

紹介します！安全・健康職場

サイショウ・エクスプレス(株)

健康と安全を両立するために

サイショウ・エクスプレス(株)は、関東圏を中心に催事に伴う運送や映像機器・建築資材の配送、産業廃棄物の収集および倉庫業務等を主な事業としている。トラックドライバーはどうしても不規則な勤務体制になってしまう上、トラックを駐車できる場所が限られることから、食事やトイレ等に行くにも制約があり、健康の維持に影響が出るという。そのような中、同社ではできるだけ会社で従業員の健康を支えようと、経営的な視点からさまざまな取組みを行っている。同社が行っている健康経営について、専務取締役の齋藤敦士さんにうかがった（写真）。

“健康経営”への取組みをスタート

同社が健康経営に取り組んだきっかけの1つは、がんなどの大きな病気で休職する従業員が毎年ひとりずつ続いたこと。そして、それに伴い新しい人材を募集したが、入社したトラックドライバーが1～2年で辞めてしまうことが相次ぎ、働く環境が悪いのではないかと思ったときには既に人手不足に陥ってしまっていた。一時は、募集をかけても応募する人すらない状況にまでなっていたと



写真 齋藤敦士さん

いう。

また当時、経理や従業員の健康管理を担当していた齋藤さんのお母様が亡くなったため、改めてこの会社を守っていかなければならないという責任感が湧いてきたが、さてどうするか悩んでいたそう。ちょうどそんなとき、新聞で“健康経営”の記事を見て、従業員の病気が減ったり、職場環境が良くなったり、コミュニケーションや生産性が向上したりと、求めているものがそこにあることに気付いた。そこで2017年1月、“健康経営”への取組みをスタートさせた。

健康診断“後”を大切に

数々の取組みの中で同社が一番大切に

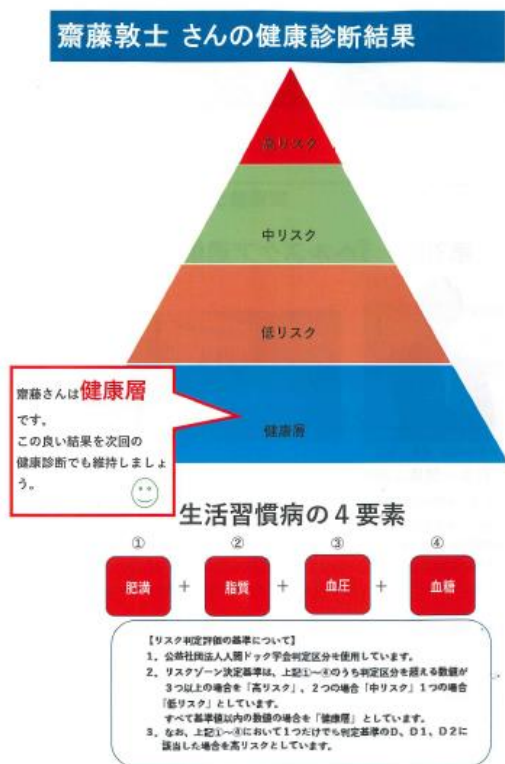
していることは、健康診断のアフターフォローだ。健康診断を受けるだけで終わらせず、必要な人には再検査受診勧告書を発行し、必ず再検査を受けてもらう。再検査を受診したら会社に再受診結果報告書等を提出する決まりとなっており、2020年も再検査受診率100%を達成した。医師からの診断結果を聞き、「再検診を受けてよかった」という声もあったという。

また、健康診断結果を基に、ヘルスケア通信（身体の成績表、**図**）を作成し、配布の際には全員を対象に健康管理士と管理栄養士による健康面談も実施している。この健康面談の結果を基に職場全体での健康上の課題を抽出して、健康講習会のテーマ設定等に活用しているようだ。

同社は産業医の選任が必須となる規模ではないが、同業5社共同で産業医を依頼している。おかげで、健康診断結果をきちんとチェックしてもらい、職場の実情に応じたアドバイスや就業上の措置に関する意見ももらうことができるようになっていた。健康診断結果が出てからほとんどタイムラグなしにアドバイスをもらえる点は、問題の早期発見や従業員の健康へのモチベーションアップにつながっている。

