

A solid blue square is positioned to the left of the main title text.

東京都情報サービス産業健康保険組合 健康経営への取り組み

東京都情報サービス産業健康保険組合は、医療保険制度の運営を担う保険者であり、「保険給付」「健康管理」「健康増進」の3つの事業を通してICT業界で働く社員とそこのご家族のライフサイクルを全面的にサポートしております。

この事業推進のためには、まず、職員自らが心身健康で豊かに生活し、人として成長し自己実現を図ることが必須であり、そのための職場環境を構築することもTJKの使命と捉えております。

職員の健康管理・健康づくりを経営的視点から考え推進することで、職員が元気にやりがいをもって働ける状態を維持し、ひいては組合員皆さまへ充実したサービスの提供につなげることを実現して参ります。

東京都情報サービス産業健康保険組合
専務理事 鈴木克仁

TJKグループで働くことを通じて心身健康で豊かに生活し、
人として成長し自己実現を図る

職員

- ・疾病による休業の減少
- ・モチベーションの向上
- ・事故、労災発生リスクの低減
- ・医療費負担の軽減



- ・業務効率化と生産性向上
- ・優秀な人材の確保・定着
- ・CSRの強化
- ・組合イメージ向上

心身ともに元気で働ける職場環境の実現

■ 健診・重症化予防に取り組みます

■ メンタルヘルス対策に取り組みます

■ 感染症予防対策に取り組みます

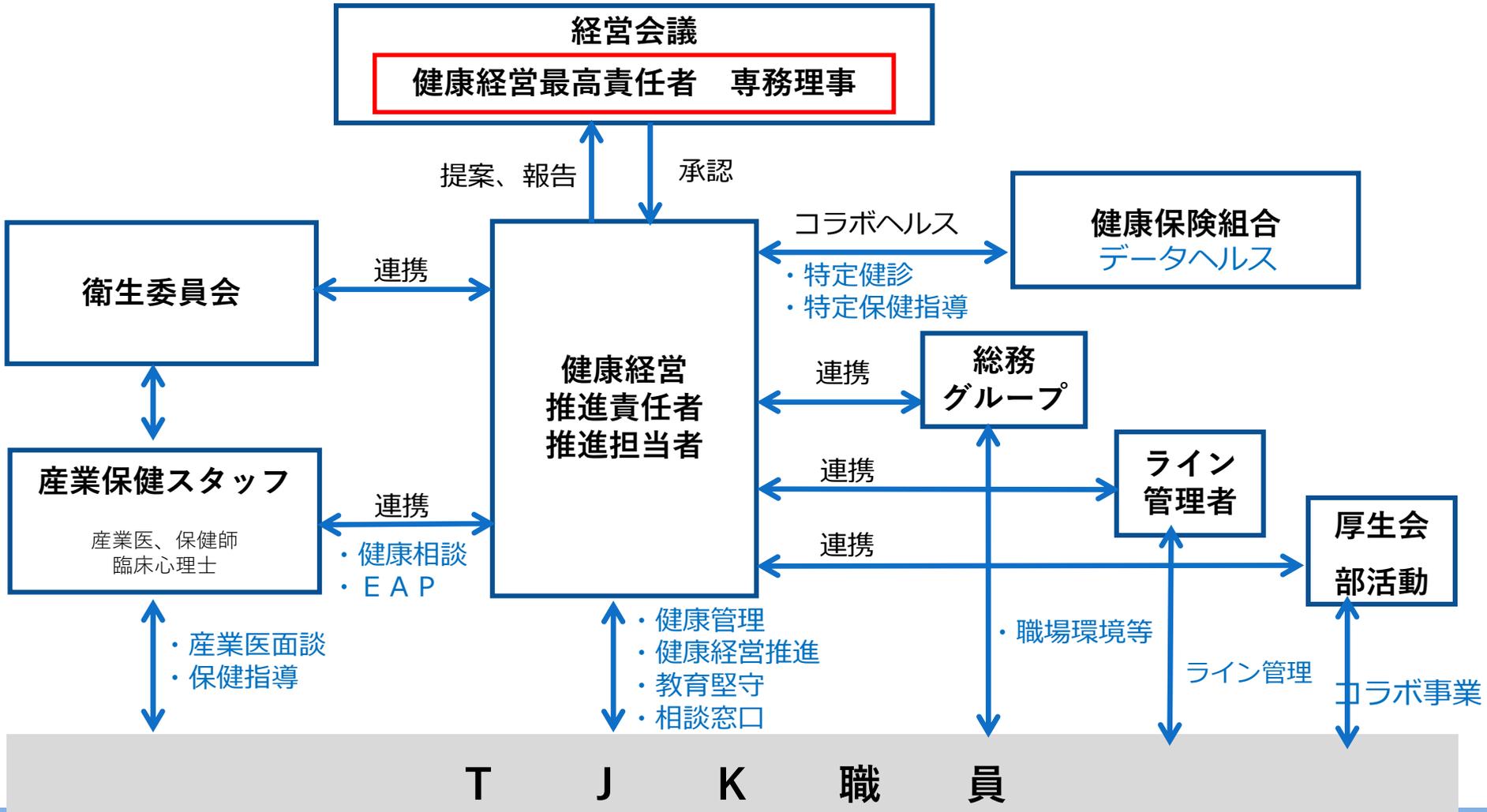
■ 健康管理・安全衛生に取り組みます

■ 過重労働防止に取り組みます

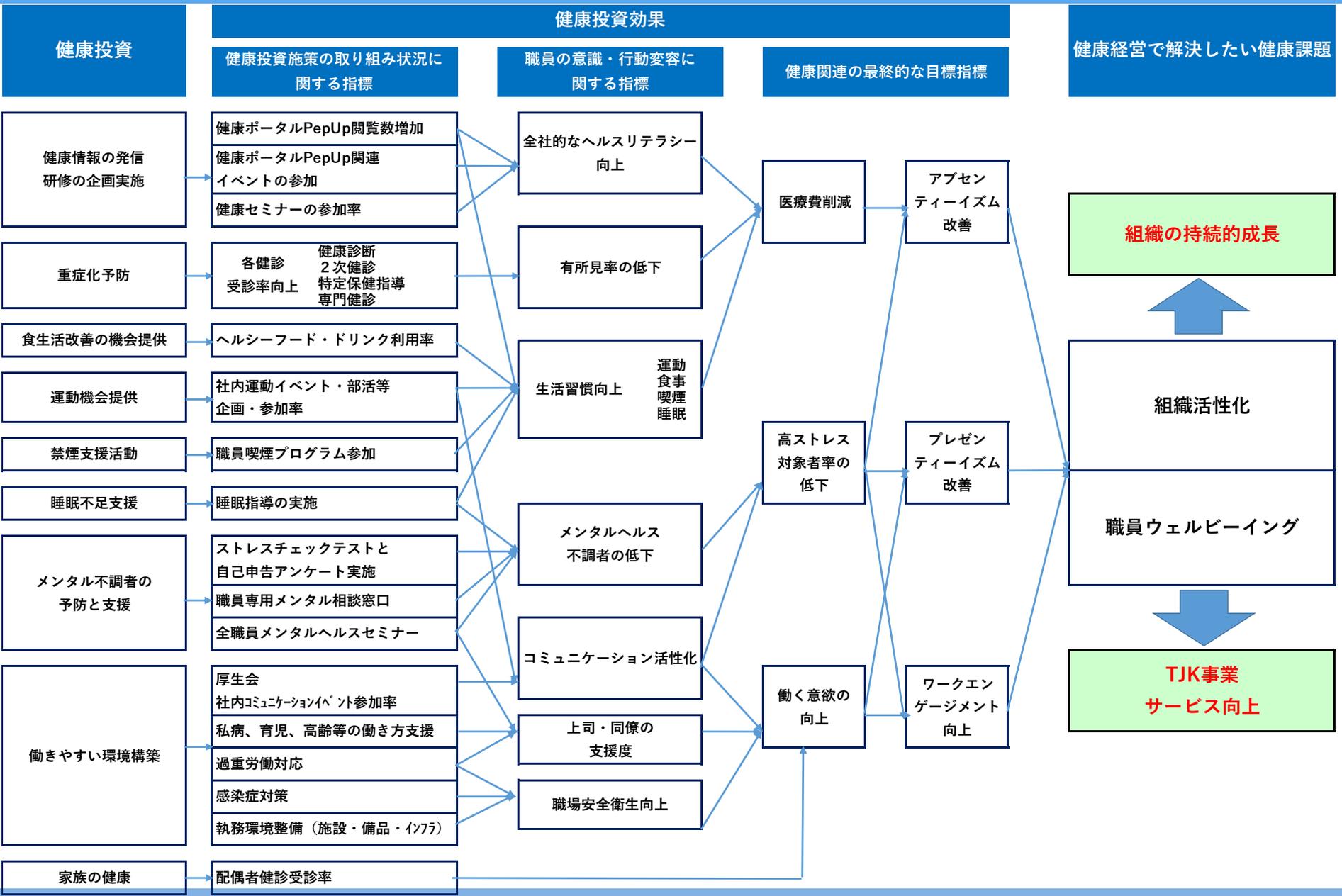
■ 健康経営に取り組みます

健康経営推進体制

職員健康管理を経営的視点から考え推進するために健康経営責任者を専務理事とし、人的資本を管轄する人材開発グループが健康経営を推進することで、衛生委員会や関連組織を横断した健康課題の吸い上げや制度改定含む各施策の浸透をスピーディーに牽引いたします。また、産業保健専門スタッフのアドバイスも積極的に活用し、職員健康課題に対する効果的な取り組みを行ってまいります。



