積極的に取り組む企業が増えてきました。経済産業省などが健康経営を進める企業を顕彰する「健康経営優良法人認定制度」の中小規模法人部門で今年度19,796 法人が認定を受けました。そのうち上位 500 に認定された埼玉県の【ブライト 500】の企業の先進的な取り組み事例を連載でご紹介していきます。

キャリア & ライフサポーターズ株式会社 代表取締役社長 ^{ささお} 笹尾 ^{よしこ} 佳子

リクルートから東京電力に転職。関連会社で 20 億円の赤字を抱えていた介護会社を 2 年で V 字回復。中堅ゼネコンで人事役員を経験した後、健康経営コンサルタントの会社を立ち上げる。(法政大学評議員、中小企業診断士、健康経営エキスパートアドバイザー、介護福祉士、キャリアコンサルタント)



第

4

回

お客様にプラスワンの提案ができる " 感動創造建設会社 " をめざし、
健康経営を通して会社を活性化していく

松永建設は、「企業は人なり」という企業理念のもと、社員の心身の健康を重要な経営資源と考え、人材育成、人間力の向上、働き方改革、DX 推進など、すべての取り組みを通じて社員の健康づくりを積極的に推進しています。2023 年に健康宣言し、2024 年健康経営優良法人認定、2025 年には健康経営優良法人ブライト 500 に認定され、短期間で健康経営経営体制を構築されました。

健康経営を始めた背景

地域密着型企业として、お客様との信頼を築き、感謝されるだけでなく、常にプラスワンの提案を行うことで感動を提供する「感動創造建設会社」を目指されています。建設業は受注産業という特性上、完成された商品がないためお客様との信頼関係が何よりも大切

です。

受注から完成までだけではなく、アフターメンテナンスを含めてお客様と長く関わり続けるために、お客様と接する社員が、チーム一丸でいきいきと輝いていることが欠かせません。そのために社員間のコミュニケーションをととても大切にしており、忘年会や社員旅行、岩槻のお祭りなどは社員全員参加で行っています。

一方で、昭和的な「気合と根性」働き方では若い人材が定着しないことや、50 代前半の社員が病気で急死されたことのつらい体験を踏まえ、お客様のことはもちろん、社員のことも考え、時代の変化に対応して経営を変えていかなければいけないと痛感されたそうです。しかし、社長自身は、社員の考え方や心の健康状態はある程度掌握できているものの身体の健康に関してはわからないことが多いので、医療の専門家のアドバイスを取り入れながら、社員が健康で長く働ける環境を整えることを目的に健康経営を始めました。

Company Profile

株式会社 松永建設

- 住所：埼玉県さいたま市岩槻区
- 設立：昭和 39 年 8 月 4 日
- 代表者名：松永 大祐
- 従業員数：170 名
- 売上：146 億円（2024 年度）
- 事業内容：建設業



松永社長

取り組み内容と成果

外食中心の食生活の社員が多く栄養バランスが偏ってしまう傾向があり、健康課題として、腹囲リスク者 62.9%、メタボ該当者も 37.1%（22 年度）と高く、糖尿病リスクの方が多い状況でした。まずは、社員の意識改革が重要なので、毎月 1 回全員が参加する全体朝礼にて外部の保健師・看護師による「健康講座」を実施しました（30 分間）。テーマは、お酒や肥満、熱



朝礼での表彰風景

中症等、身近で意識しやすい内容を中心に取り上げています。健康講座後には講師の方との「よろづ相談会」を設けて気軽に相談できる仕組みにしました。

特に健康診断後の有所見者に対しては、早期受診、継続治療を推奨し、改善度の高い方を全体朝礼にて表彰しています。これらの施策により健康意識が高まり、水を毎日2リットル飲むようになった、食事改善を意識しているなど、日々できる簡単な健康行動の変容が見られているそうです。

年に3回程度実施している健康関係のイベントは、ゲーム性をもって競わせるように企画しており、例えば、「ウォーキングラリー」は、チームで歩数がどれくらい増えたかを競い合うことで運動習慣づくりを促進しています。また、メンタルヘルスによる離職ゼロを目標に掲げており、ストレスチェックの全員実施や外部カウンセラーの面談を実施しています。

これらの取り組みに関しては、3か月に1度の「健康会議」にて進捗状況を確認し、半年ごとに「振り返り会議」を行い評価・改善・実行をしています。このような取り組みの結果、高ストレス率は1.6ポイント低下し、1年に1回実施する組織診断調査の「コミュニケーションの効果性」*1は4.55⇒4.85（2025年度）と向上しました。さらには、昨年度から有所見者を対象に外部の専門職による定期的なフォロー面談を実施しています。

**健康
第一**

歩数アップ率を
チームで競おう！

全員参加
「ウォーキングラリー」

7月1日(月)～8月31日(土)開催

順位	チームNo.	6月チーム平均	7月チーム平均	アップ率(%)
1	6	2,920	5,316	182.05
2	4	2,586	4,258	164.65
3	16	3,553	5,458	153.61
4	3	3,524	5,277	149.74
5	22	4,876	6,950	142.52
6	24	4,609	6,208	134.71
7	15	3,751	5,005	133.43
8	19	4,676	6,180	132.14
9	21	5,194	6,730	129.57
10	5	3,905	4,985	127.66

毎年実施する全員参加の「ウォーキングラリー」のチーム対抗集計結果

健康経営の効果

「お客様の信頼を大切に、プラスワンの提案ができる感動創業建設会社にしていくために、社会の環境変化に対応して会社も変えていかなければいけない。そのためには人財がすべてであり、社員ひとりひとりが心身ともに健康であり、輝き続ける必要がある。」ということを社長自身が取材でも熱く語っていましたが、同時に社員に対しても日々語っていらっしゃることが容易に想像できました。

また、特に高リスク者にターゲットを絞り、ゲーム性を取り入れた早期受診、継続治療の喚起がとても効果的であり、短期間で社員の健康状態が変化したのはすごいと感じました。これは、会社のビジョンや日頃の社員間のコミュニケーションが密なことによる会社へのロイヤリティが高いという土壌があったからこそだと感じています。今後は、この健康経営の取り組みを継続させていくことが重要であり、社員が自発的に健康に対して行動がとれるように適度な刺激を与え、サポートしていくというマネジメント体制構築にチャレンジしていただきたいと思います。

*1「様々な情報の伝達や共有を効果的に行っている」の質問の平均値