



OMRON
オムロン
健康白書
2019年度

オムロンの健康経営

オムロンでは、イノベーションを生み出し、新たな社会的課題を解決していくには、多様な人財が、活力に満ち溢れ、ポテンシャルを発揮することが重要であると考えています。

これを実現するためには、社員の健康が最も重要な要素であると捉え、2017年7月に「健康経営宣言」を制定し、健康経営を全社で推進しています。

〈オムロン健康経営宣言〉

私たちオムロンは、世に先駆けたチャレンジによる、新たなソーシャルニーズの創造を目指します。そのためには、オムロンで働く社員全員の健康が経営の基盤と考え、皆が豊かで充実した生活を送れる環境をオムロン一体となって作り上げていきます。そして、笑顔と活力にあふれる健康的な職場を創造し続けることで、イノベーションを起こし、様々な社会的課題の解決に取り組んでいきます。

オムロン健康経営宣言は2017年7月に制定されました

※「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。



代表取締役社長 CEO

山田 義仁

YOSHIHITO YAMADA

《活動方針》

イノベーションを起こす 人と組織をつくる

前向きなチャレンジを促進する環境の中で、仕事にやりがいや楽しさを感じることができている

心身が健康で、社員が自分の人生を 楽しんでいる状態をつくる

健康に配慮した生活を心がけることで、仕事だけでなく趣味なども積極的に楽しんでいる

オムロンを卒業しても社会で 活躍し続ける社員でいっぱいにする

健康を維持向上することで、将来にわたって活躍できる可能性が広がり、充実した人生が送れる

《健康経営は人財戦略の1つ》

中期経営計画 V G 2.0で掲げる「イノベーションを創造する人財戦略」の基盤となるのが、まさに社員一人ひとりの「健康」です。健康であることが毎日の活力になり、家族の幸せ、社会の幸せにつながります。オムロンが目指す「健康経営」は、将来にわたる健康リスクの軽減を目指し、健康づくりを推進していく全社的な取り組みです。



人財戦略とは

多様な人財が活発に意見を交わし、連結することで新たな化学反応を起こし、楽しみながらイノベーションを創造する「人」「組織」「風土」「環境」を強化します。

II

健康経営

働きがい、生きがいのある生活の実現



心(メンタル)と身体(フィジカル)の両面が健康で、いきいきと人生を楽しむ。

《「Boost5」はオムロン共通の健康ものさし》



「Boost5」とは、健康経営を推進するためのベースとなる、心身の健康状態を把握するための項目です。オムロンで働く社員全員が充実した人生を送るため、将来にわたる健康リスクの低減を目指すための項目として設定しました。

※項目の達成度を測る情報は、健康診断やストレスチェック等から取得し、全体傾向として把握され今後の施策に活用していきます。結果は、毎年「健康白書」で報告します。

健康づくりを応援する5つの指標

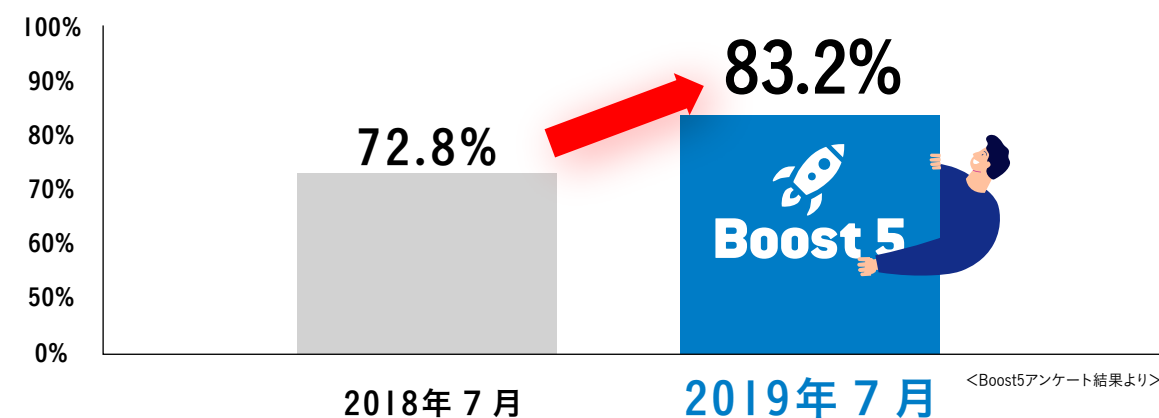


《健康経営「Boost5」の浸透》

「Boost5」の取組みは、5つの指標を一つでも多く達成できる社員が増えるよう、浸透を狙ったイベントと、特別意識をしなくても健康行動に結びつく環境整備の両面で進めています。