戦略マップ

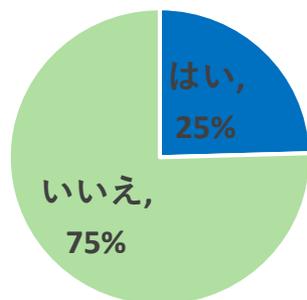


TJKでは職員健康アンケートを実施し、「運動」「食事」「飲酒」「睡眠」「喫煙」「被扶養者健診受診状況」「専門検診受診状況」の分野から全27問にて、定期的に職員の生活習慣について傾向を見ております。

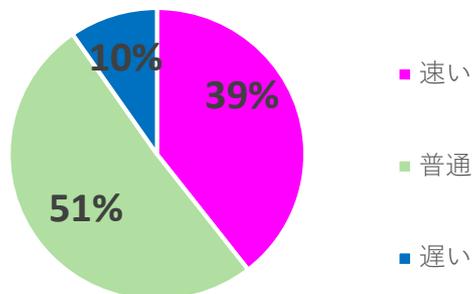
現在、特に重点事項として、「週2回以上の運動（30分以上）」「食事にかける時間」「喫煙」「睡眠」については意識付けや行動改善の必要性があり、これらに対する施策を検討して参ります。

R6年度 職員健康アンケート 回答集計（114名）

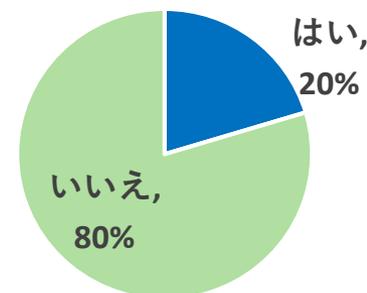
1回30分以上の軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施していますか？



