

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

総勢8名の
健康に関する
ちっちゃな会社

※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・リハビリ俱楽部

取り組みの背景



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！



継続性
×
低予算

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メツツもある



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！



①1on1を定期的に実施

社長と一緒に、悩み事の解決
できるだけ職場外で！



継続性
×
企业文化確立

②自社開発ゲーム

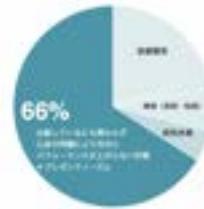
コミュニケーションをとりながら
インサイドアウト文化の確立



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
貢上げ

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年間で賃金上昇率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！



社外向け
×
事業と普及

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！

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

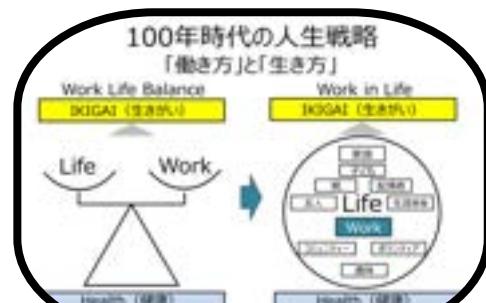
休みが多くても業務時間内で生産性上げる。
ICTツールの活用促進、休業者が出来ること
自体が損失になる。

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

創業來
キャツシュ
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？**



法人会

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の企业文化

自分達の健康を
守りながら
利益も出す！