その結果、健康経営について知っている社員は80%を超えており、浸透度は上昇しています。

健康経営「Boost5」の取組みを知っている社員の割合



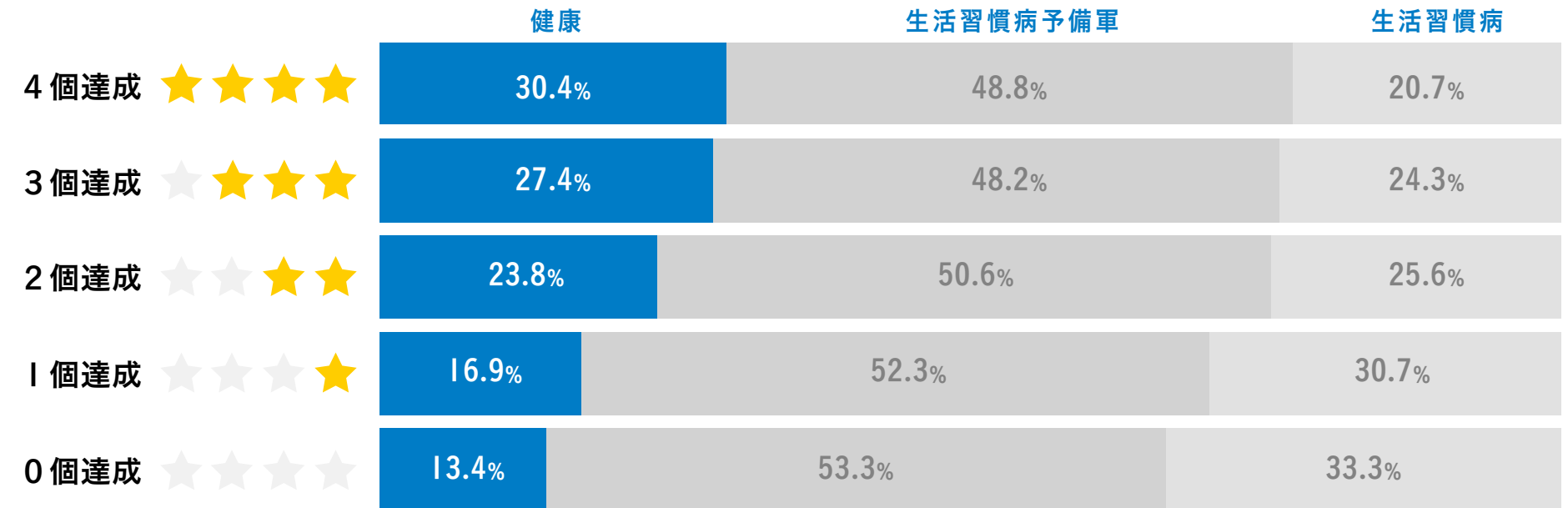


「Boost5」の取組み

《① Boost5 達成項目数と健康状態の関係》

3 個以上の達成を目指しており、
達成項目が多いほど
良好な健康状態だとわかる

※メンタルヘルスを除く 4 項目でアンケートを実施



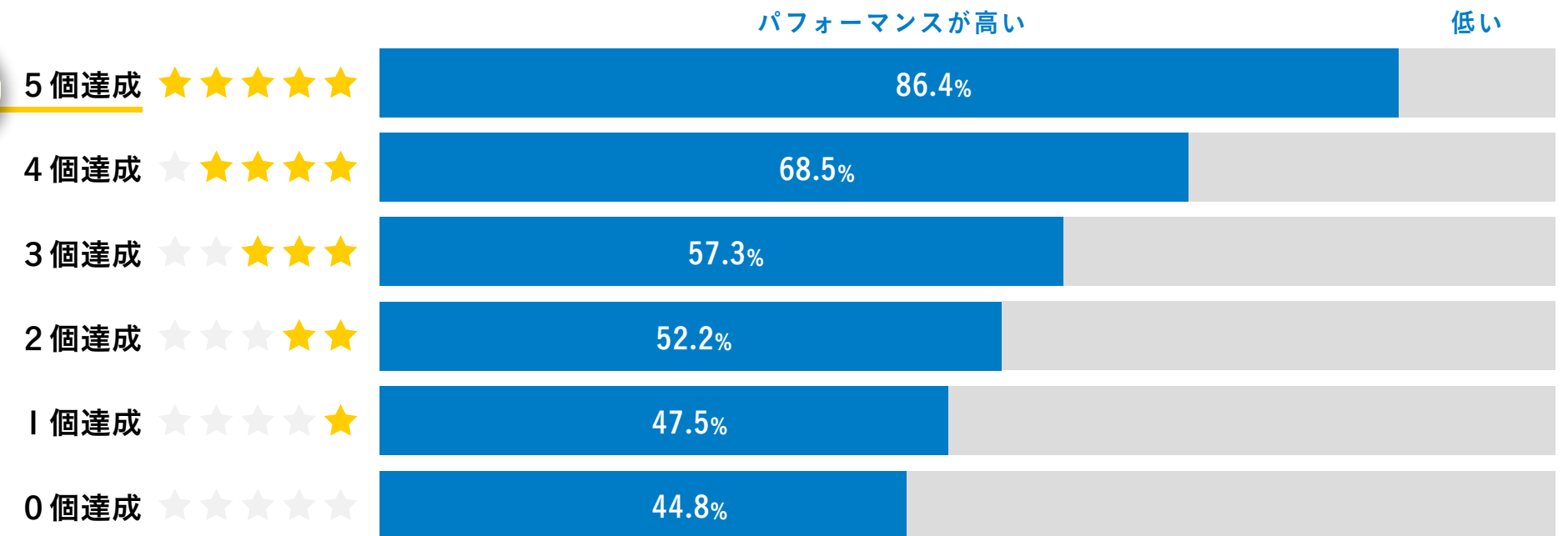
《② Boost5 達成項目数とパフォーマンスの関係》

達成項目が多いほど
パフォーマンスが高い

※パフォーマンスの測定は、WHO-HPQ (World Health Organization Health and Work Performance Questionnaire) による



Boost5全項目達成者には「Boost5マイスター」
として表彰し、5つ星のピンバッジを贈呈



2019年度 注力テーマ:「タバコ」

2020年4月より、「国内オムロングループにおける休憩時間を含む就業時間内の全社禁煙化」がスタートしました。これに向けたおもな禁煙支援施策として、チームでサポートしながらタバコ卒業を目指すイベント「卒煙マラソン」を実施しました。

《喫煙リスク》

喫煙リスク①タバコと歯周病の関係

喫煙者のほうが歯周病が重症化しやすい傾向

オムロン健保加入者のうち
歯周病発症者における重症者割合
(30~69歳の合計)

