

日夜問わず顧客の安全を守る社員に寄り添い 業務に合わせた健康づくりをサポート

REPORT 2

確かな技術で安全を守る
地域の警備会社

株式会社 セクテック

<https://security-house-tajimi.com/>

各企業に最適なセキュリティシステムを提案し、設計から施工、アフターサービスまで一貫してサポート。導入企業は県内を中心に東海地方で現在3,500社を超え、365日24時間体制で企業の安全を守っている。



〒507-0037 多治見市音羽町4-85
TEL.0572-21-3231

創 業 ● 1997年11月
代 表 者 ● 代表取締役 古賀 政男
従 業 員 数 ● 37名 (男性24名・女性13名)



清流の国ぎふ健康経営推進事業 従業員の健康は 企業の健康!

▶ 岐阜県民 (働き盛り世代) の健康状態

	BMI 25以上	肝機能 GPT51以上	空腹時血糖 126以上	HbA1c 6.5以上	LDLコレステロール 140以上	収縮期血圧 140以上	拡張期血圧 90以上
全国における 岐阜県の順位*	6位	1位	1位	8位	10位	18位	14位
	26.1%	5.1%	4.8%	6.6%	28.4%	17.7%	12.0%
全国(参考)	28.4%	5.7%	5.8%	7.0%	29.6%	17.1%	12.5%

*健康状態の良い方が上位

※出典 / 厚生労働省NDBデータ (H30)

▶ 50歳で高血圧の治療を開始した場合 医療費はどのくらいかかるでしょうか?

年齢	50歳	55歳	60歳	65歳	70歳	75歳	→
病気の経過	高血圧 7万円×25年 → 175万円		糖尿病 15万円×20年 → 300万円		脂質異常症 9万円×15年 → 135万円		つづく
	25年間の医療費合計 1,115万円		高尿酸血症 7万円×15年 → 105万円		心筋梗塞 手術 → 400万円		

※金額は、病状・治療法等により個人差があります。

▶ 企業が健康経営に取り組むメリット

- 医療費の抑制 事故、労災等のリスク減少
- 生産性の向上 組織の活性化、仕事満足度の向上
- 優秀な人材の確保 顕彰や公表によるイメージアップ

投資家も働く人の健康に
注目しています!

業績向上
+
企業価値向上

▶ 健康経営を続ける企業からは、こんな声が届いています

健康経営の
充実が転職の
理由になった

65歳以上の方の
応募・就職が増加

従業員の
職場に対する
満足感UP

血圧正常値の
従業員が増加

健康経営で、今すぐ働き盛り世代の
健康づくりを始めましょう!

※「健康経営」は、特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。



清流の国ぎふ
健康経営推進事業の
詳細はこちら





24時間365日体制で警備にあたるセクテック。夜勤時は特に、カップ麺や菓子パンなど栄養の偏った簡単な食事で済ませる社員が多く、慢性的な運動不足も目立っていました。生活習慣病のリスクが高まる30~40代の社員の割合が多いこともあり、健康診断で肥満や血糖値の高さが続く事態に。社会保険労務士から健康経営を紹介され、求人対策のためにも2021年から本格的に取り組みを開始。健康チャレンジ委員会を立ち上げ、食事改善のための環境の整備や社員の健康意識向上に取り組んでいます。



夜勤でも健康な食事をとれる「置き型社食」を導入

夜勤等で食生活が乱れがちな社員が、社内で手軽に健康的な食事をとれるような工夫はないかと導入したのが「置き型社食」です。社内に小型の冷蔵庫を設置し、そこにサラダやフルーツ、煮魚等のほか、栄養バランスの良い惣菜が用意され、24時間使用



できます。費用は会社が半額を負担しているため、社員は1個50円や

一般健康診断を生活習慣病予防健診に変更 早期のがんを発見した人も

100円ほどの低額で購入可能です。間食やお菓子代わりに利用する人もいて、時間帯によっては在庫がなくなるほど多くの社員が利用しています。

また、同じ多治見市にあるタニカ電器製のヨーグルトメーカーで作ったヨーグルトを無料で提供しています。さらに会社の女関先に設置された自動販売機には野菜ジュースや青汁、黒酢ドリンク等を導入。野菜不足や栄養の偏りが目立っていた社員の食事改善に貢献しています。

保健指導後もフォローを継続 フォローを継続 月に1度のストレッチエック

セクテックでは、特定保健指導を受けた社員へのフォローを大切にしています。窓口となる担当者が保健師と月に2度連絡を取り、社員の生活改善の様子を伝えたり、社員から受け付けた相談を伝え、アドバイスを受け取っています。実際に食



事改善の指導を受けて塩分を控えるなど日々の食事を見直し、1年を通じて保健師と「ミニミニケージョン」を取り合いながら、約7kgの減量に成功した社員もいます。

また、ストレッチエックにはスマートハリスという機械を導入しています。機械に指を数分入れるだけで心拍数や自律神経の動きなどを測ることができ、精神的・身体的ストレスの状態をチェックできます。全社員が月に一度実施し、半年分の結果を、改善コメントを付けて配布。毎月継続することで、社員それぞれが自分のストレス状態に関心を持つようになりました。会社としても産業医と連携し、高ストレス者への面談の実施や会社全体の改善に向けて取り組んでいます。

もらうため、毎朝の朝礼時に動画を使ってストレッチを行っています。また22年には筋力アップやヨガをテーマにした運動講座を計3回実施。参加した社員からは、運動不足や年齢による衰えを実感し反省する声が聞かれました。

他にも外部から講師を招いて、喫煙者向けの講習や女性特有の病気に関する講座を開催。女性向けの講座では、乳がんのセルフチェックの仕方について模型を使って学びました。参加した女性社員は「講座は女性のみで参加で、講師も親身に応えてくれたので安心して質問できた。他の人の質問から新たな気づきもあって話しています。」

新たな気づきを得られる体験型の講座を開催

パソコンから運動への意識を高めて



情報満載のお便りを毎月発行



健診や講習があるとき以外にも健康を意識してもらうため、健康や食事に関する情報を掲載する「健康チャレンジ便り」、女性特有の病気や悩みに関する情報を掲載する「女性のための健康チャレンジ便り」を月に1回発行しています。さらに年に数回、特定の症例にスポットを当てた「健康だより」も発行。これらのお便りは、社内の掲示版への掲示と回覧により社員に周知しています。

お便りに掲載する内容は、全て担当社員が自ら調べて作成しています。花粉症など各月の健康の話題や、旬の食材を使った簡単レシピなどを紹介。女性にとって気になる肌トラブルや冷え性など、社員が興味を持って目を通してくれるような内容を選んでいます。お便りやその他健康経営の取組みは、ホームページやYoutubeでも公開し健康経営の普及にも取り組んでいます。



健康経営を通じた社会貢献

健康経営の取り組みを始めて以降、置き型社食で意識的に野菜を摂取したり、自発的にストレッチを行ったりと社員の健康意識に変化がみられています。社員同士でも「体重を減らすにはどんな運動がいいか」「食事は何がいいか」など、健康に関する

話題が出るようになってきました。今後も引き続き健康経営に取り組む一方、多治見市保健センターと意見交換などを行い、地域のより多くの会社が健康経営に取り組めるような貢献活動も行っていく予定です。担当社員は「社員がより元気になる、多治見市が元気になって、多治見市に人が集まるような流れができれば」と意気込みを話しています。