

健康経営の取り組みについて

令和7年9月~令和8年9月

2025年9月25日



一般社団法人 三条市スポーツ協会



一般社団法人 三条市スポーツ協会

健康宣言

私達は基本理念を追求する為に、スタッフひとりひとりの心身の健康が必要不可欠であり、「スポーツ・健康を推進する組織」として、率先して「健康増進」の模範を地域に示さなくてはなりません。

私達は、スタッフ一人一人が「地域振興のプロフェッショナル」として、活力ある職場環境を構築を目指し、スタッフの健康増進に寄与する事で、健康経営に取り組めます。

令和6年9月24日

健康経営の取り組みについて

三条市スポーツ協会では、2022年より「健康経営」の取り組みを開始いたしました。この取り組みは、従業員の健康増進は、**業務の生産性向上を図ることはもちろん、スポーツ振興団体として職員自らが健康の模範となるべき**という理念に基づいてスタートしたものです。

スタッフの心身の健康を経営的な視点から戦略的に捉え、継続的に取り組んだ結果、**2023・2024「健康優良法人」、2024年9月には、健康宣言を策定し、2025年3月には「ネクストブライト1000」を取得いたしました。**

「ネクストブライト1000」は全国のスポーツ協会では、三条市スポーツ協会のみが取得する事ができました。

健康経営の取り組みは、年々各企業に浸透しており、従業員の健康増進による企業価値を高め、地域全体の健康意識の高まりに繋がります。

三条市スポーツ協会は、引き続き、本取り組みによりスポーツ振興を通じて地域の健康づくりを支え、積極的に取り組みを進めてまいります。

2025年9月25日





基本理念達成に向けた解決したい課題

- ・小さなチカラで大きな効果を生み出せるような人材・仕組みづくり／組織活性化
- ・「健康・スポーツ振興組織」として、地域に健康増進とスポーツのチカラを示す



課題解決に向けた『健康宣言』

私達は基本理念を追求する為に、スタッフひとりひとりの心身の健康が必要不可欠であり、「スポーツ・健康を推進する組織」として、率先して「健康増進」の模範を地域に示さなくてはなりません。

私達は、スタッフ一人一人が「地域振興のプロフェッショナル」として、活力ある職場環境を構築を目指し、スタッフの健康増進に寄与する事で、健康経営に取り組みます。

健康経営の取り組み



スタッフの健康増進による期待する効果

- 1 これまでの取り組み
- 2 指標の策定
- 3 解決すべき課題
- 4 目標の策定
- 5 具体的な取り組み
- 6 推進体制の構築
- 7 効果検証・フィードバック