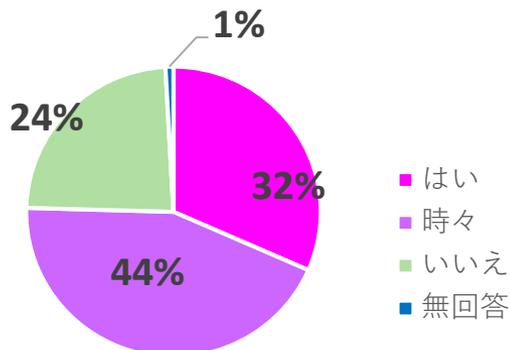
食事の際、人と比較して食べる速度が速いですか？



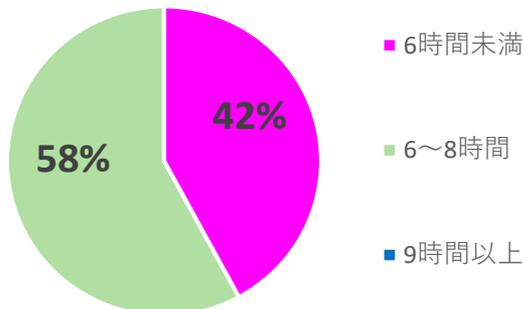
朝食を抜くことが週に3回以上ありますか？



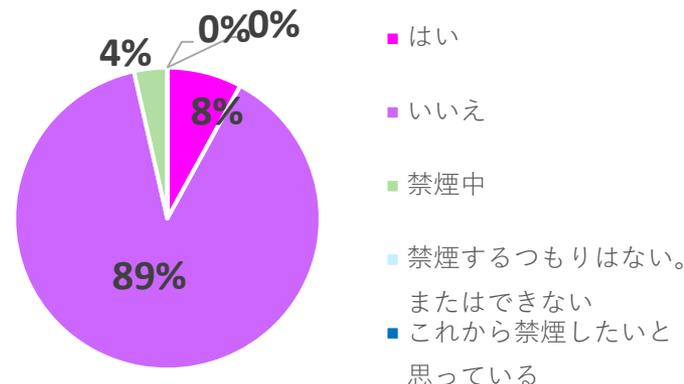
睡眠中、夜中に目が覚めることはありますか？



睡眠時間はどれくらいとれていますか？



現在、たばこを習慣的に吸っていますか？



施策と目的	R5年目標	R5年取組みと結果	R6年目標																				
<ul style="list-style-type: none"> ● 精密検査 ● 再検査 	<ul style="list-style-type: none"> ①精密検査受診100%の維持と再検査の個別受診奨励 目標数値：精検受診「100%」 ②産業医：R4年度 就業制限者予備群への治療状況管理 R4年度就業制限予備者の削減 ③再検査、精密検査の運用の見直し 	<ul style="list-style-type: none"> ①精密検査および再検査対象者へ、個別に受診奨励実施 <table border="1" data-bbox="917 314 1400 406"> <tr> <td>精検受診率</td> <td>R4年度</td> <td>R3年度</td> <td>R2年度</td> <td>R元年度</td> </tr> <tr> <td></td> <td>72.7%</td> <td>↑ 50%</td> <td>↓ 100%</td> <td>← 100%</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> ②R4年度就業制限予備者へ人材開発G担当者から治療状況の確認と未受診者は受診勧奨を実施 ③見直しの実施 	精検受診率	R4年度	R3年度	R2年度	R元年度		72.7%	↑ 50%	↓ 100%	← 100%	<ul style="list-style-type: none"> ■①、②目標継続 ■精密検査、再検査・特定保健指導の受診機会の提供 <p>上記検査については、疾病の早期発見・早期治療、または生活習慣病の重症化予防につながるため、受診の必要性が高く、機会の提供として就業時間内での受診を可とする運用を開始</p>										
精検受診率	R4年度	R3年度	R2年度	R元年度																			
	72.7%	↑ 50%	↓ 100%	← 100%																			
<ul style="list-style-type: none"> ● 特定保健指導 	<ul style="list-style-type: none"> ①特定保健指導結果表 目標数値：提出率「90%以上」 ②特定保健指導受診 目標数値：受診率「60%以上」 ③特定保健指導受診奨励の継続 	<ul style="list-style-type: none"> ①特定保健指導結果表提出率 <table border="1" data-bbox="917 656 1400 735"> <tr> <td>提出率</td> <td>R4年度</td> <td>R3年度</td> <td>R2年度</td> <td>R1年度</td> </tr> <tr> <td></td> <td>96%</td> <td>↓ 97%</td> <td>—</td> <td>—</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> ②特定保健指導受診率 <table border="1" data-bbox="917 792 1400 