「全員参加の健康づくり」
～健康経営実践事例～

2026.10.1

フジキュー整備株式会社

1 会社概要

「全員参加」で健康管理・健康づくりを実践
フジキュー整備株式会社



- 代表取締役　　久米　博明
- 本社所在地　　愛知県刈谷市宝町
- 設立　　1975年10月
- 主な事業内容　　自動車整備業
  旅客運送業
  旅行業
- 従業員数　　53名
- 健康経営優良法人2026　ブライト500 認定

2026
健康経営優良法人
KENKO Investment for Health
中小規模法人部門
ブライト500

2 健康経営を始めたきっかけ

●理由①

社員及びその家族が病気にかかる。
→本来健康管理は自己責任だが会社として
何かやるべきことがなかったのか自問自答。

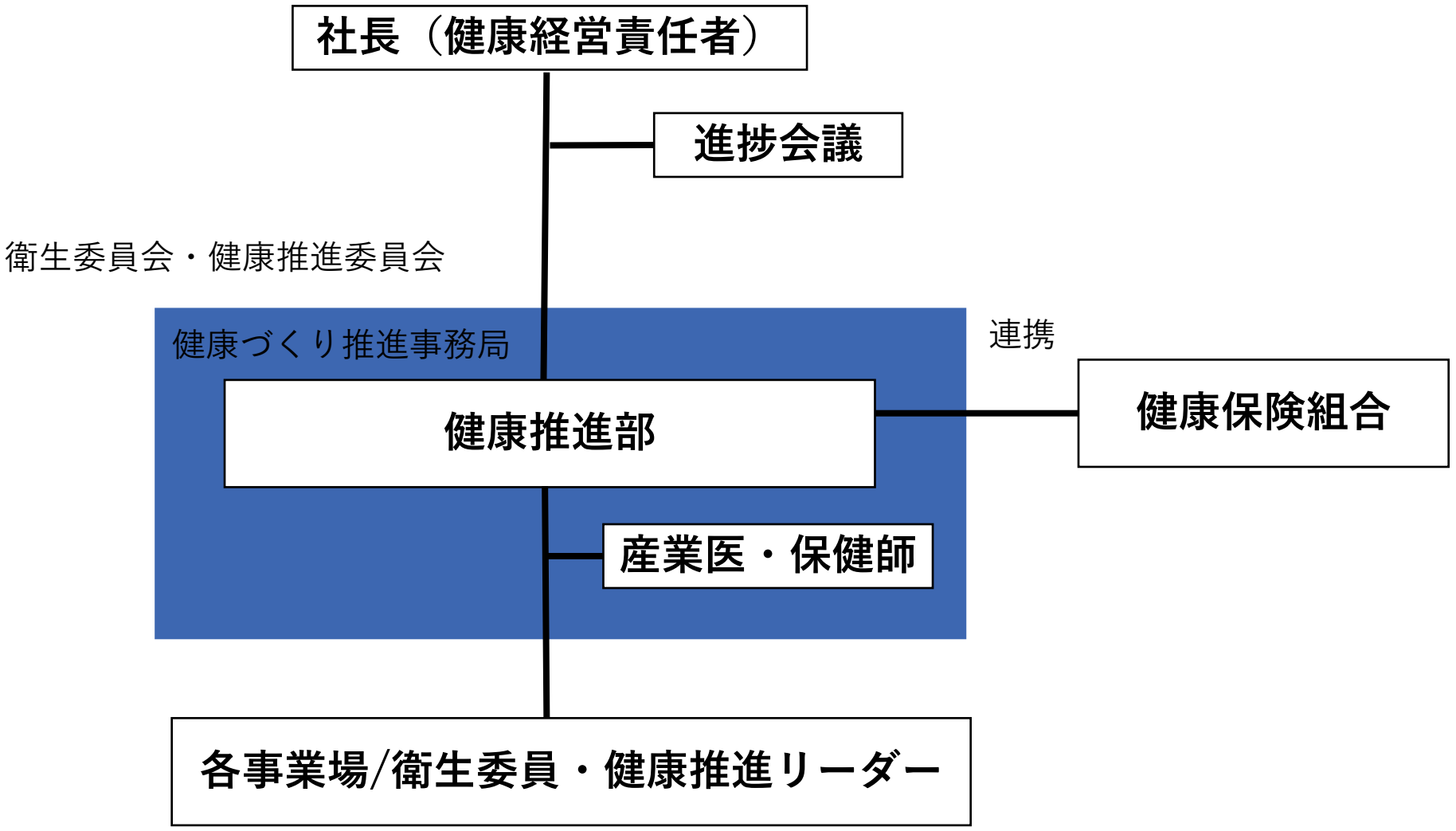
●理由②

事業そのものが健康起因による
交通事故リスクを抱えている。



健康管理・健康づくりをロジカルに行い
文化として定着させることが必須！！

3 推進体制


社長（健康経営責任者）
進捗会議
衛生委員会・健康推進委員会
健康づくり推進事務局
健康推進部
産業医・保健師
連携
健康保険組合
各事業場/衛生委員・健康推進リーダー

4 具体的な取り組み①

【脳MRIの受診　投資額：405千円】

●背景：全乗務員及び事務員(希望者)に脳CTを受診させていた。運転者の健康状態(脳疾患に係るもの)に起因する事故が多いため、不安を抱える。

●対策：2021年度より全乗務員・50歳の整備士及び事務員に脳MRIの受診をさせた。

●結果：手術が必要とされる乗務員が2名おり、早期発見・早期治療に繋がる。



脳疾患予知・予防として乗務員・50歳以上の整備士及び事務員は3～５年毎に（経過観察者については毎年）脳MRIを受診させる。

5 具体的な取り組み②

【インフルエンザ予防接種率向上　投資額：143千円】



●背景：予防接種費用を一部会社負担としていたが、
接種率が向上せず課題であった。

●対策：2020年より接種費用を全額会社負担とし、
対象を社員その希望する家族及び
派遣社員に広げた。



●結果：2025年度接種率70％。

▼