- ・スタッフの心身の健康増進による職場に活力を与える
➡生産性向上
- ・スタッフの心身の健康増進による地域企業に模範を示す
➡地域の健康増進に寄与する

健康経営推進の概略図



【健康宣言を続けることによる効果】

- ・スタッフの健康
- ・モチベーションUPにより
活力ある職場環境の構築
- ・優秀人材確保

課 題

健康宣言に
基づく取り組み

地域貢献

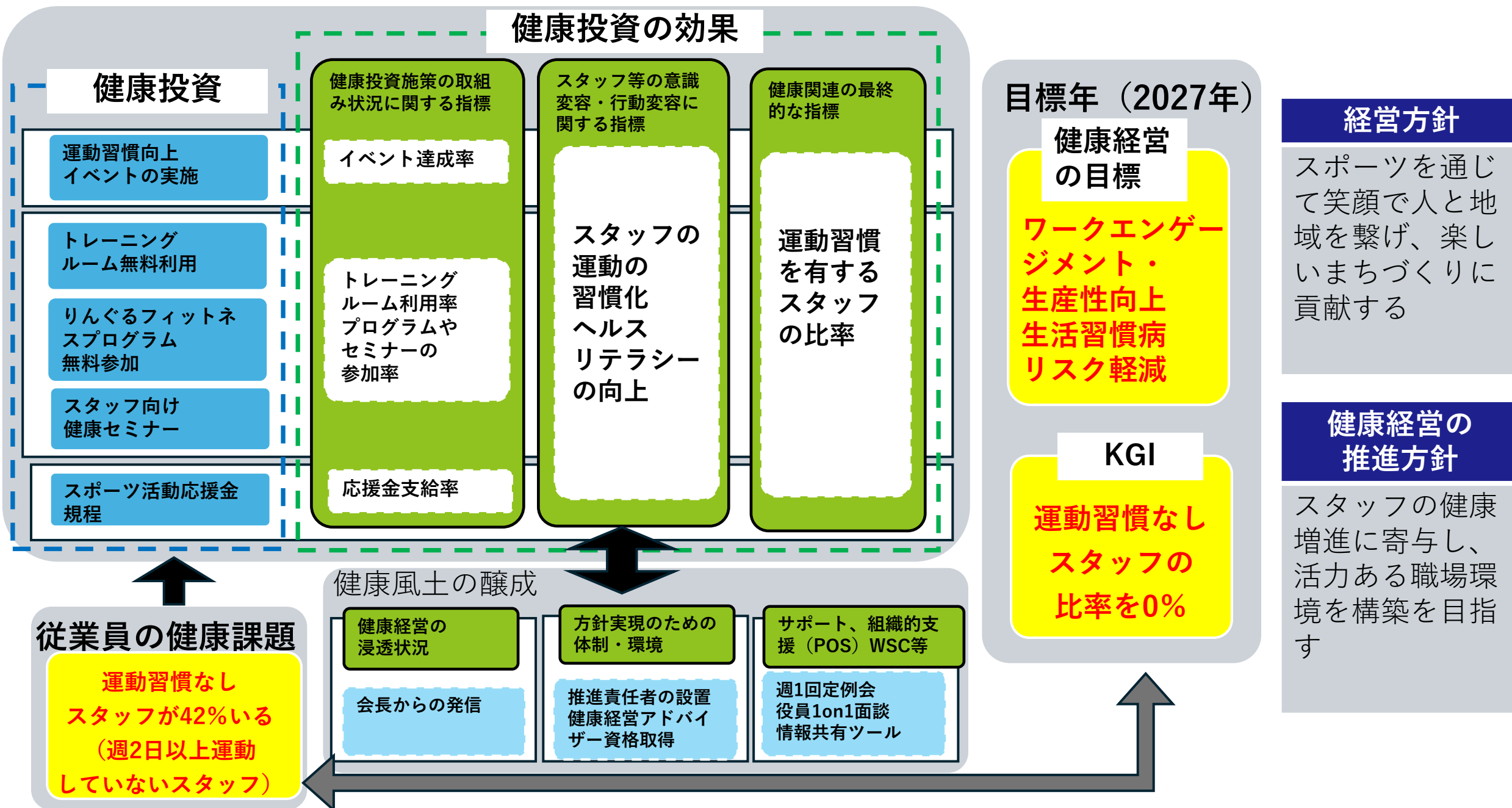
具体的な取り組み

- 1 推進体制の構築
- 2 指標の策定
- 3 目標の策定
- 4 具体的な取り組み
- 5 効果検証・フィードバック

- ・プレゼンティーズムの減少
- ・ワーク・エンゲージメントの向上
- ・仕事満足度の向上

三条市スポーツ協会健康経営戦略マップ

2025.9.11作成



健康経営宣言書

当社は全国健康保険協会新潟支部「にいがた健康経営宣言」事業に参加し、従業員の健康づくりに取り組むことを宣言します。

事業所実践メニュー

1 日 8,000 歩 歩く

健康宣言日 令和4年7月25日

事業所名 一般社団法人三条市スポーツ協会

代表者氏名 中條 耕太郎

運動習慣向上イベントの実施

自治体が提供している「グッピーヘルスケア」アプリを活用して、ウォーキングを推奨しています。県や協会けんぽ主催のや独自主催の「ウォーキングイベント」を2022年から、年2回実施しています(基本的には全員参加)アプリイベントではリアルタイムに歩数のランキングが確認できるため、スタッフ同士のコミュニケーション活性化の面でも効果がありました。目標達成者には、インセンティブを付与しモチベーションアップ！

- 2025.3月歩数アプリ使用率80%(23人/29人)
- 2025.3月イベント期間中の平均歩数9,055歩



3 分間スピーチ



にいがた健康経営宣言事業所 対象 新発 参加者の歩数ランキング

協会けんぽ新潟支部 ウォークラリー 団体戦

開催期間：2024年9月2日(月)～15日(日)