871"> <tr> <td>受診率</td> <td>R4年度</td> <td>R3年度</td> <td>R2年度</td> <td>R1年度</td> </tr> <tr> <td></td> <td>88.9%</td> <td>↑ 55.6%</td> <td>↑ 28.6%</td> <td>↓ 44.4%</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> ③保健指導対象者へ個別に進捗状況の確認と奨励実施 	提出率	R4年度	R3年度	R2年度	R1年度		96%	↓ 97%	—	—	受診率	R4年度	R3年度	R2年度	R1年度		88.9%	↑ 55.6%	↑ 28.6%	↓ 44.4%	<ul style="list-style-type: none"> ■①、②、③目標継続 ■職員向け受診奨励プランにもとづき人材開発Gから個別に受診勧奨
提出率	R4年度	R3年度	R2年度	R1年度																			
	96%	↓ 97%	—	—																			
受診率	R4年度	R3年度	R2年度	R1年度																			
	88.9%	↑ 55.6%	↑ 28.6%	↓ 44.4%																			
<ul style="list-style-type: none"> ● 専門検診 	<p>受診奨励プランにもとづき人材開発Gから個別に受診勧奨を徹底</p>	<p>令和5年度 未実施</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■職員向け受診奨励プランにもとづき人材開発Gから個別に受診勧奨 																				
<ul style="list-style-type: none"> ● ご家族（配偶者）健康診断 	<ul style="list-style-type: none"> ①配偶者健康診断受診率 目標数値：受診率「80%以上」 ②対象者への個別案内 <ul style="list-style-type: none"> ・夫婦受診の勧め ・有給休暇取得奨励の実施 	<ul style="list-style-type: none"> ①ご家族健康診断受診率 <table border="1" data-bbox="917 1213 1400 1306"> <tr> <td>受診率</td> <td>R4年度</td> <td>R3年度</td> <td>R2年度</td> <td>R1年度</td> </tr> <tr> <td></td> <td>88.5%</td> <td>↑ 71.4%</td> <td>↓ 79.3%</td> <td>↓ 85.2%</td> </tr> </table> <ul style="list-style-type: none"> ②令和5年度 未実施 	受診率	R4年度	R3年度	R2年度	R1年度		88.5%	↑ 71.4%	↓ 79.3%	↓ 85.2%	<ul style="list-style-type: none"> ■①目標継続 ■②の実施 <ul style="list-style-type: none"> ・対象者への受診奨励 ・健康保険組と事業所とのコラボDM送付 ・有給休暇取得奨励の実施 										
受診率	R4年度	R3年度	R2年度	R1年度																			
	88.5%	↑ 71.4%	↓ 79.3%	↓ 85.2%																			

施策と目的

R5年目標

R5年取組みと結果

※人材開発G他、TJK全体での取組み実績を掲載

R6年目標

生活習慣の改善

●運動機会の提供

- ①運動習慣比率の向上
- ②職員・職員家族向け運動関連イベント参加
(潮干狩り、ファミリーハイキング)
- ③職員ウォーキング大会実施
- ④その他
 - ・部活動活動
(野球部、フットサル部)
 - ・社内の職員有資格者によるウォーキング講座実施