対象を家族にまで広げたことにより、家族のバックアップがあってこそ働きやすい職場になる取り組みとして大変喜ばれた。

6 具体的な取り組み③

【新型コロナウィルスPCR検査・抗体検査の実施

投資額：837千円】

●背景：以前より消毒液の設置・マスクの着用は行っていたが、コロナ時代に突入してからは、これまでの感染予防策だけでは弱かった。



●対策：全乗務員にPCR検査、その他社員に抗体検査を行った。この抗体検査は家族にも実施。

●結果：社員一人一人の健康に対する意識が高まる。

▼

弊社が目指す安心、安全、社員の幸福の実現に繋がった。

7 具体的な取り組み④

【年6日以上の年次有給休暇取得の導入】

●背景：2019年4月から年5日の年休を労働者に
取得させることが使用者の義務になったが、
有給を取りにくい職場環境となっていた。

●対策：2021年4月より、年6日以上の
年次有給休暇取得を導入した。

●結果：2025年度平均有給取得日数　17日



**ワークバランスの向上・仕事と家庭の両立を
はかれるため、従業員の満足度向上に繋がる。**

8 具体的な取り組み⑤

【職場内に運動器具を設置　投資額：10千円】

●背景：運動不足は休日の運動だけでは解消されず、働いている時間を含めた日常生活の中で運動機会をつくる必要があった。



●対策：職場内に簡単な運動器具を設置した。

昼休みなど、皆で楽しく軽運動をしており、運動機会の増進だけでなく、社内コミュニケーションの活性化に繋がった。

9 具体的な取り組み⑥

【非喫煙者に対するインセンティブ】

●背景：従業員に喫煙の健康影響についての研修を受けさせたり、ポスターを貼りだす等、禁煙対策を進めてきたが、喫煙率が減少せず課題に感じていた。

●対策：非喫煙者増加に向け、非喫煙者に対して法定年次有給休暇とは別に3日付与する制度を導入した。

喫煙者22人中、現時点では2人が禁煙成功し、その他社員にも禁煙意識を持たせることに繋がった。

10 具体的な取り組み⑦

【ウェルネスコンパスの利用　投資額：198千円】

●背景：従業員が心身ともに健康に働ける職場環境を整える必要があるため。

●対策：心理学に基づいて従業員から「職場の働きやすさ」に関する情報を集め、その情報を元に精神科医が担当者にアドバイスをすることで、働きやすい職場を作るサービスを利用。