参加無料

にいがた健康経営宣言事業所対抗の協会けんぽ新潟支部ウォークラリー

歩数	ウォーキング
9月16日	12,199 歩
9月15日	9,857 歩
9月14日	14,443 歩
9月13日	11,548 歩
9月12日	16,595 歩
9月11日	16,603 歩
9月10日	13,943 歩
9月9日	10,844 歩
9月8日	18,133 歩
9月7日	8,508 歩
9月6日	13,599 歩
9月5日	15,979 歩
9月4日	10,665 歩
9月3日	14,577 歩
9月2日	9,321 歩
9月1日	15,170 歩



健康経営取組み 啓発



トレーニングルーム 利用促進



外部講師による メンタルヘルスセミナー



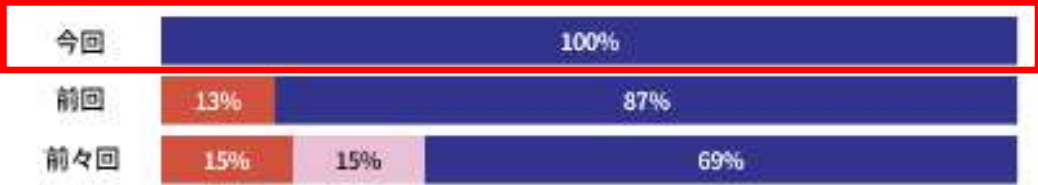
2023年～ 2025年の経年評価

もともと健康面で意識の高く、普段からスポーツ、運動に親しむスタッフが多い現状。健康経営の取り組むことでさらに「健康」への興味・関心をもち、意識的に行動する傾向が見受けらる。

飲み物



食べ物



運動



喫煙



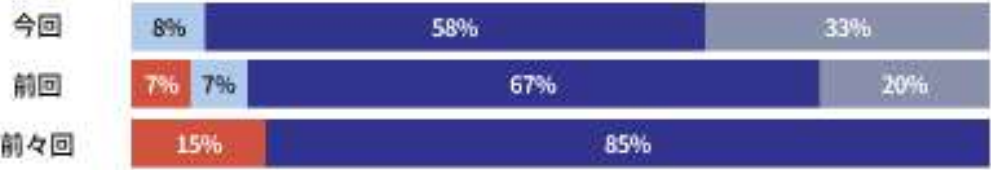
心の健康



睡眠



適正飲酒



無関心期 6か月以内に健康づくりを始める意思なし
関心期 6か月以内に健康づくりを始めたい
準備期 1か月以内に健康づくりを始めたい
行動期 6か月以内に健康づくりを始めている
維持期 6か月以上前から健康づくりを始めている

*「喫煙」「適正飲酒」の非該当は、グレーで表示。
喫煙の非該当は「吸ったことがない」を選択した回答者、適正飲酒の非該当は「もともと飲まない（飲めない）」を選択した回答者

令和6年度の成果と効果検証



複数の取り組みが相乗効果を発揮し、意識や生活習慣の改善につながった結果となりました。

運動習慣の促進

運動に対する意識向上のため、全スタッフに**管理施設内にあるトレーニングルーム無償利用**と、三条市総合型地域スポーツクラブの**フィットネスプログラムへの無償参加**を福利厚生の一環として奨励しております。

禁煙施策の効果

もともと管理施設が全面禁煙施設ということもあり、就業時間内禁煙を定め、禁煙サポートアプリの推奨などの取り組みの効果により、令和5年に健康課題の指標である**禁煙率が100%を達成し、令和7年も維持を続けています。**

情報提供・研修機会の充実

アンケート結果によると、「健康づくりを目的とした情報提供や研修機会がありますか？」という問いに対し、スポーツ協会では全員が「ある」と回答しました。また、8割以上のスタッフが健康経営施策に満足していると回答しており、健康経営の取り組みに対する理解が 着実に深まっていることを実感しています。

生活習慣の改善

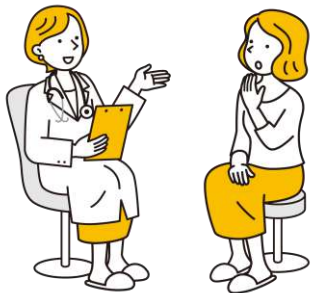
協会けんぽの事業所カルテによる＜飲酒習慣＞において、毎日お酒を飲み物の割合が、36.4%→18.2%と**前年より大きく改善いたしました。**また、睡眠習慣については**100%のスタッフが十分な睡眠が確保できている**と回答しています。