①運動習慣比率の向上

運動比率	R4年度	R3年度	R2年度	R元年度
	18.4%	15.9%	19.1%	18.6%

②運動関連イベント参加者

参加率	R5年度	R5年度	R4年度	R3年度
	17%	41%	32%	—

③職員ウォーキング大会実施

参加率	R5年度	R4年度	R3年度	R2年度
	37%	21%	50%	—

- ④-1 野球部活動実績
2大会参加 東総協、TJK事業所対抗
フットサル実績
1大会参加TJK事業所対抗
- ④-2 ウォーキング講座実施 →未実施

■①、②、③ 目標継続

■④ 従来の目標にプラスして、健康ポータルサイトPepUpで実施される運動キャンペーンの職員参加

■各事務所内の階段推奨

●労働時間の把握 ●過重労働対応

- ①有給休暇取得率向上
- ②過重労働対応

- ①有給休暇取得率
 - ・夏季休暇に伴う有休計画的付与実施
- ②過重労働対応
 - ・36協定を超える可能性ある対象者にアラートメールを通知
 - ・週に1回、全職員へ残業実態報告

■① 目標継続

■② 取組み継続

■勤怠システム活用による職員の自主的な過重労働抑制への意識

●喫煙対策

- ①事務所内の喫煙禁止

- ①・就業時間内の禁煙の実施
・事業場敷地内の喫煙所撤廃

■① 取組み継続

■職員喫煙率の削減
・職員喫煙者に対する個別対応喫煙プログラムの推奨

●睡眠不足の解消

—

—

■検討中

●食事

- ①食に対する健康意識を向上
- ②ヘルシーランチの提供

- ①「金の認定」記念品にて期間限定で栄養補助を提供
- ②保健師の栄養バランスやカロリーの推奨を受けたお弁当を提供

■①、② 取組み継続

■「食事にかかる時間」の改善

■ヘルシーランチやフード・ドリンクの利用率の統計開始

施策と目的

R5年目標

R5年取組みと結果

※人材開発G他、TJK全体での取組み実績を掲載

R6年目標

メンタルヘルス

●メンタルヘルスリテラシー向上

- ①全社的なメンタルヘルスリテラシーの向上
 - ・新入社員へは入社時研修でメンタルヘルスオンライン研修の受講必須
 - ・管理職向けメンタルヘルスオンライン研修啓蒙
- ②メンタルヘルスへの早期予防が対応できる環境づくり
 - ・TJK職員専用メンタル相談窓口開設
 - ・自身のストレスをリアルタイムで確認できる環境づくり
- ③ストレスチェックテスト受検率

- ①メンタルヘルス関連研修受講率
 - ・新入職員 **受講率100%**
 - ・管理職向対象 →未実施
- ②メンタルヘルスへの早期予防が対応できる環境づくり
 - ・職員専用メンタル相談窓口をR5年4月開催
 - ・ストレスチェックテストのシステムを有効活用し、リアルタイムで自身のストレス度合いを認識
- ③ストレスチェックテスト受検率

	R5年度	R4年度	R3年度	R2年度
受検率	99%	97%	97%	97%

- ①、③目標継続
メンタルヘルスセミナーを対面、もしくはオンラインにて全職員に受講実施
- ストレスチェックテストと併せて職員へのアンケート等（自己申告など）実施

感染症対策

●蔓延防止 ●職場リスク軽減

- ①TJK施設内従業員全員を対象にしたインフルエンザ予防接種実施
- ②マスクの備蓄・手指用消毒液の設置・うがい薬の設置・検温システムによる検温の実施

- ①TJK施設内従業員全員を対象にしたインフルエンザ予防接種実施
- ②マスクの備蓄・手指用消毒液、うがい薬設置、検温システム導入

	R5年度	R4年度	R3年度	R2年度
接種率	98%	96%	96%	92%

- ①、② 取組み継続
- 麻しん、風疹対策

加入事業所への健康経営サポート・普及

TJKは保険者として加入事業所様に対し健康経営を推奨しております。
 健康経営は企業リスク管理の一つとして、社員の健康を重要な経営資源と捉え、健康増進に積極的に取り組む経営のスタイルを
 います。TJKでは事業主の皆様へ「健康経営」に取り組んでいただくため、さまざまなサポートを実施しております。

