

06 市内企業の取組み事例

多くの企業が健康経営の取組みを始めています！

建設業 岡本土木株式会社

事業内容 舗装工事、土木工事、港湾工事

従業員数 74名

男女比 男性 89.2%、女性 10.8%

平均年齢 47歳

健康経営優良法人認定 2024年、2025年



ホームページは
コチラ

従業員の健康づくりを始めたきっかけ

東京オリンピック(2020年)の頃より受動喫煙防止の機運が高まり、社内で喫煙率低下の取組みを始めたことがきっかけです。

主な取組内容

- 設置型社食の導入により、健康に配慮した冷凍食品を会社の冷凍庫に配備し、安価で提供 [社員にも好評](#)
- 健康食品の訪問販売あり
- 健康診断を人間ドック並みの受診項目で実施、インフルエンザ予防接種の全額補助

取り組んでよかったこと

- 社員の健康に対する意識向上が醸成されたこと。また、福利厚生面からも社員の定着化が進み、特に若手職員の離職率が低下し、(2025年5月時点で)直近5年間における新卒採用者の離職者はゼロとなりました。
- 健康経営の取組みをホームページでも公開しており、就活面からも関心を持って見てくれている人は多いと感じています。

担当者からひとこと

小さなことでも、できることから気負わずやってみると良いと思います。

運輸業 株式会社ヤマックス yamax express company

事業内容 運送事業、倉庫保管事業

従業員数 325名

男女比 男性89%、女性11%

平均年齢 42.1歳 (※2025年6月時点)

ホームページは
コチラ



健康経営優良法人認定 2021年、2022年、2023年、2025年

従業員の健康づくりを始めたきっかけ

健康診断でメタボリックシンドロームや高血圧を指摘される従業員がたかくさんいたことや、人手不足により従業員の健康状態の悪化が会社の損失になると考え、健康経営に取り組みをはじめました。

主な取組内容

- 産業医によるセミナー(対面、オンライン、オンデマンド)、個別相談を実施
- 居眠り運転防止の目的で、睡眠時無呼吸症候群(SAS)のスクリーニング検査を実施
- 子どもの病気等で急に休みたい時に休暇を取りやすい職場の体制づくり

取り組んでよかったこと

- 従業員の健康づくりや福利厚生の充実により、離職率低下に効果があると感じています。
- 休暇の取りやすさなど、女性が働きやすい職場づくりを進めた結果、女性ドライバーの求人の応募者が増えました。

担当者からひとこと

商工会議所や、企業同士の交流で健康経営の輪も広がっていくと思います。

介護(福祉) 株式会社ゴトウ

事業内容 通所介護、訪問介護、訪問看護、福祉用具貸与・販売、住宅改修、居宅介護支援

従業員数 131名

男女比 男性20%、女性80%

平均年齢 56.4歳

健康経営優良法人認定 2022年、2023年、2024年、2025年



ホームページは
コチラ



従業員の健康づくりを始めたきっかけ

加入している生命保険会社からのアドバイスもあり、社長主導で健康経営を始めることになりました。

主な取組内容

- 非喫煙者手当の支給
- 自転車通勤者へのエコ通勤手当の支給
- 従業員がいつでも利用できる「ミールサポートバー」を設置し、野菜ジュースやゼリー、栄養補助食品などを50円という安価で提供
- 失効となった年次有給休暇を私傷病の療養休暇等に利用できる制度の導入

取り組んでよかったこと

- 従業員の中には長く勤続するものもあり、福利厚生の充実が関係していると感じています。
- 健康経営の実施は、企業イメージにも影響していると思います。

担当者からひとこと

会社のトップが健康経営を始めると宣言したことが大きいと思います。社内に健康づくりに関する委員会を設置して活動を行っていますが、委員会の果たす役割は大きいと感じています。取組みが定着すれば、継続することの負担は大きくないです。

製造業 株式会社山本工作所

事業内容 ドラム缶事業、環境事業、各種請負事業

従業員数 271名

男女比 男性89.7%、女性10.3%

平均年齢 45.1歳



ホームページは
コチラ



健康経営優良法人認定 2023年、2024年、2025年(ネクストブライト1000)

従業員の健康づくりを始めたきっかけ

定年延長や採用難という環境に対応するために、健康に長く活躍していただくことを目指す必要があることが1つの背景です。また、「中から見て外から見ても良い会社」を目指す弊社にとって、健康経営はその目指す姿に合致した活動でもあることから、健康経営の取組みを開始しました。

主な取組内容

- ウォーキングイベントを春・秋に開催。歩いた歩数をアプリや万歩計等で計測してもらい、上位社員は表彰(景品贈呈) [ほぼ全社員が参加](#)
- 予防医療費補助制度
- 高齢者運動機能テストと健康運動セミナーの実施

取り組んでよかったこと

- 社内のウォーキングイベントにはほぼ全社員が参加しており、社員が健康づくりに取り組める雰囲気づくりが出来ていると感じます。熱心に取り組んでいる社員を見ると推進のモチベーションにもなります。
- 「健康経営優良法人に認定されている、という点が就職活動で会社説明会に参加した際に印象に残っている」と社員からの意見もあり、健康経営に取り組んでいると対外的にアピールすることは、プラスにつながります。

担当者からひとこと

従業員が健康づくりに自然に取り組める雰囲気や環境づくりを目指しています。あまり深く考えず、まずはやってみる、ということが大事なのではないかと思っています。