5年連続
非喫煙群
(n:3,684) **8%**

5年連続
喫煙群
(n:608) **16%**



<オムロン健保調べ>

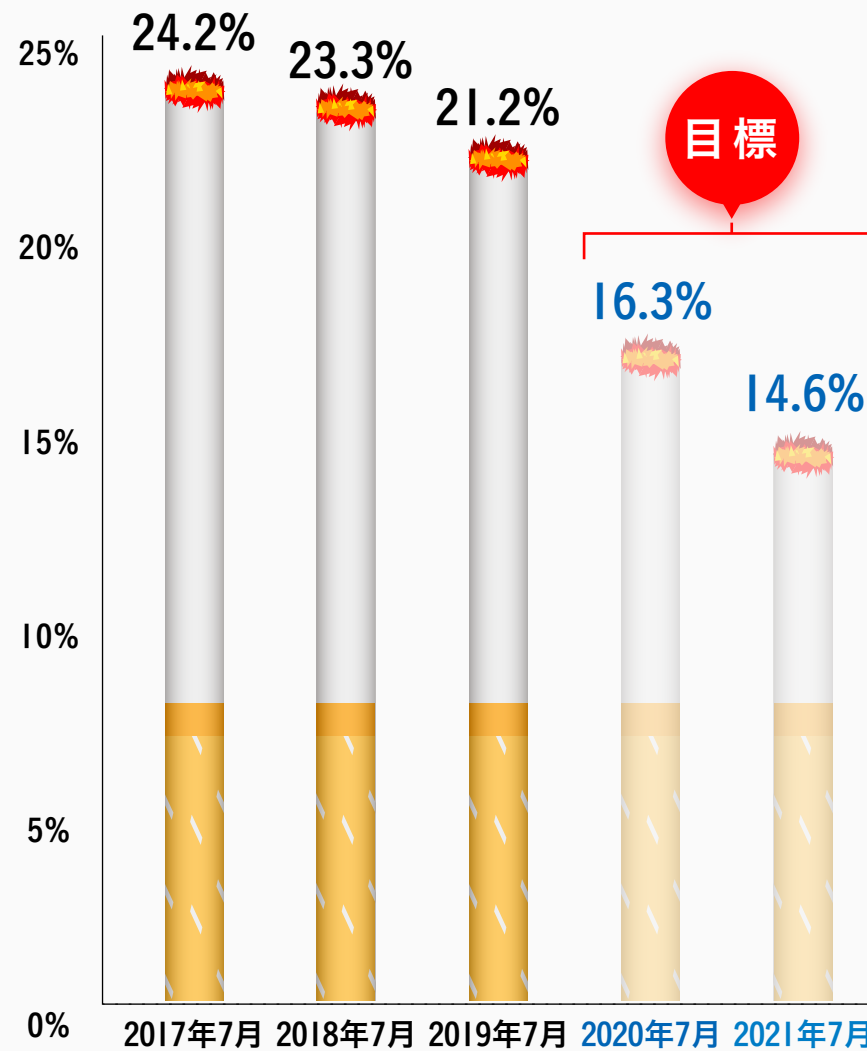
喫煙リスク②三次喫煙

三次喫煙とは:タバコを消した後の残留物から有害物質を吸入すること
タバコの煙成分が壁やカーテンや衣服などにしみ込み、煙が消えた後も有害物質を放出し続け、それによって健康被害を受けることをいいます。

Q.1 「三次喫煙」を知っていますか?	38.0% 知らない	62.0% 知っている
Q.2 電子たばこ・加熱式たばこでも、喫煙者・非喫煙者双方に健康リスクがあることを知っていますか?	33.0% 知らない	67.0% 知っている
Q.3 職場(敷地内やビル内)で「三次喫煙」を感じますか?	35.0% 感じる	65.0% 感じない

<Boost5アンケート結果より>

《喫煙率の推移と目標》



<Boost5アンケート結果より>

《さまざまな取組み》

「卒煙マラソン」イベントの実施



国内オムロングループ全体での禁煙化啓発



「卒煙マラソン」完走チームインタビュー



「卒煙マラソン」とは、3人1組(喫煙者:チャレンジャー2名+非喫煙者:サポーター1名)のチーム制で参加するイベントです。禁煙達成までの期間を3か月に設定し、ゴール達成に向けチームで取組みます。



所在地: 京都

チーム名: がんちゃん&かまちゃんWith.Y



所在地: 広島

チーム名: TEAM 吸わSANYO



所在地: 新潟

チーム名: Clean lung

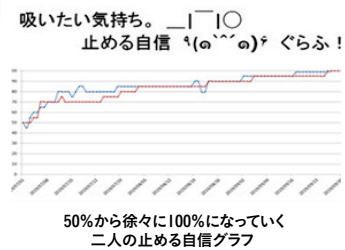
チャレンジャーの職場が離れているチームには交換日記が特效薬!?

Q:「卒煙マラソン」で、見事卒煙を成功!勝因は?

A:お互いの感情も含めて日々の禁煙状況を記録していった「吸いたい気持ち、止める自信グラフ」です。それぞれの職場が離れている中で、日々お互いを励ましあうために考案しました!

Q:「吸いたい気持ち、止める自信グラフ」の効果は?