健康課題の把握

ウェルネスレポート配布等

東京海上日動火災保険株式会社
 健康経営推進部
 2023年度版
TJKウェルネスレポート

2023年度版
 TJKウェルネスレポート

2023年度実施状況のお知らせ

健康企業宣言の参加推進

改善・維持の取り組みを実施

保健事業参加促進

メンタルヘルズ相談

社員の心の相談窓口として利用

スマホウォーキング大会



「日常の歩数を増やす工夫」として活用

各種セミナー・健康教室



世代・役職別メンタルヘルズセミナーや健康教室を実施

インフルエンザ等予防接種補助

家族向け受診奨励

TJK以外で健診受診された被扶養者が結果を送付いただくQUOカードをプレゼント



健康経営アドバイザーによる認定取得サポート

健康企業宣言 宣言社数・認定取得者数



	宣言事業所様	認定取得社数
金の認定	43社	20社
銀の認定	241社	172社

地域や職場における保健・栄養の改善及びスポーツレクリエーションの普及運動を推進し、顕著な成果を上げている組織として、令和4年度体力づくり優秀表彰の『体力づくり国民会議長賞』を受賞いたしました。

■表彰概要

「組合員の健康と生活の安定」を守るため、「事業所対抗軟式野球大会」ボウリング大会やウォーキングイベント等の開催、全国のスポーツ施設の利用補助事業等、様々な体力づくり事業に取り組み、運動習慣化につなげている。

また、事業運営では「治療から予防へ」の考えの下、全加入者に基本健診の受診環境を提供、各種がん検診や特定部位に特化した専門検診の受診を可能にし、早期発見・早期治療に努めている。

その他、健診結果データとレセプトデータを突合し、メンタルヘルス対策などの組合独自の健康課題に基づいた対策を実施や健康課題の共有を図るため、事業所ごとに社員の健康状態を可視化した「TJK ウェルネスレポート」を作成。さらに、健康経営エキスパートアドバイザー資格を有する職員による相談窓口の開設など、事業所と積極的にコラボヘルスを促進している。



令和4年度 体力づくり優秀組織表彰式
令和5年2月10日 於 プラザヴェルデ エドのくに千本松フォーラム

報道発表 スポーツ庁 
令和4年12月14日

令和4年度体力づくり優秀組織表彰の被表彰者を決定しました

スポーツ庁では、このたび、令和4年度体力づくり優秀組織表彰の被表彰者を次のとおり決定しましたので、お知らせいたします。

1. 被表彰組織
文部科学大臣賞（3組織）

① 広川町（和歌山県）	② 長与町（長崎県）
③ 南関町（熊本県）	

体力づくり国民会議長賞

① 沼津市（静岡県）
③ 富士通健康保険組合

健連発第467号
令和4年12月7日

2. 表彰式
令和5年2月10日（津市）で開催する「生涯2

東京都情報サービス産業健康保険組合
理事長 安藤 文男殿

健康保険組合連合会
会長 宮永 俊一



令和4年度 体力づくり優秀組織表彰
『体力づくり国民会議長賞』の受賞について

平素より、本会の事業運営につきまして、多大なご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、文部科学省が実施する令和4年度体力づくり優秀組織表彰につきまして、9月に本会から貴組合を受賞候補組織としてご推薦いたしました。この度、同省スポーツ庁から別添文書（令和4年12月1日付4ス庁第1452号）により、「体力づくり国民会議長賞」受賞決定の通知がございましたので、ご連絡申し上げます。

貴組合が実施されております体力づくり事業のご功績が高く評価されましたことを、心よりお慶び申し上げます。

【担当：組合サポート部保健事業グループ】
TEL：03-3403-0947