

---

# 健康経営

## 主な取り組み事例

 日立Astemo精工株式会社

## 取組事例①

### 健康経営導入

- 健康経営宣言
- 健康づくり担当者の設置

#### 健康経営宣言

従業員一人ひとりが心身ともに安全・健康な状態でいきいきと働けるよう職場環境を整えるとともに、従業員の健康の保持・増進に積極的に取り組みます。



## 取組事例②

### 健康診断の実施

- 健診受診率 100%
- 検診車週1回×3週手配（夜勤者対応）



3回  
手配



徹底  
管理



## 取組事例③

### 再検査・治療の推奨

- 再検査対象者への受診勧奨



2020年度定期健康診断の結果、あなたは有所見者と診断されています。

要精検項目	産業医からのご指摘・アドバイス
血圧	治療中ではありますが、血圧が高いため、コントロールできるよう注意してください。

高血圧を放置すると、それだけ血管の傷みも進むため動脈硬化を促進し、脳卒中や心疾患、あるいは慢性腎臓病などの重大な病気になる可能性があります。



産業医の  
アドバイス

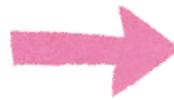


## 取組事例④

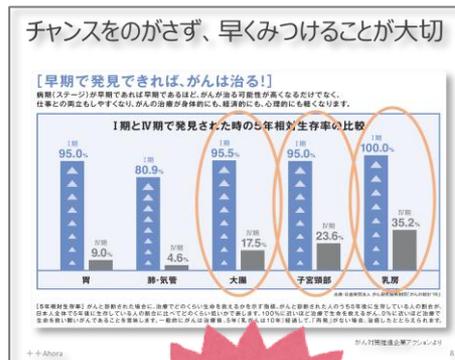
### 健康講習会等の実施

- アルコール教室の実施
- 健診結果からみた気になるがんのリスク講座

健診結果を分析、  
評価し、健康課題  
の改善を図る



就業時間内  
全従業員対象



リモート  
開催



## 取組事例⑤

### 食生活の改善

- 自動販売機の健康に配慮した飲料（特保等）への変更
- 自動販売機飲料のカロリー情報表示
- 社員食堂のメニューにおける栄養素やカロリー情報の表示
- アルコール体質チェック検査の実施



★2021年 春・夏 アサヒ商品ラインナップ

麦茶	お茶	お茶・炭酸	100kcal	193kcal	85kcal
0kcal	0kcal	カルピス	カルピス	カルピス	カルピス
十六茶	十六茶	白濁系	ミツ矢	サイダー	サイダー
600ml	600ml	500ml	430ml	430ml	500ml

カロリー表示



昼食メニューの栄養素  
やカロリー情報の表示



## Checkタイプ アルコール体質チェック

アルコール代謝関連酵素 (ADH1B・ALDH2) の遺伝子タイプを調べる検査です。  
アルコールの体質なんてお酒を飲めばわかる…実はそれが違う人もいます！

アルコール体質とは

アルコールを分解する代謝酵素の働きには個人差があり、その強弱は遺伝子の一部の違いにより決められます。簡単な遺伝子検査により、アルコールの代謝能力がわかります。タイプは、以下の5つに分けられます。

- A 飲みすぎると翌日にお酒が残りがやすく、アルコール依存症に最もなりやすいタイプ
- B 不快な反応が出にくく、お酒好きになりやすいタイプ
- C お酒に弱いのに顔に出にくく、飲酒で食道がんになりやすいタイプ
- D お酒に弱くすぐに顔が赤くなり、飲酒で食道がんになりやすいタイプ
- E お酒が全く飲めないタイプ

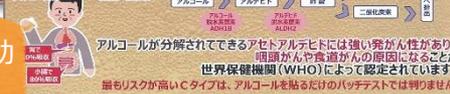
疾病との関連も…

国立病院機構 久里浜医療センター 横山 臨床研究部長 による分類

アルコール体質に関する遺伝子検査をすることで、アルコール依存症や、急性アルコール中毒、咽頭過度な飲酒を心がけることで疾病予防に貢献します。

アルコールはどのように分解されるのか？  
体内のADH1B、ALDH2遺伝子型によってアルコールは分解され、代謝されます。

検査費用を全額会社補助  
79%受検



どのような検査をおこなうのか？



結果は生涯変わりませんので1度の検査でOKです！

このような方に

- 健康に飲酒を飲みたい
- アルコール体質を知りたい

## 取組事例⑥

### 運動機会の増進

- 就業前のラジオ体操実施
- 徒歩や自転車での通勤手当を支給
- 階段に消費カロリーステッカー、標語表示



平らなところを歩くより3倍!の運動量  
3 times more exercise than walking on a flat surface!



## 取組事例⑦

### 受動喫煙対策

- 屋内全面禁煙



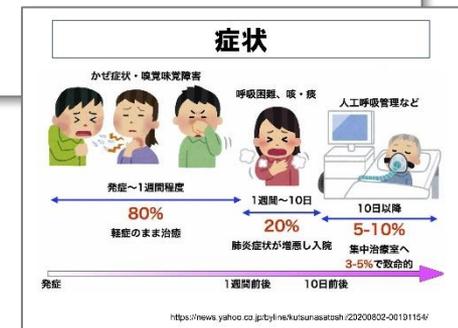
## 取組事例⑧

### 感染症予防

- インフルエンザ予防接種料半額会社負担
- アルコール消毒・検温計の設置
- 食堂：昼食時間・座席の分散化・パーテーション設置
- 新型コロナウイルス感染症対策全体朝礼にて周知



全体朝礼にて  
従業員に周知



## 取組事例⑨

### メンタルヘルス対策

- ストレスチェックの実施
- 職場復帰体制を構築  
(復職プログラム)
- 長時間労働者への面談



**HITACHI**  
Inspire the Next 