A:パートナーの吸いたい気持ちの変化や、禁煙外来に行っているか、薬は飲んでいるかなどが更新されると状況が良く分かり、安心して“よし自分も頑張ろう”と思えました。逆に更新が数日なかったりすると、“もしかしたら吸ってしまった?”と不安になることも。全てを記録しているので、後から読み返してみると、初期の頃の苦しさなども思い起こされ感慨深いです。



! 事務局コメント

「吸いたい気持ち、止める自信グラフ」は、禁煙開始から卒煙までのドキュメントが記録されていて、大変興味深い内容になっています。またチャレンジャーのお二人から、禁煙外来の処方薬は絶大の効果があり、ぜひ利用してみたいとのコメントがありました。

「チームやったからいけました!」

Q:「卒煙マラソン」で、見事卒煙を成功!勝因は?

A:チーム制で取り組めたのがとても有効でした。一緒にチャレンジしているのが上司だったので、出張や飲み会の席でもお互いに牽制して、「リタイアしたら罰金だ!」なんて冗談も言い合っていました。そんな二人でしたが、お互いに“吸わない”という絶対的な信頼感がありました。

Q:過去3度の禁煙挑戦を経て、見事卒煙チャレンジができた一番の要因は?

A:周りの環境です。以前の事務所は全員が喫煙者で、かつ車での移動が多かったため、匂いにつられて、なかなかうまくいきませんでした。今の事務所は喫煙者が少なく、さらに2階のオフィスから6階の喫煙室まで行くのも大変だったので禁煙にはもってこいでした。

! 事務局コメント

職場ではチャレンジャーのお二人が最後の喫煙者でした。会社を含め、世の中全体が「タバコが吸いにくい環境」になっていくなか、チームでチャレンジすることによって吸わない気持ちをさらに強化でき、卒煙成就に結びついたのだと思いました。

卒煙までの険しい道のりを乗り越えろ!スタンプラリーで沿道の大声援をゲット!!

Q:「卒煙マラソン」で、見事卒煙を成功!勝因は?

A:独自に作成した「スタンプラリー」です。はじめは今日我慢できたら、翌日サポーターからハンコをもらい、数が増えていくことを励みにしていました。ある時に“マラソンなら沿道からもっと沢山の声援があっても良いのになあ”と思うようになり、周りに事情を話すと、事業所の様々な方に日替わりでハンコを押しってもらうようになりました。



最後までハンコで埋めつくされたスタンプラリー

Q:「スタンプラリー」の効果は?

A:多くの方々に知っていただき、ハンコをもらえることがさらなるモチベーション向上につながりました。特に工場長をはじめとする上役の皆さんからハンコをいただいたときはこれは裏切れないぞ、とも思いました。

! 事務局コメント

「スタンプラリー」は素晴らしいアイデアです。事業所の大勢のメンバーを自らの応援団にしたチャレンジャー。まさにオムロンの「卒煙マラソンアンバサダー」に任命すべきだと思いました!

