

キャノンプレジジョンの健康経営

キャノンプレジジョンでは、キャノン創業期から受け継がれている「健康第一主義」と、自発・自治・自覚の「三自の精神」に基づき健康経営に向けた取り組みを推進しています。

社員一人ひとりが心身ともに健康でいきいきと仕事をする事ができ、社員一人ひとりが持つパフォーマンスを最大限に発揮することで、組織が活性化し企業の持続的な成長につながると考えています。

健康経営宣言

キャノンプレジジョンでは、従業員の成長と会社の発展の基礎は従業員の健康だと考えています。従業員が心身ともに健康で風通しのよい職場づくりを推進し、明るく元気な会社へ生まれ変わります。

健康経営宣言

キャノンプレジジョン株式会社は、従業員の心身の健康保持・増進を重要な経営課題の一つとらえ、キャノン行動指針「健康第一主義」「三自の精神」に基づき健康施策の積極的展開を推進します。

従業員の成長と会社の発展の基礎は健康です。
従業員が心身ともに健康で、風通しの良い職場づくりを推進し、明るく元気な会社生まれ変わります。

【健康づくり重点項目】

- ストレスチェックや教育実施により、セルフケア・ラインケアを強化します。
- 職場環境改善のため、職場管理者・人事・健康支援の連携を強化します。
- 高血圧をはじめとする生活習慣病予防のため、健康づくり活動を推進します。
- 脳・心疾患発症ならびに重症化予防のため、安全配慮義務を徹底します。
- 予防と早期発見のため、がん検診受診率向上を推進します。
- 全従業員へ正しい健康情報を周知し、健康意識向上・健康増進に努めます。



キャノンプレジジョン株式会社 代表取締役社長

教 猛二

キャノンプレジジョンの健康経営

健康経営推進体制

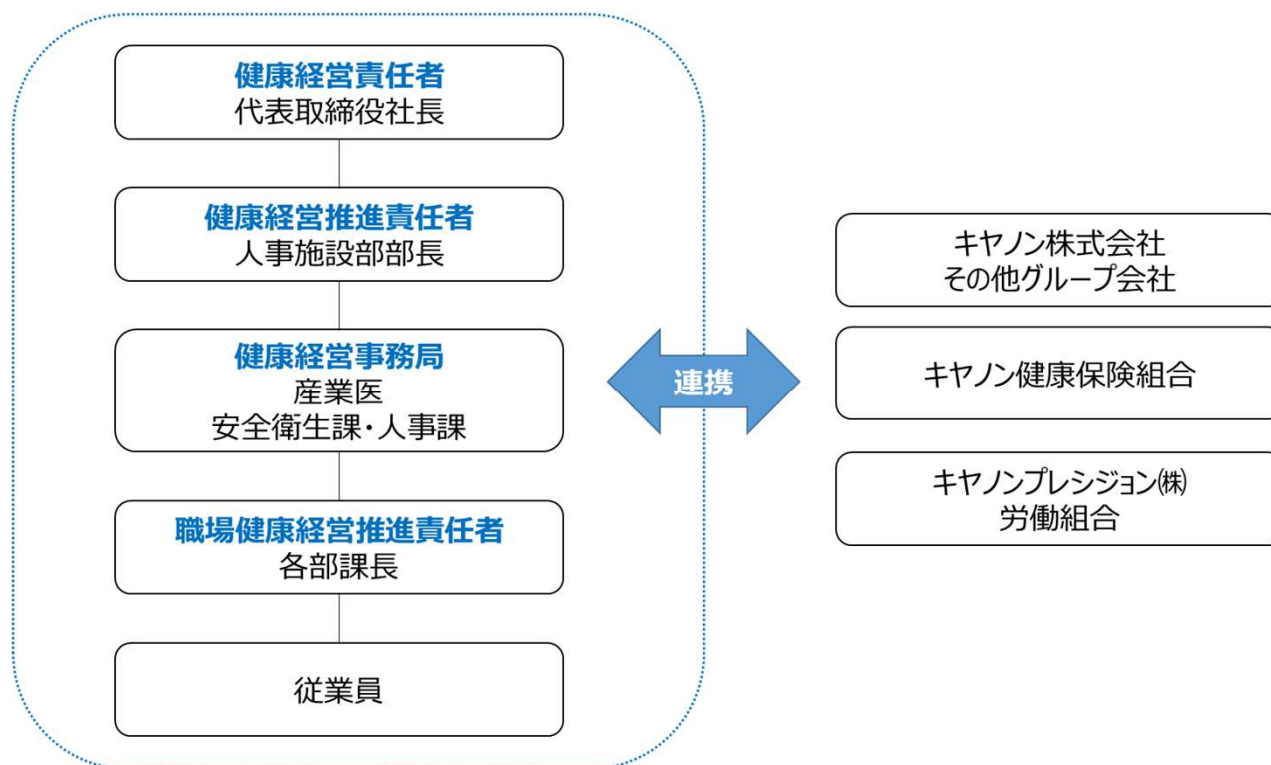
キャノンプレジジョンの健康経営推進体制は、健康経営責任者を代表取締役社長、健康経営推進責任者を人事施設部部长とし、産業医・安全衛生課(健康支援スタッフ)・人事課・労働組合が連携し健康経営に取り組んでいます。

