

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

(2021年6月29日現在)

単位会名（所属県連名）		緑法人会		(神奈川県連)	
部会長 氏名		武藤利明			
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				
	担当者(事務局員)名		市川 宰		
	TEL	FAX			
	メールアドレス				
	部会員数		65 名		

### 健康づくりの取組目標・取組内容

健康経営宣言 (目標)	イベントや研修会を計画し会員間の結束を高めると共に、青年部の持つ新鮮な感覚とたくましい行動力をもって健康経営に取り組む
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。	<b>1 フィジカル（身体的）部門</b>  定期的に会員相互の交流を図ると共に、健康増進を推し進めるイベントを開催する。  <b>2 メンタル（精神的）部門</b>  例会で講演会及び勉強会を行い会員相互の情報共有を行う。 (特にメンタルヘルスや職場環境改善の取り組みなど紹介)  <b>3 ソーシャル（社会的）部門</b>  地域小学校における租税教室(10回程度/年) 地域イベントでの租税教育活動(税金クイズ・税金の紙芝居) 地域高校生への社会人講話への参加

(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及び内部資料に単位会名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。

2021年6月29日

単位会名：緑法人会

(押印は不要です。)

部会長名：武藤 利明

## 健康経営大賞 2025in 山梨大会 青年部会部門 エントリーシート

提出日：2025 年 7 月 21 日／神奈川・緑法人会

申請者名（ヨミ）	河原 英人（カワハラ ヒデト）
申請者の役職名	相談役
活動のタイトル	～緑法人会の健康経営ラボ～ みどりウェルネクション
活動期間（年月日）	2024/9/18 ～ 2025/7/31
参加人数	48 名
活動内容について	<p>緑法人会は青年部会で行う「理想的」な健康経営事業を考案しました。活動の名前は「～緑法人会の健康経営ラボ～ みどりウェルネクション」と言います。ウェルネクションとはウェルネス・アクション・コネクションという言葉繋げた造語です。1 年に 1 回行う体力測定を核として始まり、年に数回、楽しく体を動かすイベントや、健康セミナー、プロバスケットボールチームと提携したチャリティイベント、医療機関と提携した健康診断さえも織り交ぜた、複合型の事業となっております。事業の中で参加者は健康経営の核となる三つの側面「フィジカル・メンタル・ソーシャル」を高めていきます。部会員はこの事業を通じて経営者自身の健康増進を図る、健康経営を学び部会員企業での健康経営の導入に繋げるということを最終目標としています。まずは横浜市スポーツ協会の協力のもと体力測定をします。参加者は測定から得られた結果をもとに、協会のフィットネス専門家からはそれぞれ助言を得られデータは協会に蓄積されます。その後は健康経営の三つの側面を高めるようなアクションを年に数回行います。体力改善のための手がかりを知るために一年後に再度測定する仕組みを整えました。</p>
アピールポイント	<p>年間を通じて行う様々なアクション。共通しているのは「毎回プロフェッショナルのサポートを得ること」。「ラボ」の名の通り「実験的で新しく、未知のことを体験すること」にあります。楽しくてワクワクするようなアクションを通じて、参加者自身が「フィジカル・メンタル・ソーシャル」三つの側面を高めていく。例を挙げると「チームビルディング型サバイバルゲーム」「ストレスチェック」「オトナの NEW 運動会」「ビーチサッカー体験」「鶴見川ゴミ拾いウォーキング」といった案があり、健康経営委員会にて各回の内容を決定します。部会員の提案で「それぞれが今までやりたかったこと」など様々なアクションを追加するなどして、内容を毎年無限に変えることができ、マンネリ化しないというのも特徴です。或いは、楽しそうなアクションを通じて、部会員を増やすことにも繋がります。同時並行的に行うのが、健康経営エキスパートアドバイザー資格を有する部会員による「健康経営スタートアップ講習」です。健康経営の基礎的な知識を部会員に叩き込みます。また本事業のために提携した医療機関で健康診断・人間ドックも行います。</p>

