

実績管理表～経年健康診断結果～

	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
従業員数(集計母数)	493名	487名	480名	471名	500名

健康診断結果	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
平均年齢	43.4歳	43.9歳	44.6歳	45.0歳	45.7歳
健康診断受診率	100%	100%	100%	100%	100%
定期健康診断要管理者率	74.4%	75.4%	77.7%	78.3%	77.0%
要受診(総合判定D)受診報告率	86.3%	86.6%	76.3%	72.0%	
適正体重率(BMI18.5～24.9)	59.0%	61.0%	61.0%	57.3%	44.0%
血圧要管理者率	25.4%	26.7%	28.3%	24.2%	22.0%
血中脂質要管理者率	39.1%	40.2%	39.6%	36.1%	34.6%
糖尿要管理者率	18.3%	18.7%	16.9%	17.2%	17.4%

実績管理表②～経年生活習慣の状況～

* 健診時間診結果

	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
従業員数(集計母数)	493名	487名	480名	471名	500名
喫煙率	18.9%	20.9%	18.8%	17.6%	18.4%
定期的な運動習慣あり	35.1%	39.2%	32.3%	20.6%	25.6%
朝食摂取率	73.7%	74.9%	87.0%	73.5%	74.0%
睡眠時間十分	67.9%	62.0%	58.9%	62.4%	61.6%

実績管理表③～ストレスチェック実施結果～

	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
対象母数					
ストレスチェック受検率	96.2%	95.7%	98.1%	97.7%	98.9%
高ストレス者率	13.2%	11.4%	12.0%	12.6%	12.6%

実績管理表④～各種施策の実施・参加状況～

	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
介護研修受講率 * 事後アンケート回答数で集計	—	—	—	—	4.4%
女性健康教育受講率 * 事後アンケート回答数で集計	—	—	—	15.0%	12.0%
活動量計貸与・保有率	62.7%	63.4%	62.7%	59.2%	—
健康支援アプリ^{*1}利用率		42.7%	45.1%	70.8 %	79.0%

<健康支援アプリ>

2019年度よりIHIグループ健康保険組合により提供され、「Pep Up」を全従業員利用可能にしている。年間を通じて一人ひとりがスマホやPCから健診結果や健康年齢などの健康状況の閲覧はもちろん、体重や血圧、歩数・食事・睡眠などの健康習慣目標に向けた日々記録・管理ができ、健康サイクルを作るアプリです。

コロナ禍での外出自粛や在宅勤務の普及により運動不足感を歩数で見える化し、健康意識この健康支援アプリを用いたウォーキングイベントを全社で毎年開催しています。



The logo for 'PepUp' features the word 'Pep' in a light blue, rounded font and 'Up' in a yellow, rounded font, with a small blue dot above the 'p' in 'Up'.