安全衛生委員会の場を活用し、労働組合より健康経営施策に対する従業員の意見等を収集し情報共有や協議を行っています。

経営会議や安全衛生委員会での審議・決定した内容を、職場健康経営推進責任者である各部課長が各職場の安全衛生委員メンバーと連携し活動を実施しています。

健康経営推進体制図

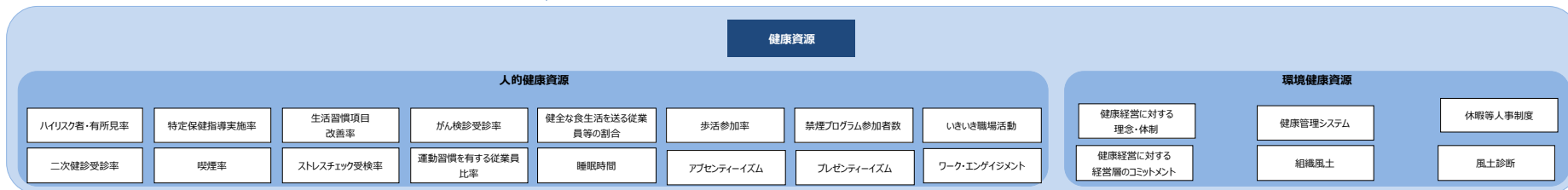
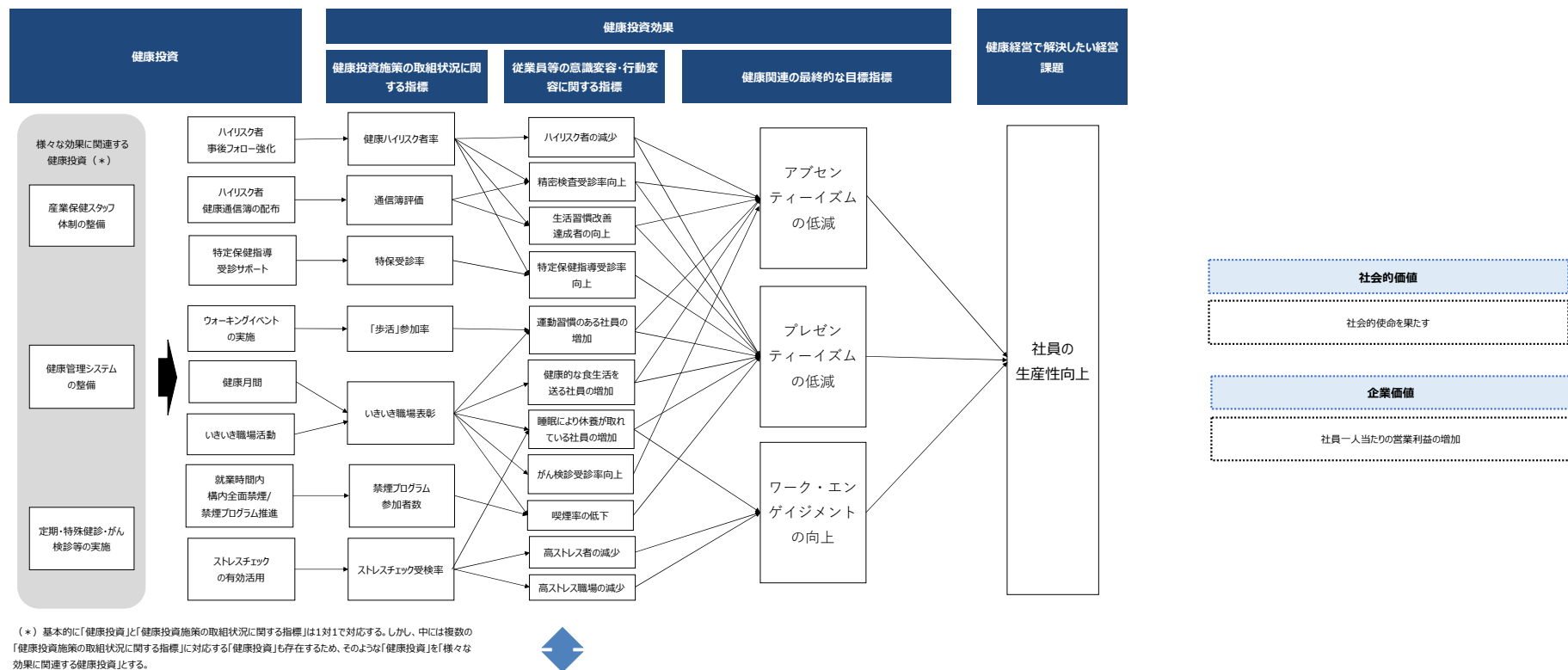
キャノンプレジジョン(株)安全衛生課



キヤノンプレシジョンの健康経営

健康経営戦略

キヤノンプレシジョンは、健康経営のさらなる進化を通じ「社員の生産性向上」を目指します。



キャンプレジジョンの健康経営

キャンプレジジョンの健康課題

健康課題は下記のように捉えています。

1. 高血圧者率が高い
血圧ハイリスク者20.4%
2. 高い肥満率
若年層から肥満率が高い
3. 健康リテラシーが低い
ハイリスク者でも70%以上が
健康に不安を感じていない

今後の取り組み

健康課題解決に向け、下記項目に重点を置き活動に取り組んでいきます。

- ・ハイリスク者へのフォロー強化
- ・若年層からの生活習慣病予防
- ・各職場における健康推進活動の強化

●生産性指標の向上

測定方法：健康診断問診にて聴取

- アブセンTEEイズム
…病気による休暇取得(遅刻早退を含む) の日数の平均値
- プレゼンTEEイズム
…SPQ (東大1項目版)の平均値
- ワークエンゲージメント
…新職業性ストレス簡易調査(設問131.132)の平均値

項目	2021年	2022年
アブセンTEEイズム	3.1日	2.95日
プレゼンTEEイズム	12%	10.8%
ワークエンゲージメント	2.5点	2.5点
測定人数	1828	1799
回答率	100%	100%

キヤノンプレシジョンの健康経営

健康経営に関する指標

項目	目標	2021年	2022年
定期健康診断受診率	100%	100%	100%
定期健康診断後 精密検査受診率	100%	98.8%	97.9%
ストレスチェック受検率	95%以上	99.1%	97.7%
ストレスチェック 高ストレス者率	10%以下	11.2%	12.3%
ストレスチェック 健康総合リスク	100以下	98	96

