

健康経営の取り組み

健康測定会

健康経営で解決したい課題

- ・ 全従業員の筋力維持・増進に向けた「運動習慣の定着」と「意識づけ」
- ・ 人手不足を背景に、55歳以上のプレシニア層が定年後も安全に働き続けられる環境づくり



～会社全体が安心してベストを尽くせる職場へ～

労災事故ゼロ

生産性の維持・向上

課題解決の取り組み

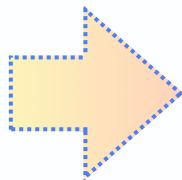
毎年、全従業員が参加する「健康測定会」を開催

健康測定会での取り組み内容

- ・ 体組成や身体のゆがみ、握力、野菜摂取量、血管年齢を多角的に計測
- ・ その場で運動指導士が一人ひとりの現状に応じた効果的なアクションを丁寧に指導

この取り組みを継続することで...

運動習慣の
定着



筋力の
維持・増進

健康意識
の向上



目標

健康測定を通じて、全従業員の意識と行動の変容を促し、
身体のアップデートを目指します。

現状の把握

測定結果から、自身の「体力・筋力・生活習慣」
を正確に認識

行動の変容

改善に向けた多様な情報を提供し、
自発的な生活習慣のアップデートを後押し

成果目標

全従業員の「体組成総合点数」の平均を
【0.5点以上改善】する

取り組みの評価結果

前年度に引き続き、
2025年11月と2026年7月の計2回「健康測定会」を実施。
体組成が改善した社員に朝礼で表彰するリワード制度を導入。

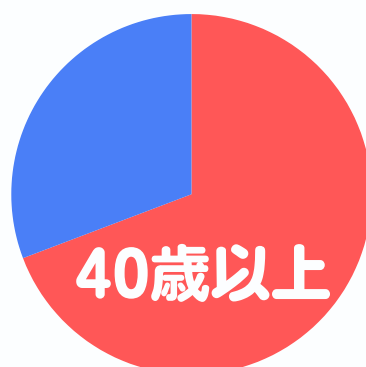
結果①

改善者数が5倍強増加



結果②

大幅に改善した13名のうち、
9名が中高年社員



※大幅に改善…3ポイント以上UP

生活習慣の見直しや運動の日常化
前向きな行動変容が顕著に表れる結果に！

本測定会は、大阪府管工事業健康保険組合様、枚方市スポーツ協会様のご協力のもと、2025年11月と2026年7月に実施しました。
今年度は、2026年11月にも実施する予定です。