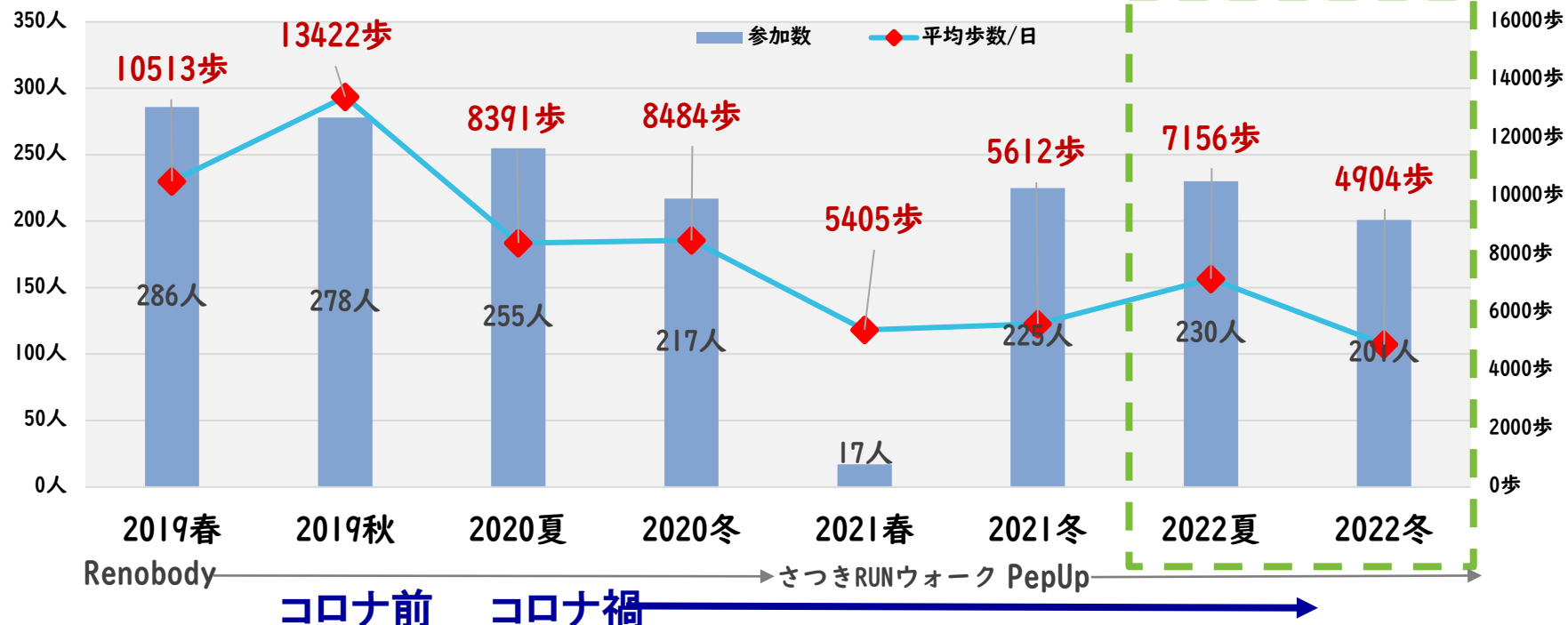


各種施策の実施状況①～ウォーキングイベント～

	2018年度		2019年度		2020年度		2021	2022年度	
	秋	冬	春	秋	夏	冬	冬	夏	冬
ウォーキングイベント参加率	69.8%	71.8%	93.8%	91.1%	83.6%	71.1%	46.0%	46.9%	41.4%
イベント期間中平均歩数	11339歩	10504歩	10513歩	13422歩	8391歩	8484歩	5612歩	7156歩	4904歩

*～2020年度活動量計所持者のうち参加率，2021年度からは全従業員を対象とした参加率

IS3過去ウォーキングイベント参加者数と1日平均歩数



各種施策の実施状況②～特定保健指導～

2022～時間栄養学を用いたウェルビーイング向上プログラム

目指す姿：健康余力をつくり，ウェルビーイング向上へ

- ・誰もが無理なく続くプログラムであること
- ・健康改善のために，減量目的や無理な制限中心のイメージ払しょくし，人生の豊かさを実感できること

よくある(よく聞く)保健指導のイメージ IHI

減量目的
制限中心

「やせろ!」「やめろ!」「やれ!」
制限やノルマを課せられそう...

今はそのタイミングじゃないのに...

Copyright © 2022 IHI Corporation All Rights Reserved.

ベスト体調に近づける3STEP IHI

筋肉を減らさず余剰脂肪だけ減らすために
★減らすは一番最後

STEP3: 食事量を減らす
↑
STEP2: 活動量を増やす
↑
STEP1: 生活・食事リズムを整える

Copyright © 2022 IHI Corporation All Rights Reserved.

ベスト体調 ← 本来もっている力を最大限発揮できている状態

初回

健康余力

健康上の大きな問題は感じないが健康リ余力はゼロ

イマイチ体調

← 疲れやすく、病気になりやすい状態

Copyright © 2022 IHI Corporation All Rights Reserved.

～特定保健指導実施率と指導効果～

	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
特定保健指導実施率	32.4%	68.0%	75.0%	88.0%	算出中