健康経営の指標



スタッフの主体的な健康づくりの促進や環境づくりを通じて、健康で活力あふれ、一人ひとりがパフォーマンスを最大限発揮できるよう、以下の重点指標の改善に取り組んでまいります。

1. 高血圧症の改善
2. 定期健診ならびに再検査の受診率
3. 運動実施率
4. アブゼンティーイズム（年間一人あたりの病気による平均欠勤日数）
5. プレゼンティーイズム（病気やケガによる労働生産性の低下率）
6. ワーク・エンゲイジメント（スタッフの働き甲斐）
7. 仕事満足度



<スタッフにみられる健康経営における課題>

- ・生活習慣病リスク保有率高い数値を示している
- ・半数以上が適度な運動を習慣化できていない
- ・ワーク・エンゲイジメントは低くはないが、さらに高める必要あり。

職員の健康課題

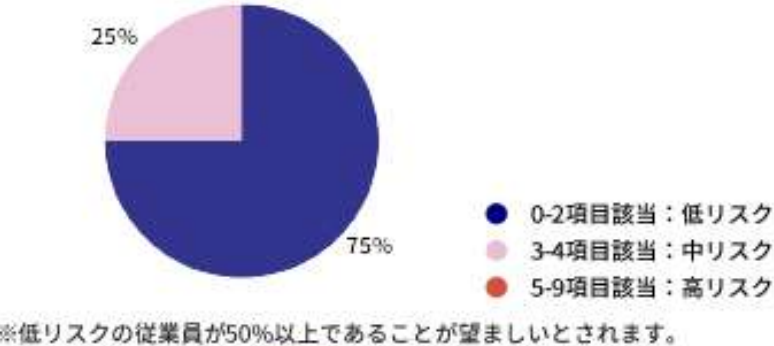
プレゼンティーイズムと健康リスクの関連

「生活習慣リスク」「心理的リスク」に関する9つの項目で、従業員の健康リスクを把握しました。
該当する健康リスクの数（図表1）に応じて、従業員を3グループに分類し（図表2）、各グループの労働生産性の低下率を算出しました。（図表3）
企業の生産性の向上のためには、高リスク者を減らすことが重要であると分かります。

（図表1）

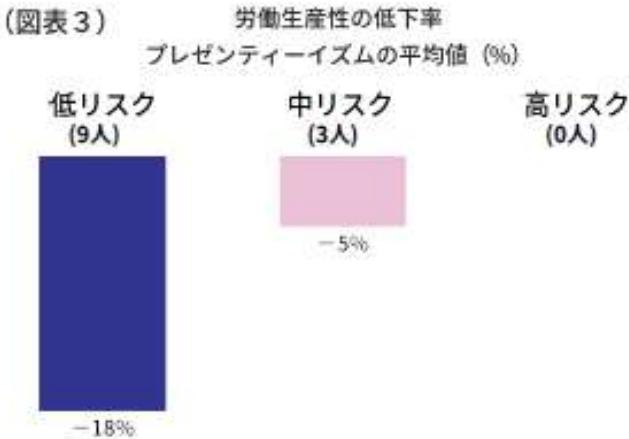
	健康リスクの評価項目	従業員の リスク該当率の割合
生活習慣 リスク	①喫煙習慣あり	0%
	②過度な飲酒習慣あり	8%
	③運動習慣なし	42%
	④睡眠が不十分	33%
心理的 リスク	⑤不定愁訴あり	25%
	⑥主観的健康感が悪い	8%
	⑦高ストレス	17%
	⑧仕事満足度が低い	17%
	⑨家庭満足度が低い	8%