項目	2022年	項目	2022年
月平均所定外 労働時間	7.3時間	平均勤続勤務年数	18.2年
平均有給休暇 取得日数	18.2日	傷病休職者数	16名 0.86%

項目	目標	2021年	2022年
喫煙率	20%以下	22.5%	21.2%
運動習慣	30%	32.7%	34.8%
朝食欠食率	18.0%	20.7%	18.0%
適正体重維持率	80%	62.0%	59.6%
有所見率	前年10%減少	42.4%	44.7%
イベント参加人数 (歩活)	800名	春：265名 秋：337名	春：504名 秋：506名
女性施策参加状況	100%	-	KYT実施100% アンケート59.4%
特定保健指終了者	90%	96.2%	-
ハイスルク者施策 参加状況	100%	-	97.1%
がん検診受診率	40歳以上 70%	47.7%	43.6%
健康観	-	84.0%	87.2%
生活習慣改善意欲	-	72.3%	77.9%

キヤノンプレジジョンの健康経営

生活習慣病対策

●健康フォロー者支援

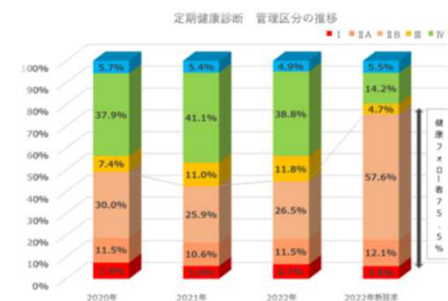
CPIの健康課題でもある、**高血圧**ハイリスク者の方へ、
自宅血圧だけではなく会社血圧を測定し、ご自身の
血圧変動を理解し、治療や生活
習慣改善につなげられるよう指導
しています。



要受診者へ、受診するだけでなく、生活習慣を
改善し健康課題を解決できるよう従業員自らが
取り組みを決定し、実践し、評価する
ツールとして「健康通信簿」を発行
しています。