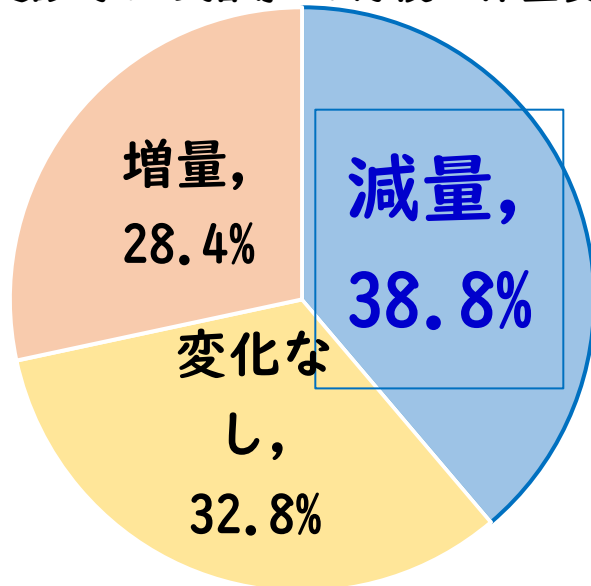
特定保健指導効果～時間栄養学プログラム切替～

【体重の変化】

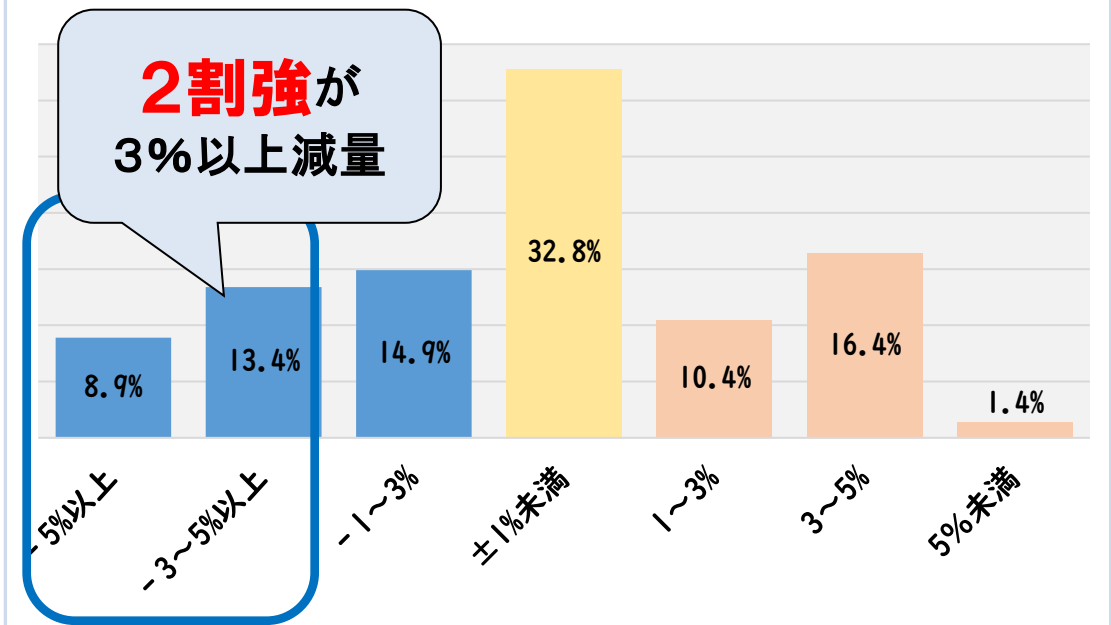
平均: -0.5kg減(-0.8%)

MAX: -8.1kg減(-11%)

健診時から指導3カ月後の体重変化



体重の変化(詳細)



パフォーマンス指標①～アブセンティーズム～

	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
休業・休職率 (健康上の理由)	2.3%	2.0%	2.0%	3.2%	3.6%
休業日数	-	-	4.9日	6.1日	2.9日

＜測定方法＞ 休業日数：年度の私傷病休暇発生日数(年休・繰越年休はカウント外)の全従業員平均

★休業・休職率の増加の背景について

「疾病と就業の両立支援」の観点から、傷病休業された従業員向けの「再適応支援の手引き」を策定し、それに基づく支援の充実を図っています。やむを得ず、疾病罹患や健康上の理由が生じた場合、本来パフォーマンスを発揮できないことは従業員にとって不本意なことです。適切なタイミングで療養に入り、療養から職場復帰後に再適応するまでの期間を十分見積り、支援しています。再適応までのプロセスにおいて、従業員本人やご家族、主治医の先生と連携しながら、全員が安心できる職場復帰を支援しています。

パフォーマンス指標②～プレゼンティーズム～

	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
①SPQ(東大1項目)	-	-	-	-	23.2%
②就業制限率(健康上の理由)	4.1%	3.3%	3.1%	6.9%	-
③起床時の疲労回復度	-	-	3.0	3.0	3.0