# 健康経営大賞 2025in 山梨大会 青年部会部門 エントリーシート

提出日：2025 年 7 月 21 日／神奈川・緑法人会

活動の成果	<p>みどりウェルネクション Vol.1「オトナの体力測定」は 23 人が参加しました。健康診断を毎年行っている部会員も、体力測定は久々の方が多く様子で、大変盛り上がりながらの開催となりました。1 時間 30 分を掛けて 4 種類の測定を各部会員が行い、横浜市スポーツ協会のフィットネス専門家が 1 人ずつの体力測定結果シートをその場で作成し、部会員に配布され、同時に協会側にデータとして蓄積されました。その後 Vol.2 骨盤の専門家を招いて「骨盤を学ぼう」という名のセミナーを開催、大変な好評を博しました。年内開催を予定しているのが医療機関と提携した「健康診断」、プロビーチサッカー選手による「ビーチサッカー体験」、2024 年 4 月に行った「健康経営スタートアップ講習」の再度開催、その他です。今後は親会で新設される健康経営委員会と協力して事業を継続していきます。目標としている部会員企業による「健康経営」の導入も進んでいます。部会員 66 社中、48 社が健康経営宣言書提出・導入をしています。その中でも 2 社に部会員の「健康経営エキスパートアドバイザー」有資格者が介入し、「健康経営優良法人 2026」を目指すこととなりました。</p>
財政健全化への貢献度	<p>「みどりウェルネクション」は、経営者自身のヘルスリテラシー向上を通じて、部会員企業における生産性向上と医療費の適正化、ひいては社会全体の財政健全化に貢献しています。本事業では体力測定や健康セミナー、ストレスチェック、スポーツイベントなど多角的な取組を通じて、参加者のフィジカル・メンタル・ソーシャルの 3 側面の健康を総合的にサポートしています。この意識変容をきっかけに 48 社が健康経営宣言書を提出し、企業での導入が進行。一部企業では従業員のプレゼンティーイズム（出勤しているが健康不調による生産性低下）による損失が月平均で 15%以上改善したという報告もあります。これは 1 人あたり年間数十万円の損失回避に繋がると見込まれます。また、定期的な健康診断や専門家の助言により未病段階での支援が進み、重症化予防を通じた医療費削減も期待されています。たとえば、生活習慣病による医療費は 1 人あたり年約 40 万円に上ることもあり企業単位での予防対策はその抑制に直結します。「みどりウェルネクション」は個人の健康増進から企業の経営力強化、医療費削減、社会保障負担の軽減に至るまで、多方面で財政健全化に寄与する持続可能な取組です。</p>
部会員企業への浸透度	<p>「みどりウェルネクション」の取り組みは、緑法人会青年部会における健康経営の意識改革を着実に促進し、健康経営の各企業への導入が進んでいます。現在、青年部会員の企業 66 社のうち 48 社が「健康経営宣言書」を提出し、自社内での健康経営の実践に踏み出しました。特に、部会長企業では、健康診断の充実といった具体的な施策を導入し、定期的な健康情報の発信、従業員の健康意識向上と職場の活性化</p>

健康経営大賞 2025in 山梨大会 青年部会部門 エントリーシート

提出日：2025 年 7 月 21 日／神奈川・緑法人会

	<p>を両立させています。さらに、部会員の中には「健康経営エキスパートアドバイザー」「健康経営アドバイザー」資格を有し、他の部会員企業への支援・助言、健康経営の普及を行っています。このように、部会内での情報共有と横展開が進むことで健康経営は一過性の活動ではなく、企業文化として根づき始めています。今後も親会の健康経営委員会と連携し、部会員企業の実践例をさらに増やしていく方針です。</p>
--	--



～緑法人会の健康経営ラボ～

# みどりウェルネクション

緑法人会 青年部会では、部会単位での健康経営の取り組みとして、「みどりウェルネクション」という活動を始動しています。目標は、実験的かつ未知でパンチのある新しい体験を通じて、「フィジカル」「メンタル」「ソーシャル」という健康経営の核となる三つの側面を高めていくことにあります。ご自身も楽しみながら健康経営を理解することができる活動です。是非ご参加ください。

