

健康を「自分ごと」に変える 仕掛けを重ね社員が長く、 元気に働ける会社を築き上げる

藤井株式会社



運動指導会の様子

山形県山形市に本社のある藤井株式会社は、呉服、アパレル、肌着、寝装具、ギフト、学生服、ビジネスユニフォームなどを幅広く扱い、山形県を中心に宮城県、秋田県にも販路を広げる繊維製品の総合卸売業である。1905年の創業以来、「信用第一」を掲げ、豊富な商品知識と地域に根差した営業力で実績を積み重ねてきた。

そんな同社がもう一つの強みとしているのが、社員の心身の健康を経営基盤と位置づける健康経営[®]である。2016年に「やまがた健康企業宣言」を行い、2017年から10年連続で健康経営優良法人に認定。2021年以降は「ブライツ500」にも6年連続で選ばれている。

健康診断後の再検査や歯科健診の受診率100%をはじめ多彩な実績を持つ同社で、立ち上げから健康経営の実務を担ってきた常務取締役の阿部敦子さんと代表取締役社長の黒田康行さんにお話を伺った。

経営トップの後押しと部門間連携で 健康経営を全社共通の取組みに変える

同社が健康経営へ本格的に踏み出した契機は、協会けんぽ山形支部から「やまがた健康企業宣言」への参加を勧められたことにある。2016年に宣言し、それまで行っていたラジオ体操や健康診断などの施策を整理したところ、翌年度から始まる健康経営優良法人制度への申請を提案された。社員の健康維持に必要な取組みを体系化でき、企業イメージの向上にもつながると考え、2017年認定分から申請を始めた。

取組みの根底には、社員数が限られる中小企業だからこそ、誰か一人の病気やけがが本人だけでなく職場全体へ大きな影響を及ぼすという問題意識があった。前社長も「これからは社員の健康を企業が守る時代である」と理解を示し、禁煙対策では現社長の黒田さんも禁煙するなど、経営トップが率先して施策を後押しした。

当初、実務を担ったのは阿部さん一人だった。健康経営という言葉自体が十分に浸透しておらず、社員からは反発というより「何をしているのだろう」という戸惑いが見られたという。そこで、「一度にいろいろな制度を押しつけても理解を得られない」と直感した阿部さんは、例えば受動喫煙対策として、喫煙場所を段階的に屋外へ移し、最終的に屋内を全面禁煙とするなど、それぞれの施策を一步一步粘り強く定着させていった。

現在では各事業部に健康推進担当者を置き、計6人で健康経営推進委員会を構成。社長を総括責任者とし、安全衛生推進者や外部機関とも連携することで、担当者一人に負担が集中しない体制を築いた。

黒田さんは、社員の健康と安全を企業活動の最優先事項として掲げている。「社員の健康意識もさまざまなので、全体への一斉発

信だけで済ませず、受診に消極的な社員には『医療機関へ行ったか?』『健康が何より大切だよ』と直接語りかけるようにしました」。こうした社員それぞれの意識や事情に応じた働きかけを重ねたことが、健康経営を一部の担当者だけの活動から全社共通の取組みへと浸透させていった。

健診後の受診から歯科検診、運動推奨、食生活改善まで誰もが行動に移しやすい環境を整える

同社の健康施策で特筆されるのが、定期健康診断受診率と再検査受診率のいずれもが100%を達成していることである。そのベースとなっているのが健診結果にかかわらず、パート社員を含む全従業員が年1回、協会けんぽの保健師と約30分の個別面談を行うという取組みだ。数値上の問題だけでなく、体調や生活習慣、職場環境、人間関係の悩みまで話せる機会であり、必要な情報は本人のプライバシーに配慮しながら経営側へも伝えられる。

この面談から職場の暑さや寒さ、部門間の連携不足などの具体的な課題が見えれば、温度管理の見直しや執務場所の集約、配置の調整といった改善につなげてきた。健診を受けさせるだけでなく、その結果や社員の声を職場づくりへ反映させることが特徴である。

がん検査やがんリスク検査、インフルエンザ予防接種にも費用を補助し、受診時間を勤務時間として認めている。前立腺がん検査、乳がん・子宮頸がん検査は隔年で必須とし、希望者には消化器、大腸、肺がん等の各腫瘍マーカー検査も会社負担で実施する。希望制のがん検査とインフルエンザ予防接種はいずれも90%以上の受診・接種率となっている。

歯科健診では、実費額にかかわらず一人一律5,000円を支給し、勤務時間中の受診も認めることで受診率100%を実現した。健康行動を社員のやる気だけに任せず、「費用」と「時間」の両面から受診しやすくしている。

運動習慣づくりでは全員へ歩数計を配布し、毎週データを集計している。半年ごとに上位5人を表彰し、副賞として米沢牛を贈呈。この結果、半年間の1日平均が1万5,000歩を超える社員も現れたという。単なる数値管理ではなく、地域らしい褒賞を組み合わせ、楽しみながら継続できる仕掛けが奏功しているのだ。

食生活面では、地元食材を使った減塩メニューや電子レンジで簡単に調理できる健康レシピを月1回配布する。日常生活で無理なく実践できる情報を選び、社員や家族の健康づくりにも広げている。

外部リソースも活用して健康意識を高め「自然に健康になる」会社を目指す

健康経営を長く続けていると、同じ施策の繰り返しによるマンネリ化が課題となるが、同社は新しい刺激を取り入れるため、地域のスポーツ関連企業である株式会社セルヴァン[※]と法人契約を結び、体成分測定、姿勢分析、栄養調査など多彩な施策を実施している。健康診断だけでは把握しにくい筋肉量や身体のバランス、食生活上の課題を一人ずつ分析し、個別のアドバイスやストレッチ指導につなげる取組みである。

測定結果からは、社員個人だけでなく会社全体の健康課題も見えてくる。例えば協会けんぽの事業所カルテでは、同社の代謝、特に血糖リスクが山形支部や全国同業態の集計を12ポイント以上上回ることが分かった。そこで、運動指導会や栄養面の助言を重点施策とした。社員からも、「より手軽に取り組めるストレッチを教えてほしい」といった要望が出るようになり、健康づくりが次第に「自分ごと」へ変化している。

AIの導入などによる業務効率化と残業削減、繁忙期を除く土日祝日の休日確保、年5日の有給休暇取得の徹底も心身の健康を支える施策だ。黒田さんによれば、近年は入院による長期休職者がなくなり、風邪による欠勤も大幅に減少。深刻なメンタルヘルス不調も見られなくなったという。

また、健康経営優良法人、とりわけブライツ500の認定は採用面にも効果をもたらした。求職者から「健康に配慮してくれる会社だから応募した」と言われることもあり、人材確保の追い風となっている。

黒田さんは、今後、企業や官公庁へのユニフォーム、タオル等の直接販売を広げるとともに、学生服の販売にとどまらず、健康経営で培った経験も生かしながら、学校との関係を深めていきたいと考えている。「健康を社員に強制するのではなく、全員が楽しみながら、自然に健康になっていく会社にした。その力を地域の活性化にもつなげていければ」と黒田さん。社員を大切に経営で培ってきた経験は、同社の新たな事業と地域貢献を支える大きな力となるに違いない。

※ 株式会社セルヴァン：https://www.esport.jp/company_info/

会社概要

藤井株式会社

事業内容：繊維製品総合卸売業

設立：1952年

従業員：22名（内パート社員5名）（2026年4月現在）

所在地：山形県山形市

会社URL：<https://www.y-fujii.co.jp/>