2020年度 注力テーマ:「運動」

2019年度

計画・実行

結果

改善アクション

2020年度へ

PLAN&DO.1 各種ポスターの掲示



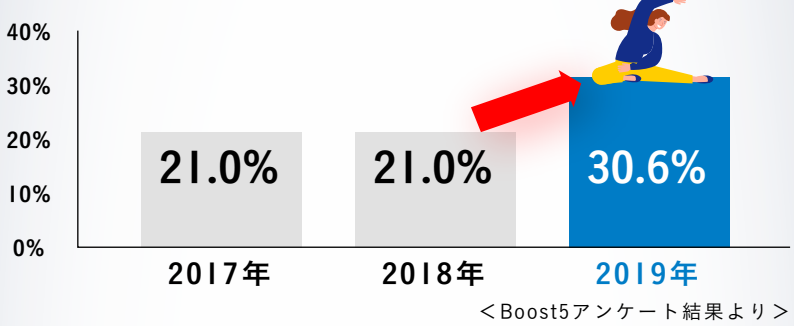
PLAN&DO.2 各種イベントの開催



ヨガ教室開催

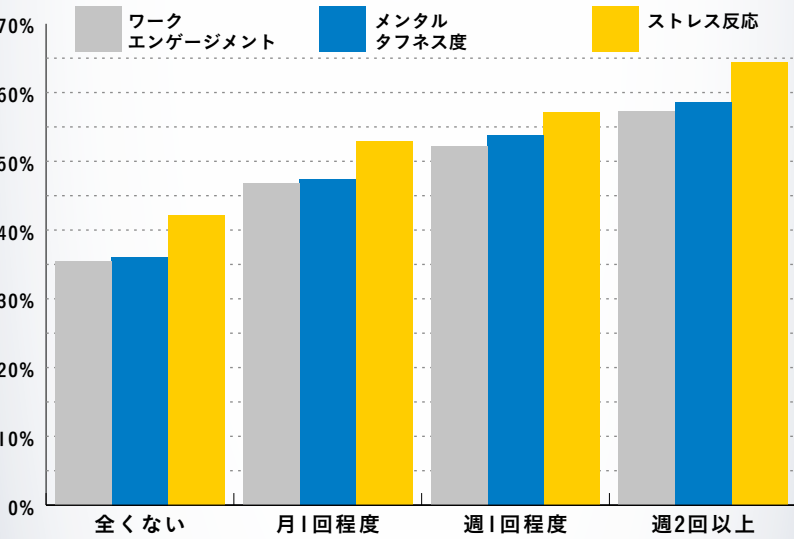
ウォーキングイベント2019開催

CHECK.1 Boost5「運動」達成率が向上



CHECK.2 運動習慣がある社員ほどメンタルヘルスが良好

ストレスチェックの結果(ワークエンゲージメント、メンタルタフネス度、ストレス反応)が良好な社員数の割合を運動の頻度別に分析。運動頻度が高いほど、よりよい結果となっています。



注、「ストレスチェックの結果が良好」の判定基準:
オムロン全社ベースのストレスチェック結果(ワークエンゲージメント、メンタルタフネス度、ストレス反応)の偏差値を基準として用いた

<2019年ストレスチェックおよびBoost5アンケート結果より>

ACTION.1 日常生活の中に「運動」を取り入れることができる施策

健康になろうという個人の努力をサポート
無意識にからだを動かす仕組み・仕掛け

ACTION.2 Boost5「運動」の定義のさらなる浸透

Boost5での運動の定義
「スポーツをすること≠運動」ではなく、日常の中での活動も含み、運動と定義します。

ACTION.3 今日からできる運動習慣

- 1 階段をつかう
- 2 ひと駅分/バス停ひとつ分歩く
- 3 ラジオ体操

などなど、身近なことから始めましょう!





コラボヘルスの推進

コラボヘルスとは？

企業と健康保険組合が連携して社員やその家族に対し効率かつ効果的に健康の維持増進を行うことです。オムロン健康保険組合では、コラボヘルスで様々な保健事業を実施しています。

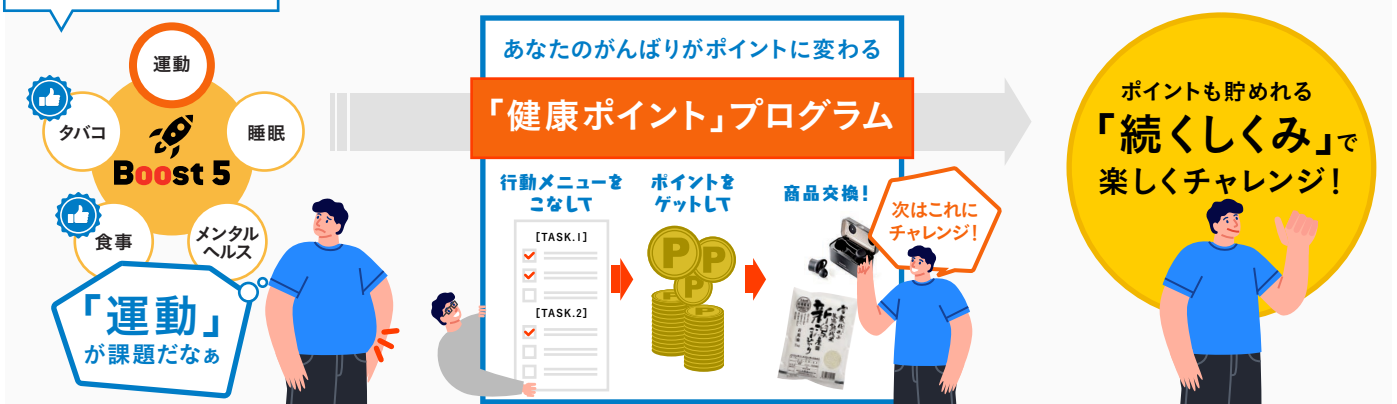
健康ポイント

▶▶▶▶▶ 2018年4月より開始

オムロン健康保険組合は、オムロン健康経営と連携して保健事業を推進しています。具体的には、健康イベントの参加者に、「健康ポイント」でボーナスポイントを付与するなど、社員の健康習慣づくりを後押ししています。