「心理的安全性」を高めることで職場環境の改善、就業意欲の向上につながった。

11 具体的な取り組み⑧

【みんなで歩こうキャンペーン2026の実施

投資額：55千円　参加率：66%】

●背景：運動機会の増進に向けた取り組みが必要であった。

●対策：「みんなで歩こうキャンペーン2026」として、スポーツイベントを開催した。



健康への意識づけを促し、運動不足解消に繋がった。
また、従業員同士のコミュニケーションも活性化した。

12 具体的な取り組み⑨

【ラーケーション休暇の導入】

●**背景**：愛知県は「休み方改革」プロジェクトの一環として、「ラーケーションの日」を創設。

●**対策**：2023年度年次有給休暇分より、「ラーケーション休暇」を導入。

▼

**休暇を取得しやすい職場環境により、
ワーク・ライフ・バランスの充実に繋がった。**

13 具体的な取り組み⑩

【サポート休暇の導入】

●背景：今後従業員の高齢化に伴い、親の介護や治療等も考えられる。育児に加え、介護と仕事の両立は、重要な課題となる。

●対策：2024年より、特別有給休暇である「サポート休暇」制度の導入。

（2親等以内の親族の看病介護や園・学校行事等に必要な時間に充てるため、付与するもの。年間10日間を限度として取得可能。）

従業員からは個別に制度導入への感謝の言葉があるなど、効果を実感。

14 具体的な取り組みその他

定期健康診断 受診率100％ （投資額：1,585千円）	ストレスチェック 全社員実施 （投資額：51千円）	受動喫煙対策
誕生日を受診日と定め、午前は健診・午後は半休としている。	毎年7月頃に全社員対象に実施。社員のメンタルヘルス不調を事前に察知。	屋内を全面禁煙とし、屋外に喫煙所を設置。







15 具体的な取り組みその他

腹八分目運動	サンクスカードの活用	禁煙月間
定期的・継続的な食生活改善に向けた企画を実施。	8月の交通安全研修会で従業員同士の交流を増やすための企画として、サンクスカードを活用。	禁煙・禁煙継続を促す社内イベントを実施。







16 具体的な取り組みその他

睡眠時無呼吸症候群検査実施
（投資額：309千円）

自宅で在宅睡眠検査（簡易検査）を実施。異常があった者は、
睡眠時の体の状態をモニター検査（確定検査）をし、
治療を継続していく。



社内外のコミュニケーション促進

・社内互助会旅行
　→他部署との交流

・社外に向けて
「フジキュー整備感謝DAY」実施
　→地域とのコミュニケーション





17 今年度新たな取り組み

【健康に関する社外電話相談窓口サービスを導入】

●背景：精神的病気による長期休職者が生じ、会社及び従業員に多大な影響があったことから、メンタルヘルス対策の重要性を感じた。

●対策：2025年度より、健康に関する社外電話相談窓口サービスを導入。
（心と体の健康相談・妊娠育児相談・介護相談が可）

▼

社外に相談窓口を置くことで、従業員は安心してメンタル不調等を相談できるようになった。

18 健康経営　～取り組み評価～

刈谷市・協会けんぽ

かりや健康づくり
チャレンジ宣言

・平成30年度
　「優秀賞」
・令和1年度
　「優秀賞」
・令和2年度
　「優秀賞」
・令和3年度
　「優秀賞」
・令和4年度
　「優秀賞」

経済産業省

健康経営優良法人
（中小企業部門）

・健康経営優良法人
　2020認定
・健康経営優良法人2021
　ブライト500認定
・健康経営優良法人2022
　ブライト500認定
・健康経営優良法人2023
　ブライト500認定
・健康経営優良法人2024
　ブライト500認定
・健康経営優良法人2025
　ブライト500認定
・健康経営優良法人2026
　ブライト500認定

