

企業エントリーNo.5

# SUDACHIの健康経営

小さな企業でもできる

～健康経営をインサイドアウトの文化に～

金沢局連 富山法人会／富山県連

株式会社SUDACHI

## 企業概要

## 取り組みの背景

総勢8名の  
健康に関わる  
ちっちゃん会社

※2019年～  
健康経営優良法人  
認定



株式会社SUDACH  
創業：2014年  
健康に関する事業を展開

教育



予防



美容整体  
Re-gala

介護



リハビリ倶楽部



### 創業者の父に関する原体験

職場のストレスによるアルコール依存症に…  
65歳の若さで心筋梗塞となり他界

## ①健康診断受診率

創業以来100%継続！  
（フォロー含む）  
特定健診補助、婦人科検診補助含む  
社員の健康が全ての始まり！



## ②自社開発ゲーム

「経営も学ぶ」健康経営ゲーム  
「健康の棚卸し」健康チェックカード  
2つを使用して文化の確立



## ③リレーマラソン

企業対抗戦で体力アップ！  
チーム力アップ！  
社員発案で継続中！



継続性・斬新  
×  
エンタメ要素

## ④昼食味噌汁補助

ほっこり休憩  
バランス栄養の足しに！



## ⑤電解水素水導入

本社・介護・エステ全てに導入  
身体の中から健康に！



## ⑥ラジオ体操

創業時より利用者さんと一緒に  
午前午後に1回ずつ！



※ラジオ体操第1は4メッツもある

## ⑦予防接種100%助成

希望者には100%助成  
健康を守る立場だからこそ！



継続性  
×  
低予算



## ①1on1を定期的を実施

社長と一緒に、悩み事の解決  
できるだけ職場外で！



継続性

×

企業文化確立

## ②自社開発ゲーム

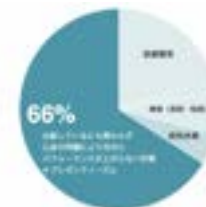
コミュニケーションをとりながら  
インサイドアウト文化の確立



## ③時間外労働の勉強会

固定残業制の導入  
決算賞与に反映！

※もし1日に1時間程度、仕事の  
効率が低下すると12%生産性は  
低下する。  
年収500万円とすると  
**60万円**もの損失



出所: Dee W. Edington and Wayne  
N. Buton(2003)

## ④半期に1度のキックオフ

理念・ビジョンの擦り合わせ  
懇親会も全員参加！



継続性

×

生産性向上

## ⑤ストレスチェック

8名規模なので義務なし  
社員の隠れた心の声を！



## ⑥社内チャット整備

無駄な会議の削減  
報告モレ激減！ストレス軽減！

## ⑦平均年間休日125日

介護業界平均111日  
休みに投資する！



## ①ジェネリックの推奨

法人会より社員と家族に配布  
財政健全化を目指します！



## ②老後経済知識勉強会

確定拠出年金制度活用  
健康にはお金は大切！



社内向け  
×  
財政健全化  
質上げ

## ③生命保険付き退職金

全額会社負担で積立  
不測の事態時にも！ 5年間で積立金約**3倍**！



## ④決算賞与

夏・冬以外に決算賞与を  
業績を上げることで還元！

4年間で賞金上昇率**1.18倍**



## ①法人会でゲーム

法人会で企業社員へも実施  
沖縄大会・今大会でも発表！



## ②他企業・他県でゲーム

事業として健康経営を発信  
健康経営の目的を発信！



## ③公認ファシリテーター

ゲーム公認ファシリテーターを育成！  
北は北海道、南は福岡に

## ④地域での健康啓発

半年に1回町内の方々に健康教育！

※医療職である、理学療法士・作業療法士・看護師在籍の強み！



社外向け  
×  
事業と普及

## 売上・賃金上昇

現在の在籍社員になってからの、  
賃金上昇率は4年で**1.18倍**！

※社員6人で約470万円増

※売上は健康経営優良法人取得前の2018年と比較し、**1.5倍**！



**賃金上昇**  
**1.18倍**

## 離職率

正社員の離職は2020年に、コロナ禍の  
影響で退社4名のみ。

同年度に3名就職（1名新卒）。

その後離職ゼロ。

**離職ゼロ**

## 休職者ゼロ

創業以来、病気による休業者（アブゼンティーズム）の発生はゼロ！  
病気の前に休む！文化の確立。

病気の  
前に  
休む

## 生産性向上

休みが多くても業務時間内で生産性上げる。  
ICTツールの活用促進、休業者が出ること自体が損失になる。

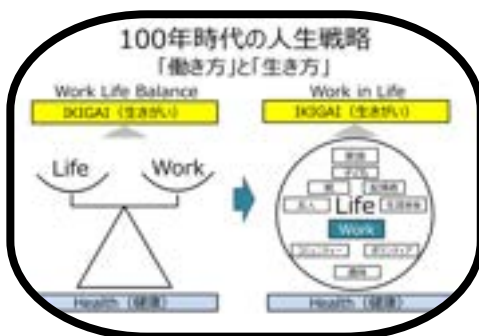


創業来  
黒字



## ワークインライフ

ワークライフバランスでは無い！



出所:特定非営利活動法人健康経営研究会

**基本  
残業ゼロ**

## 事業と普及

環境省、NTTグループ、富山法人会、  
公認ファシリテーターなどでの健康経営  
ゲーム使用しての健康経営普及。

※日本経済新聞、函館健康経営ハンドブック、北日本新聞、宮  
城県河北新報社へ掲載あり

**延べ人数  
5000人  
以上**



健康経営優良法人取得前の2018年と比較し、  
2024年9月の直近決算で売上高1.5倍。納税額は約1.9倍。  
創業以来11期連続で黒字で、健康経営の目的を継続達成中！！

売上高  
1.5倍

納税額  
1.9倍

創業来  
キャッシュ  
増加

ジェネリック医薬品の推奨（2021年に法人会より配布）をしており、当社関係社員（役員、従業員、その家族含む）の人数15人がジェネリック医薬品を使ったとして削減された医療費。

※1人あたり医療費を年間373,700円（R4年厚労省）とし、ジェネリック医薬品を使用することで3割軽減されると試算した場合。

年間  
168万円  
削減！

トータル  
840万円  
削減！

創業来  
休職者  
ゼロ

でも1番はこれ！  
**健康経営の  
目的は？**



**従業員の健康保持・増進の取組を、  
「将来的に収益性等を高める投資」とし、  
業績を上げ納税すること**

**その為には先ずは自分達から！**

インサイドアウト  
**SUDACHIの企業文化**

**自分達の健康を  
守りながら  
利益も出す！**