Boost5の達成状況は、ハピルス「健康ポータル」から確認できます。未達成項目を意識することが、日常の行動に変化をもたらすきっかけになります。当健保では、心身ともに健康でありたいと積極的に行動する人を増やしていきたいと考えています。

事業のねらい



「健康ポイント」プログラムのしくみ

STEP.1 行動目標を立てる

日常生活で取り組める行動メニューを自分で選択（複数可）。

僕は外食多めだから夜の食事を気をつけよう！

STEP.2 ポイントを貯める

選んだ行動を日々取り組み、記録してポイントを貯める。

STEP.3 商品交換

貯めたポイントは様々な商品やベネポに交換が可能。

※写真はイメージです。

卒煙サポート

2019年度から2020年度の2年間、「機会があれば禁煙したい」社員を対象に補助を実施しています。

《卒煙マラソン》の実施

達成チームに健康ポイントを付与



《費用補助》の実施

卒煙達成者に対し、卒煙にかかった費用を補助

	禁煙外来	アプリ禁煙外来	禁煙補助剤
特徴	自分で禁煙外来を選び、医師指導や服薬で禁煙	スマホで指導を受けながら自宅に郵送される薬で禁煙	ニコチンパッチおよびニコチンガムで禁煙
期間	3ヶ月で5回受診	2ヶ月で3回オンライン受診	補助剤で3ヶ月以上禁煙
卒煙達成者への健保補助上限額	27,000円	20,000円	20,000円

風疹予防

会社の定期健康診断と連動した「風疹抗体検査」と個別の「風疹ワクチン接種」の費用補助を実施しています。※国からのクーポン対象者は対象外

抗体検査の補助

(2020.3月末時点)