健康意識を高めるために

前述のような高い再検査受診率を達成するために、健康経営への取組み1年目は健康意識を浸透させることに尽力したという。自動販売機に商品のカロリーを



健康診断結果判定対象者		性別	年齢	検査日	検査時間
検査者	2	男性	40歳	2019年9月17日	40分

項目	単位	検査値	2019年9月17日		2018年9月17日		2016年9月17日	
			判定	傾向	判定	傾向	判定	傾向
身長	cm	175.5			175.6			175.3
体重	kg	72.4			71.1			70.5
BMI	kg/m ²	23.5	A	↑	23.1	A		23.0
腹囲	cm	89.9	A	↑	79.0	A		85.5
総脂質	mmol/L	129	A	↑	118	A		120
総コレステロール	mmol/L	84	A	↑	80	A		85
LDL-C	mmol/L	99	A	↑	97	A		98
HbA1c	%	5.5	A	↑	5.3	A		5.8
HDL-C	mmol/L	40	A	↑	69	A		52
LDL-C	mmol/L	80	A	↑	95	A		109
中性脂肪	mmol/L	30	A	↑	21	A		123
AST (GOT)	U/L	30	A	↑	21	A		24
ALT (GPT)	U/L	30	A	↑	26	A		55
γ-GTP	U/L	50	A	↑	34	A		58
尿酸値	mg/dL	400	A	↑	493	A		536
血圧	mmHg	131/86	A	↑	122/80	A		122/80
血糖値	mg/dL	116.6	A	↑	114.6	A		114.6

図 ヘルスケア通信

表示したり、ウォーキング活動を行ったり、事務所に血圧計や体重計を設置したりと、日常の中でさり気なく健康に意識が向くよう工夫した。また、2～3カ月おきに開催している健康講習会や、月に1回発行している社内報も従業員の健康意識の向上に役立たせているという。

講習会は、難しい知識を詰め込む内容ではなく、ヨガや歯磨き実習など、実際に身体を動かしてみ、まず自分の健康に興味をもってもらうきっかけづくりとしている。

また、社内報では講習会で伝えきれなかった部分を補うとともに、食事や運動に関する知識や「健康経営優良法人」取得のお知らせ等を掲載し、従業員だけでなく家族にも、健康づくりや働いている環境の状況を知らせるよう工夫をしているという。今後は従業員だけでなく家族の健康についても、よりサポートを進めていきたいという。家族の人たちにも健康診断を受けてもらうよう、受診の呼びかけを行っている。

「ご家族が倒れてしまうと、従業員の生活にも影響が出てきてしまいます。病気との闘いの大変さはよく知っているので、そうならないよう、サポートしていきたいと思います」。(齋藤さん、以下同)。

新型コロナウイルスへの取組み

同社では新型コロナウイルスの感染拡大を受け、東京都医師会、東京都福祉保健局、東京商工会議所共催の「感染症対応力向上プロジェクト」に参加し、令和2年7月に「感染症BCP」を策定した。万が一社内で感染が発生した場合に備え、各業務の代役をどうするかなどを従業員と相談しつつ、具体的な体制づくりを行

って全員で共有している。

「プロジェクトに参加するうちに“運輸を絶対に止めてはいけない”という気持ちが強くなりました。また、BCPを作成する中で、協力会社との連携やお客様のご理解の大切さも実感しました。最悪の事態を考えて最善を尽くせるよう体制づくりを行っていきたいと思います」

また、例年は希望者のみ申請制としていたインフルエンザの予防接種を全員に行ったり、持ち歩ける消毒ジェルを配布したり、マスク不足時には手作りのマスクを皆で作成したりと、常に状況に応じた必要な対策を考え、実施しているそうだ。

健康は安全につながる

同社では健康経営に取り組み始めてから、そこに魅力を感じ、求人に応募してくれる人が増えたという。また、さまざまな取組みを進める中でコミュニケーションの機会が増え、ひいては事故や作業ミスの減少にもつながっている。さらに、2018年1月から、取組みの一環としてトラックを全車両禁煙にしたおかげか、喫煙率も10%減少し、健康診断の数値が改善した人も6割いたそうだ。

「健康であることは安全にもつながりますし、事故によるけがも病気も、悪化させずしっかり早く治すためには普段から健康であることが重要です。従業員全員の健康と安全が両立できるよう、これからも取り組んでいきたいと思います」。

一人が抜けるといかに大きなダメージとなるかを知っている同社だからこそ、従業員一人ひとりの健康に真摯しんしに向き合っていることを実感した。

(編集部)