

名古屋スバル「健康経営」の取り組み

I・名古屋スバル「健康宣言」

当社は以下の「健康宣言」を掲げ、健康増進に取り組んでまいります。

<名古屋スバル 健康宣言>

「地域のお客様に選ばれ、永く愛されるカーディーラーでありたい」私たち名古屋スバルが目指す、カーディーラーの姿です。私たちが目指すカーディーラーであるためにまず、「働くすべての人を大切にする」「働くすべての人が心身ともに健康でイキイキ働くことができること」これらを実現し続けなければならないと考えています。

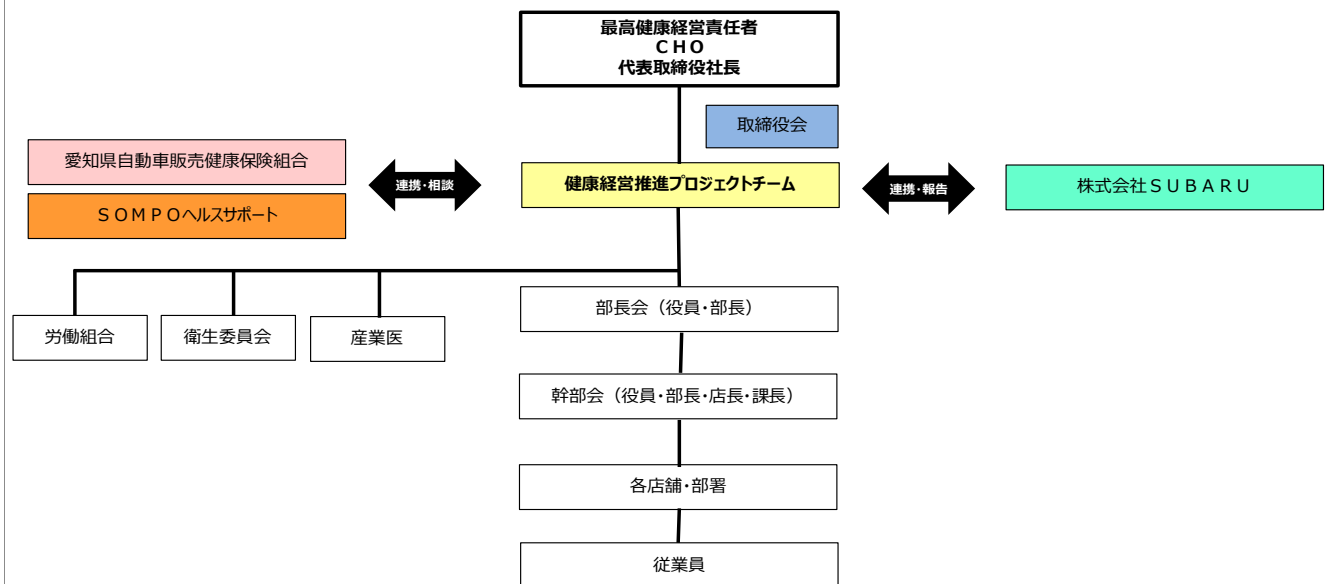
「社員の健康が会社の財産」

社員の健康が最大の経営資源であるとの考えをもとに、社員が健康でイキイキ働き、笑顔と活気あふれる最高のサービスをご提供し、お客様に笑顔になっていただく。

名古屋スバルに関わるすべての人の心身の健康と笑顔をつくり続けるために会社として何ができるかを積極的に考え、実行してまいります。

II・名古屋スバル 健康経営推進体制

名古屋スバル自動車株式会社 健康経営推進体制



Ⅲ・健診結果等各種データから見える、名古屋スバル社員の健康上の課題

1. 喫煙者が多い

2018年度の名古屋スバル従業員の喫煙率（40歳以上）は43.0%。

健康保険組合加入企業21社中ワースト7位、2018年度の健保連調査数値で全国平均26.1%の喫煙率と比較すると当社の喫煙率の高さがわかります。

2. 朝食抜きが多い

朝食を抜くことで、脳のエネルギー源となるブドウ糖が不足するため、集中力や記憶力の低下に繋がります。

ブドウ糖は脂溶性のビタミンAやビタミンDと違って、体内に蓄えておくことができません。したがって脳にエネルギーが供給されないため、イライラや勉強、仕事がかたどらないといった弊害を招きやすくなります。