基準変更により、2022年は
要受診者:17.9%、
要生活習慣改善:57.6%
合わせて、
健康フォロー者:75.5%



2022年は、**高血圧者:20.4%**
と2021年より増加。年齢上昇
や会社でのストレス下の血圧
上昇を把握し、早期に改善
することが必要です。



●特定保健指導/労災二次検診

健康課題をすでに抱えている従業員だけではなく、
生活習慣病リスクの高い人が、セルフケア能力を
身に着け生活習慣病に移行しないことを目的に
実施しています。

キヤノンプレジジョンの健康経営

生活習慣病対策

●運動施策

キヤノン体操は、運動不足解消だけではなく、生活型労働災害防止を目的に全従業員で実施しています。

ウォーキングイベントは、運動習慣の定着だけではなく社内対抗戦やスタンプ機能の活用等コミュニケーション促進に役立っています。



	2021年 春	2021年 秋	2022年 春	2022年 秋
参加者数(人)	265	337	504	508
チーム数	34	43	60	69

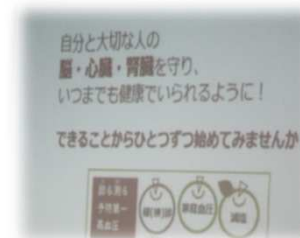


●食事施策

交替勤務や単身者など食事習慣に問題を抱えている従業員が多いため、簡単に意識できる『はらはち運動』や『朝食摂取』など職場内での呼びかけを強化しています。



弘前市出前講座を利用し、高血圧予防の食事について学んでいます。将来のため、家族のために血圧が高くない方も参加しています。



キヤノンプレジジョンの健康経営

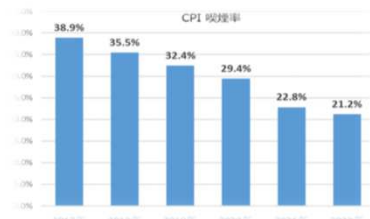
生活習慣病対策

●禁煙推進

キヤノンプレジジョンでは、2016年4月1日より、敷地内・就業時間内全面禁煙を実施し、喫煙率は減少しています。

キヤノン健康保険組合より、オンライン禁煙プログラムを提供するなど、禁煙推進を目的とした活動を行っています。

また社内で、喫煙者と禁煙者の対談を動画撮影し喫煙者・非喫煙者が共に禁煙について考える機会を提供しています。



感染症対策

●予防接種と感染症教育

インフルエンザワクチンの社内接種の実施。感染症について産業医より感染対策やワクチン接種の重要性について講話頂き感染予防を強化しています。また感染拡大時にそなえ、感染症対応のBCPを作成しています。



ファイザー社3回目接種の主な副反応疑い



ワクチン接種後についてよくある質問

項目	内容
風呂	接種当日も入る。接種当日は、注射したところをこすらない。
酒	できれば飲まないほうがいいが、少しならんでも大丈夫。
解熱薬	副反応の発熱は、ほとんどの場合1〜2日で下がる。 発熱・胸の痛みや腫れてしまうようであれば、市販の解熱鎮痛剤（バファリンやロキソニンなど）を内服してもいい。 予防内服は、ワクチンの効果が下がる可能性があるのではない。
その他	接種当日は、激しい運動を控える。 副反応を心配しすぎず、普段通り心穏やかに過ごす。
ワクチン接種後も「3密の回避」「マスクの着用」「石けんによる手洗い・手指消毒」は継続しましょう。	

キヤノンプレシジョンの健康経営

メンタルヘルス対策

●ストレスチェックと集団分析

ストレスチェック実施後の集団分析結果を各部部長と共有し職場改善に活用しています。また、他調査とストレスチェック結果を合わせて、総合的に職場を評価しています。



●休職者ケア

円滑な職場復帰に向け、産業医・産業保健スタッフ・人事担当者・職場長と連携し、復職支援プログラムを整備し実施しています。

●管理職教育

集合研修では、産業保健スタッフにだけでなく、人事担当者から労務管理面の対応方法を学ぶことで、不調者の早期発見・未然防止に取り組んでいます。また、e-Learning教育を合わせて行うことで病気の知識や対応方法を繰り返し学習しています。



キヤノンプレジジョンの健康経営

ヘルスリテラシーの向上

●健康月間

生活習慣改善の重要性についての従業員一人ひとりの理解を深め、さらにその健康づくりの実践を促進するために、2月・7月の各1か月間を『健康月間』と定め周知活動を行っています。

●いきいき職場 健康づくり活動

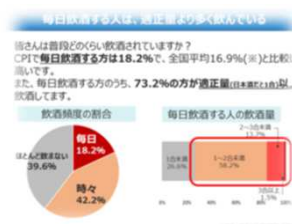
毎月職場単位で健康づくり活動をテーマにそって実施しています。簡単にチャレンジできるため、職場内でのコミュニケーションも活性しています。

ひとりミーティング

対象：全社員
実施方法：新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、資料をひとり黙読（ひとりミーティング）
実施記録：ひとりミーティング後、所属長はメンバーの意見/記録を、フォルダへ格納してください。フォーマットは下記フォルダ内にあります。

わが社の健康状態をよくするためには、**あなたの生活習慣が非常に重要です**

でも…何をすればよいかわかりません



どんな時に、たばこを吸いたくなる？

習慣：違う習慣による行動療法「置き換え」
リラックスのため：認知の歪みをリセット
ストレス解消：行動療法「場を避ける」「喫煙者の隣は避ける」
飲み会の場合

お昼は食べ過ぎると眠くなるので、菓子パンを食べます

菓子パンは、甘い味をつけた甘いのある餌を入れたりして、菓子としての要素を強化した種類のパンです。その他のパン類に比べ、糖質や脂質の多い食品であることがわかります。
食事の際、主食にパンを選択する場合は、脂質の少ないヘーグルやフランスパンを主食にし、卵料理などのたんぱく質・果物を追加すると、バランスよく摂取できます。
時間がなくて手軽になれる食品ですが、栄養面が不足し、糖質・脂質が多くなってしまいます。脂質が少なく低脂肪乳や果物でバランスを揃えましょう。菓子パンは、本来1日合計ではなく、1食単位が健康のポイントです。