（図表2）



各リスクレベルのプレゼンティーイズムの
平均値を比較します。

（図表3）



^上記は、東京大学
古井・村松・井出「中小企業における労働生産性の損失とその影響要因」日本労働研究雑誌
平成30年6月号と同じ手法により算出しています。

健康関連指標の変化と目標値

ワークエンゲージメントとは、①仕事をしていると活力がみなぎるように感じる、②自分の仕事に誇りを感じるの2項目の平均値 数値が大きい方が良い状態を表す

生産性の低下	2022 アンケート	2023 アンケート	2024 アンケート	2025 アンケート	目標
アブセンティーズム 年間一人あたりの病気による平均欠勤日数 ※数値が大きいほど悪い方を表す	0.4日	6.3日	3.5日	5.7日	3日以下
プレゼンティーズム 過去4週間の病気やケガによる労働生産性の低下率 ※0%に近い方がよい状態を表す	-13%	-18%	-19%	-15%	-10%
仕事満足度が低い (満足していますか?に「ちがう」「ややちがう」と回答した割合)	8%	23%	13%	16%	5%
ワークエンゲージメント(従業員の働きがい)	2.9	3.0	3.1	2.8	4.0

健康リスク該当率	2022検診	2023検診	2024検診	目標
健康診断受診率	100%%	100%	100%	100%
血圧リスク保有率	36.4%	63.6%	36.4%	20%
特定保健指導実施率(初回)	—	66.7%	100%	100%
喫煙習慣	15%	18.2%	9.1%	0%

健康経営の取り組み状況に関する指標

健康経営セミナー	2023年	2024年	2025年
対象従業員数	12名	15名	12名
参加従業員数	12名	15名（内、オンライン参加5名、 アーカイブ視聴2名）	12名 （内4名は、後日アーカイブ視聴）
参加率	100 %	100 %	100 %

健康経営の取り組み状況に関する指標

就業指標	2022年	2023年	2024年
年間離職率	0 %	15 %	30 %
平均勤続年数 （2025年4月現在、最長で17年勤務）	9年	10年	7年

健康経営の取り組み状況に関する指標

安全衛生	2022年	2023年	2024年
労働災害発生件数	0件	0件	0件
死亡災害発生件数	0件	0件	0件

具体的な取り組み 1/2

項 目	取り組み内容
健康診断	秋頃実施 実施100% 出勤(外出扱い)
健康教育	年1回、生活習慣アンケートのフィードバックセミナーの実施
運動習慣向上イベントの実施	楽しみながら日常にスポーツを取り入れます。 ウォーキングイベントのみならず、運動を習慣化出できるようなイベントを計画します。 また外部講師に依頼するなど、スタッフに興味のある健康・運動セミナーを実施して、 運動のきっかけづくりの一助にいたします。
メンタルヘルス対応	○アクサ生命24時間電話相談
施設の利活用	健康増進のため、福利厚生として、施設の利用を促進しています ・スタッフ有資格者(健康運動指導士、健康運動実践者)による運動フォロー(随時) ・1時間単位有休休暇の導入
健康情報配信 1回/月	健康経営ワンポイントアドバイス(アクサ生命)や協会けんぽ通信の回覧 健康関連情報の提供・共有
受動喫煙対策	就業時間内禁煙 禁煙サポートアプリの推奨
男性育休制度導入	実績あり
食育のすすめ	健康を意識した弁当を販売≪スタッフには原価で販売≫

具体的な取り組み 2/2

項 目	取り組み内容
年休制度	1時間単位有休休暇の導入(通院・育児などに充当、有給休暇の柔軟化)
睡眠指導	睡眠に対する意識向上、十分な休息時間確保のため、 スタッフ有資格者(睡眠健康指導士)による相談・指導(随時)
研修会参加補助	スタッフの研修会参加や資格取得を全面的に補助 ※2024年度資格取得補助実績(三条商工会議所社員資格取得支援事業活用) ●健康経営アドバイザー ●公認スポーツ施設管理士 ●日本スポーツ協会公認ジュニアスポーツ指導員専門科目 ●健康運動指導士
コミュニケーション促進	①役員面談 ②事業進捗確認ミーティング(週1回) ③方針発表会&懇親会(年1回) ④朝礼での3分間スピーチ(健康に関する話題など) ⑤情報共有ツール(スラック)にてヘルスアップチャンネル開設
熱中症対策	屋外作業の際は、時差出勤を推奨
職員スポーツ大会等 活動応援金	スタッフが率先してスポーツ活動に取り組み、「健康増進」の模範を地域社会に示すこと を奨励するため、該当の大会に出場する職員に対して活動応援金を支給

推進体制