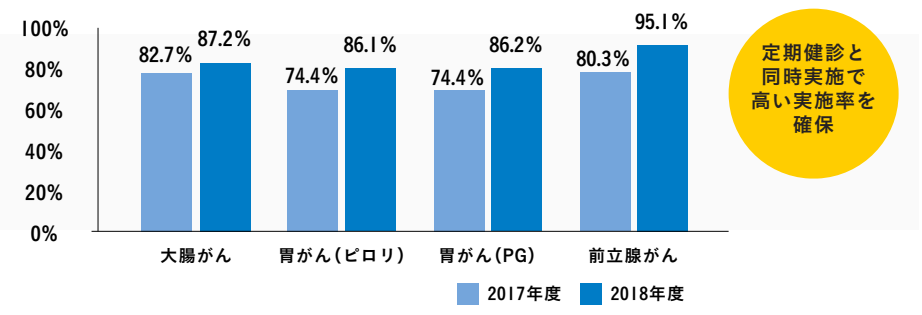
定期健診 4308人 + 個人 30人 = **4338人** が実施！



がん検診

定期健康診断でがん検診を同時に実施することで、受診者の増加につながっています。

定期健診でがん検診も継続実施中



トピックス

TOPICS.1

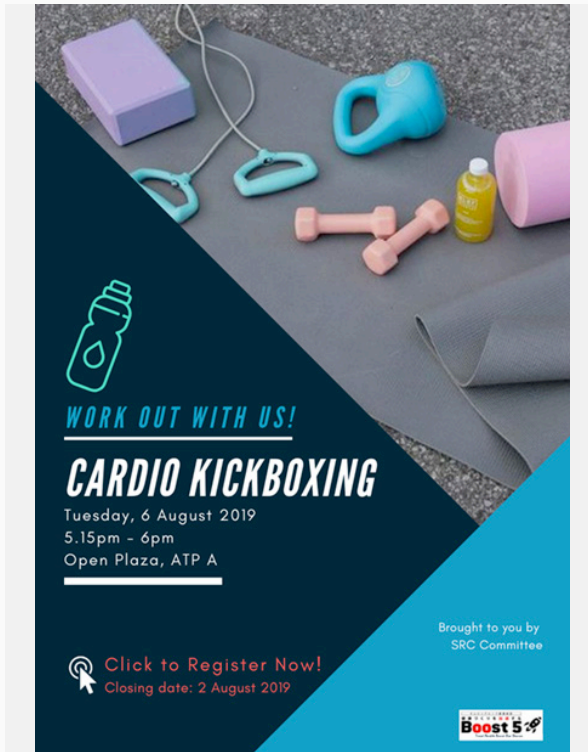
2年連続「健康経営銘柄」を取得しました



オムロン(株)は、経済産業省と東京証券取引所が選定する「健康経営銘柄」に2年連続で選ばれました。「健康経営銘柄」企業とは、東証の上場会社のうち、従業員等の健康管理を経営的な視点から戦略的に実践している優良企業のことです。オムロンは経営トップ自らがリーダーとなって取り組みを推進し、定量的な目標である5つの重点テーマ(運動・睡眠・メンタルヘルス・食事・タバコ)「Boost5」を設定し、達成に向けた取り組み、成果を、積極的に情報開示、発信し自らの活動の改善に活かしている点が評価され、2年連続の認定となりました。

TOPICS.2

「Boost5」の取り組み世界でチャレンジ中!

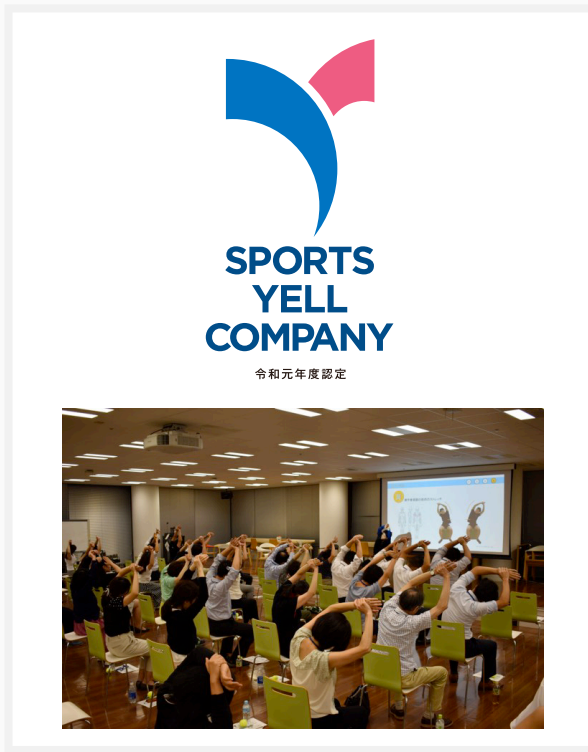


【地域：アジア・パシフィック】

オムロンでは、世界の各エリアにおいても「Boost 5」をベースにした活動を行うなど、グローバルで健康経営を推進しています。特に「運動」の取り組みは活発で、全社員1日1万歩チャレンジ、体重減量競争、キックボクシング教室などが行われています。運動以外にも、食堂でのフルーツの無料提供やメンタルヘルスの相談先の設置、専門家による禁煙支援など、各国地域の課題やニーズに応じた健康施策を積極的に展開し、エリア独自の目標達成を目指しています。

TOPICS.3

「スポーツエールカンパニー」の認定を受けました



オムロン(株)およびオムロンヘルスケア(株)は、「令和元年度 スポーツエールカンパニー」に認定されました。「スポーツエールカンパニー」とは、スポーツ庁が「働き盛り世代」のスポーツ実施促進を目的に、社員の健康増進のためにスポーツの実施に向けた積極的な取り組みを行っている企業を認定する制度です。オムロンは、ウォーキングイベントの開催、始業前体操の実施、運動部の活動費補助など、多岐にわたる運動機会の提供やサポートを行っており、これらの点が評価されました。

TOPICS.4

社会的責任を果たすために～風疹の抗体検査を実施～



近年流行している風疹は、妊娠初期の女性が感染すると、赤ちゃんに白内障、先天性心疾患、難聴などの「先天性風疹症候群」をもたらす恐れがあります。オムロンでは、オムロン健康保険組合の協力を得て、役員を含むすべての社員に風疹抗体検査の実施とワクチン接種の補助を行っています。特に抗体検査は、社員の負担を考慮し、定期健康診断での実施を進めています。風疹から社員を守る、家族を守る、そして感染拡大防止という社会的課題の解決に向けて取り組んでいます。