

単位会エントリーNo.1

「健康経営を推進するための取り組み」

熊本局連 鹿児島県連
(公社)鹿屋肝属法人会

「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表

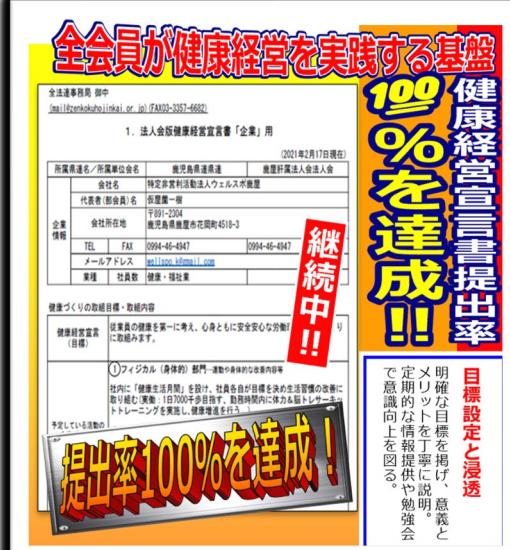


健康経営大賞受賞への道のり

今までの活動内容…



健康経営宣言書



ジェネリックシール



鹿屋肝属モデル



活動期間: 2022年9月～2024年12月

ネクストステージへ課題

『心の健康』

離職要因の構造

離職理由ランキングTOP10

順位	離職理由	構成比	原因
1位	契約期間の満了	21%	有期雇用満了による終了。
2位	職場の人間関係が悪かった	16%	ストレス起因が強い。
3位	労働条件(時間・休日など)が悪かった	14%	過重労働や休日の不満。
4位	仕事の内容に興味が持てなかった	11%	モチベーションの欠如。
5位	給与が少なかった	9%	収入面への不満。
6位	能力・キャリアが活かせなかつた	7%	評価されない事で自己否定やうつ感情。
7位	健康上の理由(メンタル含む)	6%	うつ・適応障害・慢性疾患など含む。
8位	結婚・出産・育児	5%	女性中心のライフイベント起因。
9位	家族の介護	4%	中高年にやや多い。
10位	通勤・勤務地の不満	3%	長時間通勤・異動などへの不満。

出典:厚生労働省「雇用動向調査」等の公的統計をもとに筆者が推計・集計(2025年現在)

離職要因の多くは メンタル・ソーシャルに起因

■44%がメンタル・ソーシャル要因

離職理由の多くが、人間関係の悩みや精神的な負担によるもの
フィジカルな問題だけでなく、見えにくい要因への対策が急務

■データが示す課題

健康経営の対象をフィジカルだけでなく、メンタル・ソーシャルに
広げる必要性

表面的には合理的な理由のように見えますが、背後には
見えないメンタルヘルスの問題が潜んでいます。
適切なサポートと対策を講じることが、従業員の定着や
健康の向上に不可欠です。