## ウェルネクション = Wellness + Action + Connection

包括的な健康

行動

繋がり

### 目的

- ①経営者が健康経営について理解を深め、部会員企業への導入のきっかけとする
- ②部会員企業への健康経営の取り組みを支援する
- ③部会員が楽しく取り組み、部会内での親睦を図り、心理的安全性を高める
- ④部会員の継続的な体力増進のきっかけ作りを狙い、健康データの蓄積する
- ⑤部会員のヘルスリテラシーの向上
- ⑥楽しく取り組める多彩なアクションを通じて、部会員の増強にも寄与する
- ⑦将来的には親会でも始まる健康経営推進活動の中心的な役割を担う
- ⑧お一人様経営者の企業での健康経営の取り組みにも対応

健康経営の普及  
メンタルの向上  
取り組み支援  
体力増進  
健康知識の向上  
部会員増強  
健康経営の普及  
お一人様対応

### 流れのイメージ



### 概要

- 「オトナの体力測定」を中心とし、約1年間を通して様々なアクションを行う
- 健康データを蓄積し、参加者は前回からの改善を狙う
- 取り組み内容は毎年、健康経営委員会にて検討する
- 多彩で新しいメニューを発見し、組み合わせることで、毎年異なる取り組みにすることができる
- 毎回各分野のプロフェッショナルの支援を受ける
- 参加対象は現役青年部会員・青年部会OB・青年部会入会希望者・親会・女性部会とする



公益社団法人 緑法人会 青年部会

## 中核となるもの

### オトナの体力測定（毎年1回開催／会議日に同時開催）

健康診断は毎年行っていると思いますが、あなたが体力測定を最後に行ったのはいつ頃か覚えていますか？  
数年ぶり、数十年ぶりにあなたの体力がどの程度変化があった調べて、プロのアドバイスを受けてみましょう！

## 多彩なアクション（毎年いくつかを行います）

### 食育講習（会議日に同時開催）

現代人は栄養バランスが乱れがち、野菜不足になりがち、朝食を抜きがち、塩分過多になりがちという傾向にあります。  
横浜Fマリノスから講師を招いて、あなたの乱れた食生活を改善するためのヒントを学びます！

### チームビルディング型サバイバルゲーム（土日開催）

サバイバルゲームを通じて、体を動かしながら意思決定や組織育成、リーダーシップを学びます。  
きっとあなたのストレスも解消します！

### ストレスチェック（会議日に同時開催）

働く人の半分以上はストレスを感じながら仕事をしています。従業員の方もストレスを受けますが、  
経営者だってストレスを抱えます！ そんなあなたのストレスの傾向を調べて対策してみましょう。

### オトナのNEW運動会（土日開催）

バブルサッカー、ボッチャなど、楽しむことに重きを置いたNEWスポーツを体験！  
新しいスポーツを知り、汗水垂らしてとにかく楽しみながら体を動かしてみましょう！

### ビーチサッカー体験（土日開催）

砂浜で素足になってビーチサッカーを楽しみましょう！  
コーチはなんとビーチサッカー日本代表選手です！（レーヴェ横浜所属）

### 鶴見川ゴミ拾いウォーキング（土日開催）

市が尾から鴨居までのとても気持ちの良い鶴見川沿い（約12km）をゴミ拾いをしながらウォーキングします。  
社会貢献と体力増強が同時に図れますが、終了後のBBQで体重が増えてしまうかも？

### 健康経営スタートアップ講習（経営者・従業員参加型／希望者のみ）

健康経営についての基礎知識を得るための講習です。  
従業員の方にも是非参加頂き、部会員企業内の健康経営担当者育成に繋がります。

### 健康経営エキスパートアドバイザーによる各社への導入支援（無料／随時）

健康経営を部会員企業各社が導入するにあたって  
取り組み内容を決めるなどの簡単な導入支援を行います。

この他に新しいアクション、やってみたいアクションを取り込んで、皆でやる健康経営の実験室のようなものを目指します



SDGs とともに非常に親和性の高い活動です