

全法連事務局 御中

(mail@zenkokuhojinkai.or.jp)

2. 法人会版健康経営宣言書「青年部会」用

(2023年7月6日現在)

単位会名（所属県連名）	宮崎県北法人会	(宮崎県連)		
部会長 氏名	井手 純平			
部会長 携帯番号				
部会長 メールアドレス				
単 位 会 情 報	事務局所在地	〒882-0053 宮崎県延岡市幸町3丁目101 延岡駅西口街区ビル302号		
	担当者(事務局員)名	堀田 めぐみ		
	TEL	FAX	0982-21-2230	0982-22-1664
	メールアドレス	kenpoku_ho@citrus.ocn.ne.jp		
	部会員数	81 名		

健康づくりの取組目標・取組内容

健康経営宣言 (目標)	・健康経営に関する勉強会や交流会を実施することで、会員同士の交流をさらに深め法人会を結束の強いものにする ・ ・
予定している活動の カテゴリーを 選定してください。 1つ以上に○を つけてください。	① フィジカル（身体的）部門 …運動や身体的な改善内容等 歩く繋がる健康経営 2 メンタル（精神的）部門 …社員のメンタルヘルス対策や職場環境改善等 3 ソーシャル（社会的）部門 …地域貢献活動やボランティア活動等

(下記の該当項目にチェックを入れてください。)

全法連ホームページに上記内容を掲載することを承諾します。

上記のとおり申し込みます。

2023年7月6日

単位会名：宮崎県北法人会

(押印は不要です。)

部会長名：井手純平

企業名	宮崎県北法人会 延岡支部青年部会
申請者名	佐藤 匠悟
(申請者名) カナ	サトウ ショウゴ
申請者の役職名	健康経営班 副部長
カテゴリー	0
活動のタイトル	あるくつながる健康経営
活動期間の始期 (年月日)	12:00:00 AM
活動期間の終期 (年月日)	12:00:00 AM
参加人数	57
活動内容について	健康経営の意識醸成と会員間の意思疎通を図るため、全法連青年部と大同生命が共催している「ウォーキングラリー」のイベントに会員企業ごとのチームを作成し、延岡支部青年部会内で期間内の平均歩数を競い合った。
アピールポイント	大同生命保険が提供している健康経営アプリ「Kenco Support Program」を参加者がインストールし、平均歩数を計測及び順位管理を行なった。 また、「延岡 TOPGUN」と称し延岡支部青年部会内で参加されたチームのうち、期間中1日あたりの平均歩数が上位3位のチームに対して12月の忘年会にて表彰及び賞品の贈呈を行なった。
活動の成果	延岡支部内の参加企業数は21チームと全国単位会の中でも一番多くのチーム参加ができた。 普段、健康について気をつけない方々も実施期間中は健康意識を強く持つことができ、忘年会での表彰式では一番の盛り上がりを見せるなど青年部会の活動である「健康経営の普及」という観点から十分に効果があった。
財政健全化への貢献度	ウォーキングには生活習慣病などのさまざまな病気への予防効果があることが研究により明らかになっており、その中でも1日平均8,500歩以上歩く人は6,000歩未満歩く人に比べ、3倍も癌の死亡リスクが軽減されるという研究結果がある。 ウォーキングラリー参加時にインストールしたアプリでも1日8,000歩の目標を日々達成できるよう通知設定されており、この活動をきっかけに自分の歩数を日常的に意識することで、将来の重病発生リスクを低減させ医療費を削減させる効果があると期待される。
部会員企業への浸透度	健康経営セミナー例会で行なったグループディスカッションでは、企業内でもウォーキングアプリを導入したいという声が多くあげられ、健康経営宣言書に記載する取組み内容の一例として周知することができ、宣言書提出の促進につながった。

吉村アドバイザーフィードバックシート

吉村健佑氏：精神保健指定医・労働衛生コンサルタント・公認心理師・
千葉大学医学部附属病院 特任教授・産業医・
全法連青連協健康経営プロジェクトアドバイザー

対象：ファイナリスト単位会・部会員企業

【単位会】

	良かった点・評価できるポイント	今後の取り組みに向けてのアドバイス
宮崎県北法人 会 (熊本・宮崎)	<ul style="list-style-type: none">・既存の事業、アプリなどを活用しながら比較的手軽に今あるものを使って活動につなげている点。今ある活動、資源、サービスなどを活用することは取り組みやすい・具体的な 8,000 歩という目標を定めてモチベーション維持につなげている・21チームの参加企業数は多く、横の広がり、波及度が大きいと感じる	<ul style="list-style-type: none">・8,500 歩以上歩く人と、6,000 歩未満の比較については、引用元、背景や根拠を明確に描いたほうが良い。何かしらの根拠に繋げようとしている視点は良い・手軽にできる反面、他との差別化は難しいかもしれない。スタートとしては良いが、何かもう一捻り、独自アイデアや+αがあればなお良いと感じる