多様化する職場環境と健康経営の重要性

多様性と心理的安全性が鍵となる

■ 職場環境の多様化

高齢者や海外からの労働者など、これまでになく多様化した職場環境への対応が求められています。

■ 離職原因の変化

離職の原因の多くが、メンタルやソーシャルに関する要因へと変化してきています。

■ 求職者ニーズの変化

求職者が職場に求めることも、心理的な安全性や多様性の受容など、新たな価値観へとシフトしています。

■ メンタル・ソーシャル面の健康重視

フィジカル面だけでなく、多様性を受け入れ、心理的安全性を高めることが組織運営の鍵となっています。

フィジカルな健康はもちろん重要ですが、それだけでは現代社会の課題に対応しきれません。

多様性と心理的安全性



多様性の理解と受容

■ LGBTQ勉強会

性同一性障害を経験した講師を招き、多様性理解のための
勉強会を実施

■ 性のグラデーション

性は二極化できるものではなく、レインボーフラッグのように
多様なグラデーションが存在

■ 安心感の重要性

「自分はここにいていいんだ」という安心感が、人が活躍する
ための重要な土台

■ 心理的安全性

多様性を尊重し合える環境が、意見や考えを安心して発言
できる場を創出

個々の違いを理解し尊重することが、誰もが働きやすい環境を作る第一歩である。

継続的な健康経営の取り組み

職場と地域のリーダーとして、自身の健康管理を重視し、会員間の交流を促進する様々な活動を展開

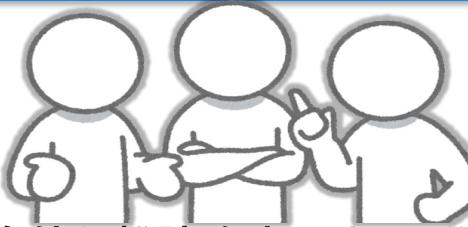


健康経営を「楽しく」「継続的に」実践するための多彩な体験型アクティビティを展開しています。

運動がもたらすコミュニケーション効果

共同運動が生む雑談の力学

■自然な‘雑談’の創出



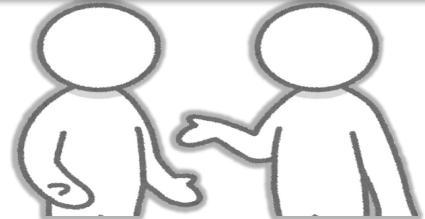
一緒に体を動かす時間は、自然と‘雑談’を生み出し、共通の感情や話題を共有する機会となります。

