

社会福祉法人千年会 健康経営宣言

当法人では、障害者福祉の向上のため職員一人ひとりの健康増進を大切に考え、職員やその家族の健康増進に取り組む活動を支援し、健康づくりの推進、健康で働ける職場環境づくりを行う事を宣言します。

令和4年4月1日
社会福祉法人千年会
理事長 小林 大眞

方針

1 生涯現役の身体づくり

- ・70歳まで現役で働ける元気な身体づくり
- ・仕事もプライベートも健康的に
- ・腰痛をなくそう
- ・メンタル不調をなくそう
- ・安心して働ける体制づくり

2 数値目標を設定し、具体的な取組を行う

- ・健康診断の結果の数値(見える)化
- ・運動目標などを具体的に数値化

3 自分のことを知ろう

- ・ヘルスリテラシーの意識向上
- ・自分の健康目標・運動目標の設定

健康経営のための体制

健康経営推進のため理事長を委員長とした各部門の担当で構成した委員会を設置。職員の健康の増進について、課題の把握や取組について検討を行います。

重点目標・施策

生活習慣病リスク保有者を減らそう

	2021 年度		2024 年度
脂質リスク保有率	19.4%	⇒	15%以下
血圧リスク保有率	54.8%	⇒	40%以下
腹囲リスク保有率	32.3%	⇒	20%以下

目標達成のための取組み

- 食生活改善からの改善
 - ・社内自動販売機内に機能性表示食品などの健康飲料を設置し健康意識を高める
 - ・栄養士から毎月塩分などに配慮した食事のレシピ紹介などで、食事に対する意識を高める。
- ヘルスリテラシー
 - ・朝礼や会議にて定期的に健康に関する情報提供
- 運動機会の創出・腰痛予防
 - ・業務内(勤務時間内)のラジオ体操の実施
 - ・職場でウォーキングなどを企画し、運動意識の向上に努める
 - ・介護ロボット(マッスルスーツ・リフター)などを活用しての腰痛予防に努める

喫煙率を減らそう

	2021 年度		2024 年度
喫煙率	41.9%	⇒	30%以下

目標達成のための取組み

- 健康増進手当の支給にて禁煙に対する意欲を向上
- 禁煙に関する勉強会(研修)を実施し禁煙意識の向上を図る

ワークライフバランスの実践

有給休暇取得率70%以上
男性の育児休暇取得の促進

目標達成のための取組み

- 個人の年次有給休暇取得目標を設定。面談にて取得の進捗状況を確認
- 誕生日休暇、記念日休暇、リフレッシュ休暇などの制度の活用
- ノー残業デーを設定し実践。朝礼等にて声かけし意識を高める