いきいき職場 健康づくり活動があります

Session2 あなたはそれを見ましたか。また1～2月は実践できましたか。

月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
活動内容	八ツバチ運動	Breakfast Everyday	血圧を測ろう	歩法にエントリーしよう	1日8000歩歩きましょう	禁煙について考えよう
月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
活動内容	出勤講座～高血圧	ストレスチェックを受診しよう	禁煙動画をみよう	歩法にエントリーしよう	睡眠をとろう	体重を測ろう

今年は絶対「がん検診」!

キヤノン健保のがん検診制度利用がオトク

自己負担 0円

医療機関により一部自己負担あり

いつ受ける？がん検診

キヤノンプレジジョンの健康経営

ヘルスリテラシーの向上

●がん検診

新型コロナウイルス感染症の影響で受診率は50.3%と低迷しています。社員が受診しやすい環境整備として、社内バスがん検診の実施、予約方法の周知など強化を図っています。



●女性の健康

女性の健康課題について、全従業員で実施できる健康KYTに追加しました。また、女性の健康課題についてセルフケアできるよう学習ツールを提供しています。今後も女性が働きやすい環境づくりに取り組んでいきます。

PMS（月経前症候群）とは

「月経前症候群」Premenstrual Syndrome という英語を省略してPMS。これは月経（生理）が始まる前の数日間（3～10日）に起こるココロとカラダのさまざまな不調のこと、月経が始まると治まってくるものです。

感じる痛みを言葉で表現してもらえ様々な表現が	年齢：「15歳前後の年代」
お腹の痛み ・お腹に力が入る感じがしている感じ （高学年・10代） ・お腹に力が入る感じがしている感じ （高学年・10代）	腰や子宮周辺の痛み ・お腹の痛みは子宮をずーっと押さえている感覚 腰が全体的にガーン痺れている感覚（高学年・30代） ・小学生在が腰に力が入っている感じがする（高学年・20代）

「PMS」はとてもデリケートな問題なので、上司同僚に話すらしない方も多いと思います。症状が現れる頻度も高く女性の生活の質を損ない、職場における生産性の低下につながっているという現実を認識することは重要で対処が必要な問題です。女性自身や管理者を含めた組織全体が正しい認識をつけ、働きやすい環境を整えることで、パフォーマンスを下げることが今よりも効率アップにつながることも可能であると考えます。

PMSについてお困りの際は、健康支援室までご相談ください

女性の健康 応援サイト

♡情報提供資料	→女性の健康課題とセルフケア
♡相談窓口	→アンケート
♡おすすめアプリ	→社外相談窓口
♡その他	→社内相談窓口
	→こちら
	→授乳室

キャノンプレシジョンの健康経営

サプライチェーンにおける取組

キャノングループでは、サプライチェーンにおけるCSRのさらなる向上を目的に、労働・安全衛生・マネジメントシステムなどに配慮したRBA行動規範を基に、「キャノンサプライヤー行動規範」を策定し、調達活動を推進しています。また、直接の取引先を通じてその先の取引先に働きかけることにより、サプライチェーン全体での付加価値向上に取り組むとともに、既存の取引関係や企業規模等を超えた連携により、取引先や地域の皆様との共存共栄の構築を目指します。

また、地域の製造業6社と『中南津軽安全衛生協議会』を発足。安全衛生に限らず健康支援についても、「短命県返上」という地域の健康課題解決に向け、意見交換や勉強会を定期的に行っています。