■初対面者の交流促進



活動を通じて、これまで会話をしたことがない者同士が初めて話すきっかけを作り出します。

■心理的安全性の向上



グループ内のコミュニケーション増加により、自分の意見や考えを安心して発言できる環境が構築されます。

■生産性の向上



心理的安全性が確保された環境では、創造性が高まり、組織全体の生産性向上につながります。

「一緒に体を動かす」ことでコミュニケーションが活性化！

法青体操の誕生

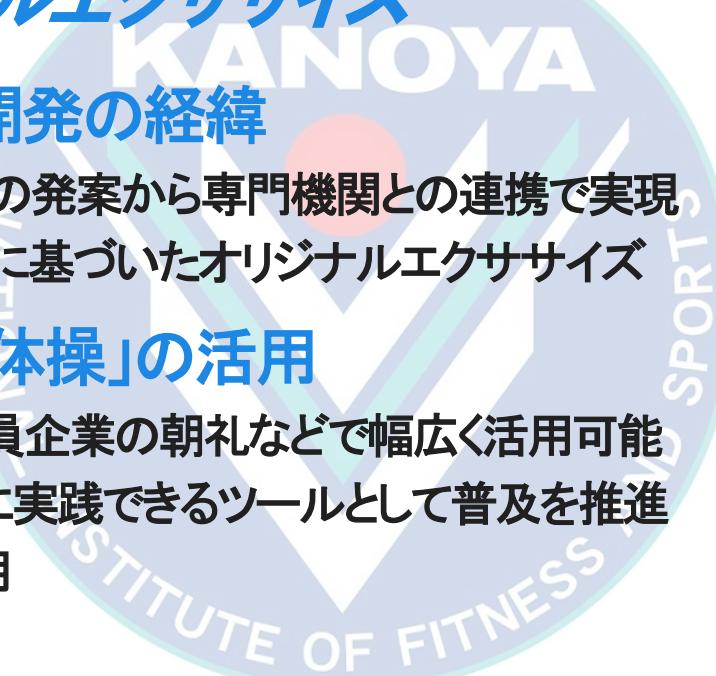
鹿屋体育大学と協働で生まれた
オリジナルエクササイズ

■ 共同開発の経緯

出向部会員の発案から専門機関との連携で実現
科学的根拠に基づいたオリジナルエクササイズ

■ 「法青体操」の活用

例会前や会員企業の朝礼などで幅広く活用可能
誰もが手軽に実践できるツールとして普及を推進
親会でも活用



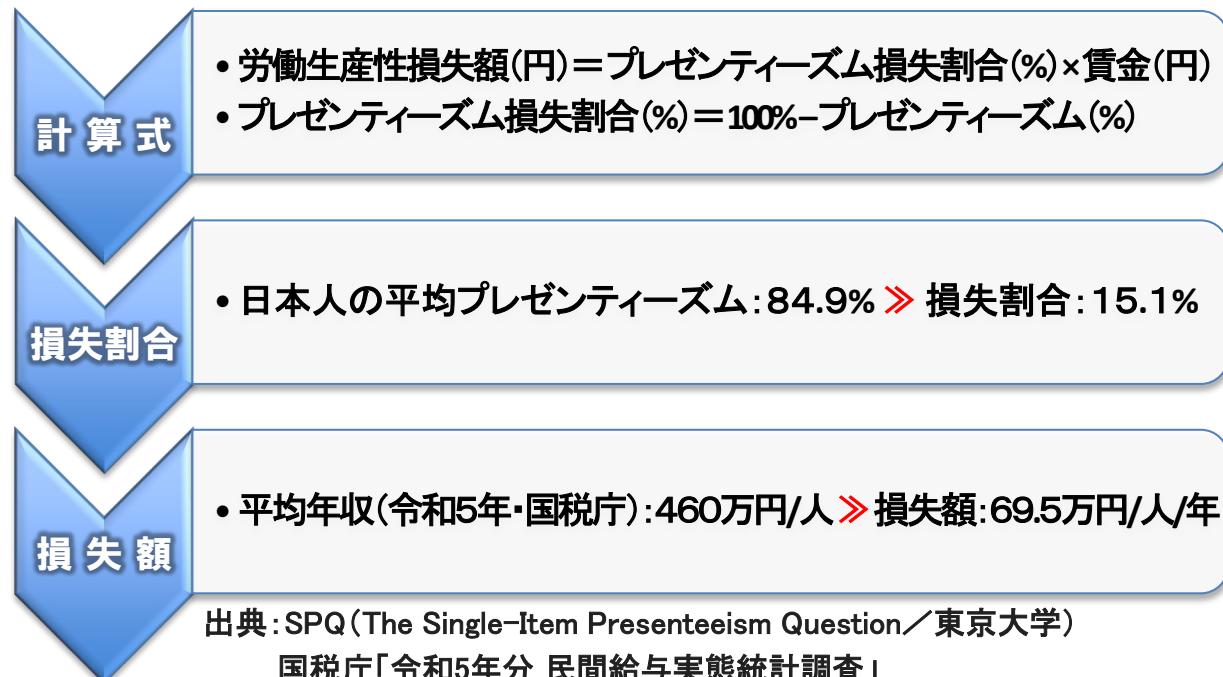
部会員のアイデアと専門機関の知見が融合し、場所を選ばずに実践できる健康ツールが誕生しました。

経済的視点から見た健康経営の重要性

プレゼンティーズムによる損失

■ プrezenteeismの定義

「出勤しているものの、健康上の問題で十分なパフォーマンスを発揮できていない状態」
業務効率の低下、生産性の悪化を引き起す。



会員企業1社に

該当者が1人いると仮定すると…

1人あたり

会員企業
695,000円 × 約 69社

年間損失額 =

約48,000,000円

見えない損失はここまで大きい！

心と体の健康の相関関係

「病は気から」という言葉が示すように、
心の状態は体の健康に大きな影響を与えます。



■ 健康経営の効果

多様性を尊重し心理的安全性が確保された環境では人はより高い成果を生み出すことができます

■ 総合的な健康

職場のコミュニケーション活性化
離職率の低下と生産性の向上

「健康経営大賞」ファイナリスト事例発表

 法人会

