

企業エントリーNo.1

「『3KM生涯幸福設計 シート』による自己実現 を図る健康経営推進」

札幌局連 北海道連

アイビック食品株式会社

「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表

■取り組みに至る背景

毎年全従業員が提出
「3KM生涯幸福設計シート」



健康への取り組み
環境づくり

3K

個人 (Kojin)
家庭 (Katei)
会社 (Kaisha)

3M

目標 (Mark)
管理 (Management)
意欲 (Motivation)

ありたい自分の姿→行動計画 (120項目)

個人

1年後

3年後

10年後

20年後

家庭

1年後

3年後

10年後

20年後

会社

1年後

3年後

10年後

20年後

豊かさの実現

法人会

3KM 私の生涯幸福設計

健康管理①
筋力をつける

健康管理②
4月に胃カメラで検査
3月が教室に通う

旅行
春に和歌山県へ
心安定を図る
おいしい物を食べ
長くおわる
健康管理②
野菜を食べる

アイビック食品株式会社

個人

項目	1年後(年令)	3年後(年令)
筋力をつける	1日10分ストレッチする	筋力をつける
健康管理②	4月に胃カメラで検査	健康管理②
旅行	春に和歌山県へ	旅行

家庭

項目	1年後(年令)	3年後(年令)
健康管理②	4月に胃カメラで検査	健康管理②
旅行	春に和歌山県へ	旅行

会社

項目	1年後(年令)	3年後(年令)
健康管理②	4月に胃カメラで検査	健康管理②
旅行	春に和歌山県へ	旅行

**目標をたてたものの
実現するには、時間と
費用がかかるしなあ...**

アイビック 豊かさの実現 計画書

実施期間 2021年1月1日 ~ 2021年9月30日 約9ヶ月間内

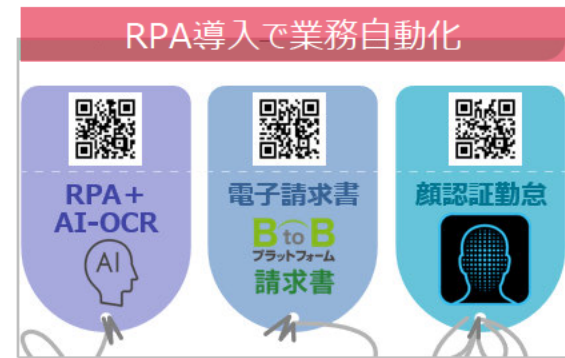
【計画内容】

- ① 健康管理② 4月に胃カメラで検査
- ② 旅行 春に和歌山県へ



「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表

■活動期間 2020年7月1日～2021年6月30日



「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表

■活動期間 2020年7月1日～2021年6月30日(コロナ感染症予防対策)

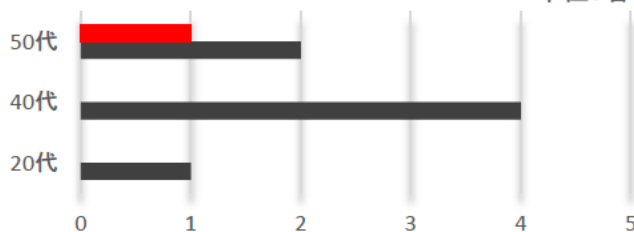


「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表

■財政健全化への貢献度 参加者:52名

ガン検診早期発見

単位:名



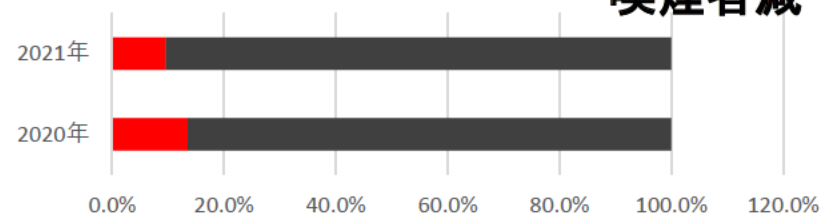
■ 早期ガン治癒

■ 大腸ポリープ切除

	20代	40代	50代
早期ガン治癒			1
大腸ポリープ切除	1	4	2

タバコ禁煙推進活動

3.9%
喫煙者減



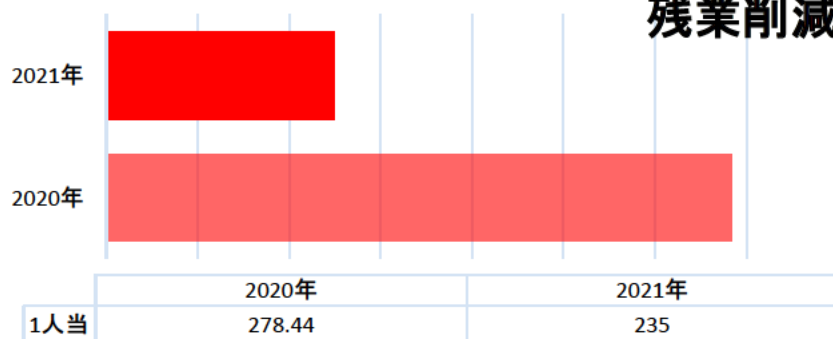
■ 喫煙

■ 禁煙

	2020年	2021年
喫煙	13.5%	9.6%
禁煙	86.5%	90.4%

一人当り年間残業時間

15.6%
残業削減



有休5日間取得率 (豊かさの実現) 100%



■ 2021年

コロナ感染者
0人



ご清聴
ありがとうございました