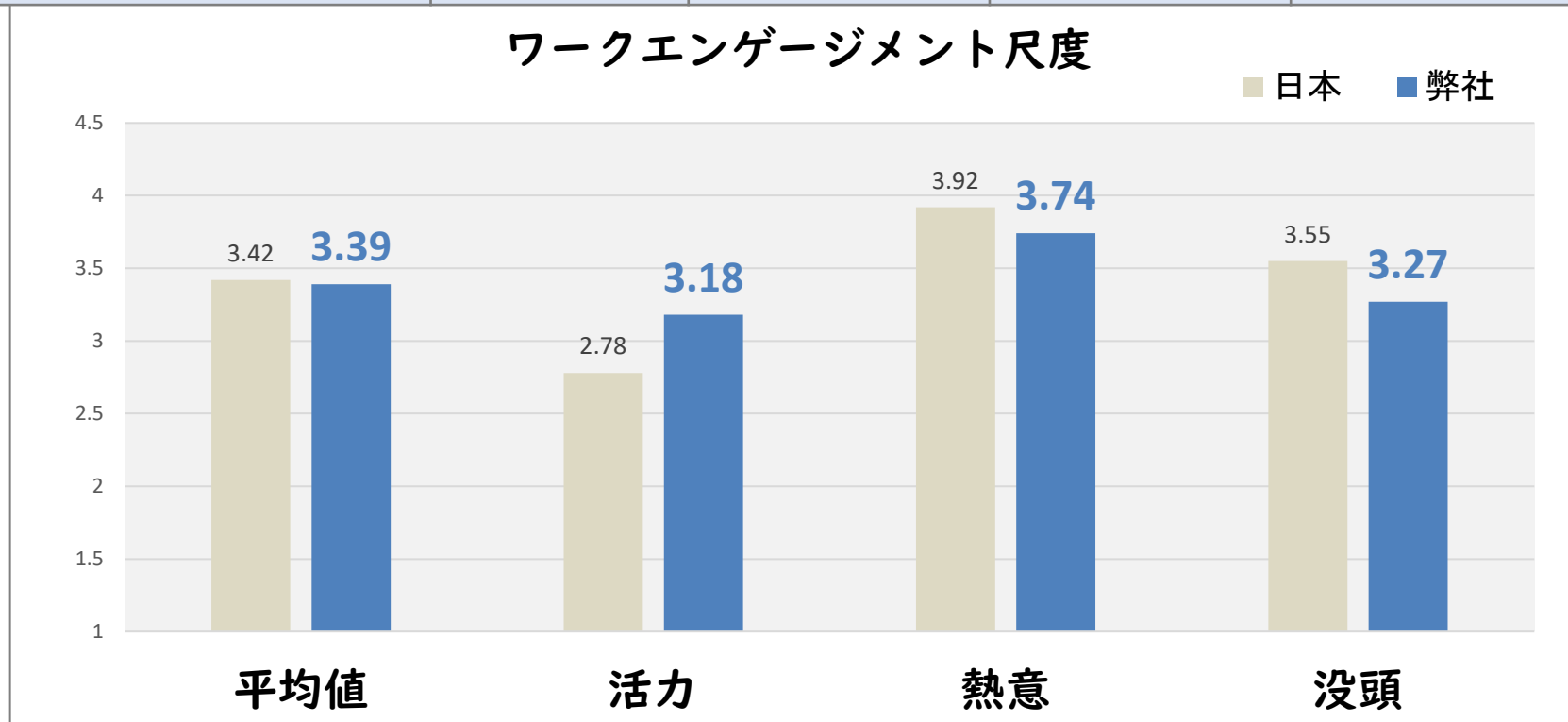
＜測定方法＞ ①SPQ(東大1項目版) = 100% - 回答値

問：病気やけががないときに発揮できる仕事の出来を100%として過去4週間の自身の仕事を評価してください。

③問：朝起きた時に、十分疲れがとれていますか？(5点満点中の平均値)

パフォーマンス指標③～ワークエンゲージメント～

	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
①職場改善風土	—	—	3.6	3.7	3.7
ユトレヒト・ワークエンゲージメント尺度 (9項目版)	-	平均値	①活力	②熱意	③没頭
	2022年	3.39	3.18	3.74	3.27



<測定方法> ①問：あなたの職場には、継続的に職場を良くしていこうという風土がありますか？(5点満点中の平均値)
 ②ユトレヒト・ワークエンゲージメント尺度(9項目版)

実績管理表⑤～労働時間管理および安全衛生状況～

	2018年	2019年	2020年	2021年	2022年
時間外労働80時間/月超過数	0	0	0	0	0
平均年休取得日数* (管理職除く)	17.1日	17.3日	13.5日	14.6日	16.0日
在宅勤務実施率	-	-	74.6%	91.6%	86.6%

<安全衛生推進および災害対応の取り組み>

各月・各事業所で実施される安全衛生委員会において衛生管理者らによるミニ講話にて、IT企業でも起こりうる災害の意識づけを実施しています。

また、災害BCP訓練時に、救急対応に関する教育も同時開催しています。

4スライドで分かる
熱中症のメカニズム
なぜ、暑さだけで死ぬのか？

やるな！「ア・ネ・ゴ」
ア：アルコールの飲みすぎ
ネ：寝不足
ゴ：ご飯抜き
No

グッドコンテション！通信
～特別号～
年末年始安全衛生強化期間
実施期間：2022年12月1日～2023年1月15日

■ IS3軽微傷災害から学ぶ～事務所移動作業による腰痛発症～

1月4日 腰痛の予防
2月10日 作業中の痛み止めと鎮痛剤
3月10日 作業中の痛み止めと鎮痛剤
3月10日 作業中の痛み止めと鎮痛剤



衛生委員会や従業員啓発用の安全衛生資料例「熱中症予防」、「腰痛災害予防」