3. 夕食を食べる時間が遅い

2018年度のデータですので、現在はデータ当時より時間外労働の減少に伴い多少改善されている可能性があります、夜遅い時間に食事をとると、食事からとったエネルギーが消費されにくいので、余分なエネルギーは体脂肪として蓄積されやすくなります。最近の遺伝子レベルの研究からも夜遅く食べると太りやすいことが実証されています。

また、翌朝、食欲がなくて朝食が食べられない原因にもなり、生活リズムも乱れやすくなります。

一般的に夕食は「21時まで、且つ就寝の最低2時間前までに済ませる」のが良いとされています。

Ⅳ・Ⅲの課題を踏まえた、健康増進（健康リスク低減）の取り組み

上記Ⅲを踏まえ、健康増進（健康上のリスクを低減）を目指した下記取り組みを推進致します。

1. 喫煙率減少に向けた取り組み

高い喫煙率（43.0% ※2018年度）を減少すべく、下記事項に取り組み、2020年度末時点での喫煙率目標を**40%に設定**致します。

【追記】 2019年度の最新喫煙率データが39%まで減少したため、2020年度末時点での喫煙率目標を**38%**に修正します。

① 喫煙者アンケートの実施

喫煙者を対象に「喫煙に関するアンケート」を実施し、喫煙状況の把握や禁煙の意志の確認を行います。

② 「禁煙外来」利用に関する費用補助

禁煙の意志があり、「禁煙外来」を利用し禁煙に取り組みたい喫煙者に対し、費用を全額補助を致します。

③ 「喫煙チェックシート」の導入

本社、店舗の従業員喫煙スペースに「喫煙チェックシート」を貼付し、喫煙者自身が毎日の就業時間中の喫煙量を記入します。一覧で喫煙者全員分の喫煙量がわかるようにし、禁煙、または喫煙量の減少につなげます。

2. 食生活の改善

【店舗・本社共通】

① 朝食・夕食チェックの実施

出勤時の新型コロナ対策の検温実施時に「今朝、朝食を食べたか」「昨晚の夕食は何時に食べたか」のチェックを実施し「朝食抜き」と「遅い時間の夕食」の改善に努めます。

② 「バランスの良い食事表」の展開

従業員がこれまでより食事の栄養バランスについて意識するよう、従業員が昼食を摂るスペースに掲示します。

【本社の取り組み】

本社部門は人数が多く、従業員の平均年齢が高いため、下記事項を追加で取り組みます。

① 「オフィスD E やさい」のトライアル設置

食事の栄養バランス向上を目指し、「オフィスD E やさい」を導入します。

② 清涼飲料自販機のラインナップに「トクホ」「機能性表示食品」認定の商品を追加

本社内にある清涼飲料自販機のラインナップに、食事による糖や脂肪の吸収を抑える「トクホ」や「機能性表示食品」の商品を追加します。

3. その他、健康増進への取り組み

【店舗・本社共通】

① 「全員参加で」「本気の」ラジオ体操の実施

毎朝朝礼時に実施しているラジオ体操について、「全員参加で」「本気で」実施することとします。

【本社の取り組み】

デスクワークが多く運動不足の従業員が多い本社部門については運動不足解消のため下記取り組みをおこないます。

① エレベーター利用の禁止

上下階移動時のエレベーターの利用を原則禁止とし、階段を使っての移動を徹底します。

② 健康器具の設置

本社 2 F エレベーターホールに、エアロバイク、ランニングマシン、ぶら下がり健康器、体組計、血圧計等の健康器具を設置し、運動不足の解消につなげます。

V・健康経営プロジェクトチーム

健康経営に関する各種取り組みを推進するため「健康経営推進プロジェクトチーム」を発足し下記メンバーを選任しました。「健康経営推進プロジェクトチーム」メンバーを中心に様々な取り組みを進めてまいります。

プロジェクトチーム内役職	氏名	社内役職・所属
健康経営推進プロジェクトチーム 責任者	森島 広良	取締役 統括管理本部長
健康経営推進プロジェクトチーム 監事	西尾 護	C S R 推進部長
健康経営推進プロジェクトチーム 副責任者	磯貝 千孝	統括総務部 部長代理
健康経営推進プロジェクトチーム 主担当者	今枝 尚也	統括総務部 人事課長
健康経営推進プロジェクトチーム 主担当者	松尾 弥生	統括総務部 人事課担当課長
健康経営推進プロジェクトチーム 担当者	林 夕子	統括総務部 人事課
健康経営推進プロジェクトチーム 担当者	國田 一瞳	統括総務部 人事課
健康経営推進プロジェクトチーム 担当者	岡崎 友則	統括総務部 総務課