協会けんぽ

健康宣言優良事業所

・平成30年度
　「銀賞」
・令和3年度認定
・令和4年度認定



今後も認定・表彰を目指し、活動して参ります！！

19 弊社従業員の健康課題

＜弊社従業員にみられる健康課題＞

・高血圧症の割合が高く、将来の生活習慣病リスクにつながる可能性がある

・従業員の喫煙率が高く、継続的な喫煙対策

・仕事と治療の両立支援による対策が必要

20 健康経営の目標/KGI

目標	心身ともに健康に働ける職場環境づくり
指標（KGI）	アブセンティーイズムの低減（前年比10%減） プレゼンティーイズムの低減（前年比10%減） ワーク・エンゲジジメントスコアの改善（前年比10%増）
目標値	アブセンティーイズム　1.6日（前年1.8日） プレゼンティーイズム　19.8%（前年22%） ワーク・エンゲジジメント　2.6（前年2.4）

21 健康関連指標の変化と目標値

健康関連指標		2025年	2026年	目標値	最終目標値
				（2027年）	（2028年）
健康診断関連	定期健康診断	100%	100%	100%	100%
	再検査・精密検査	53%	71%	80%	100%
	特定保健指導実施率	75%	75%	90%	100%
アブセンティーイズム（年間一人当たりの病気による平均欠勤日数） ※数値が大きい方が悪い状態を表す		2.2日	1.8日	1.6日	1.44日
プレゼンティーイズム（過去4週間の病気やケガによる労働生産性の低下率 ※0%に近い方が良い状態を表す		-30%	-22%	-19.8%	-17.8%
ﾜｰｸ･ｴﾝｹﾞｲｼﾞﾒﾝﾄ ※数値が大きい方が良い状態を表す		2.5	2.4	2.6	2.8

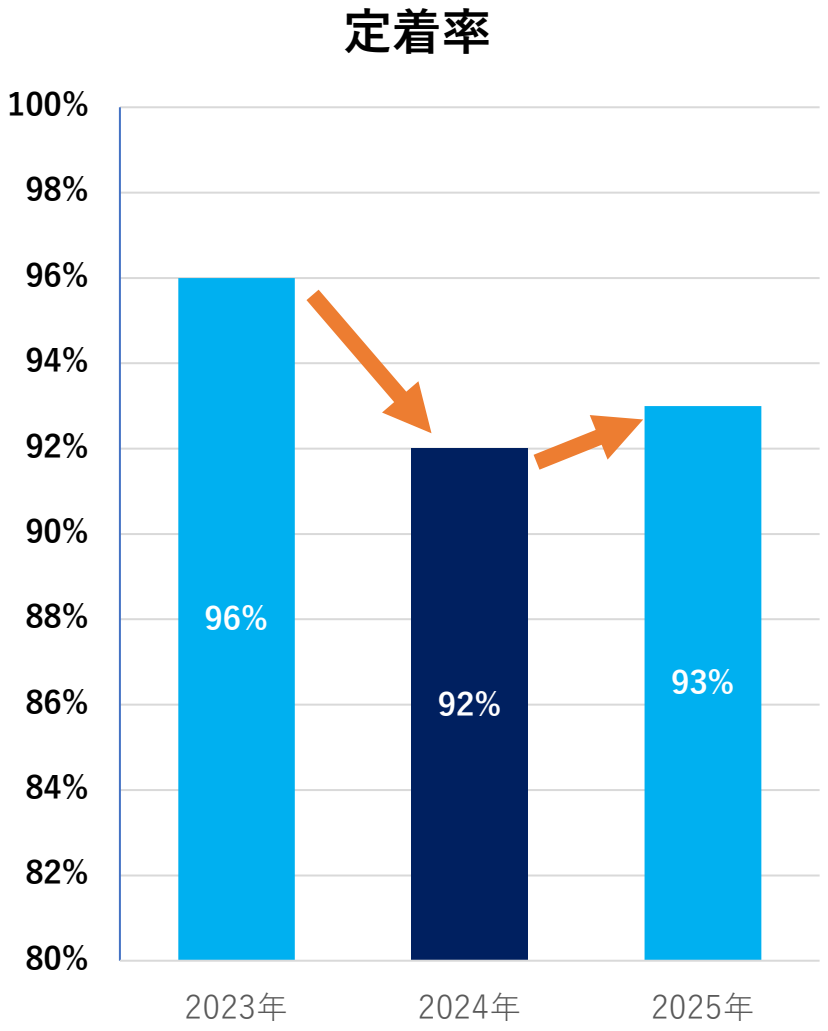
22 従業員定着率

2023年度定着率：96%

2024年度定着率：92%

2025年度定着率：93%



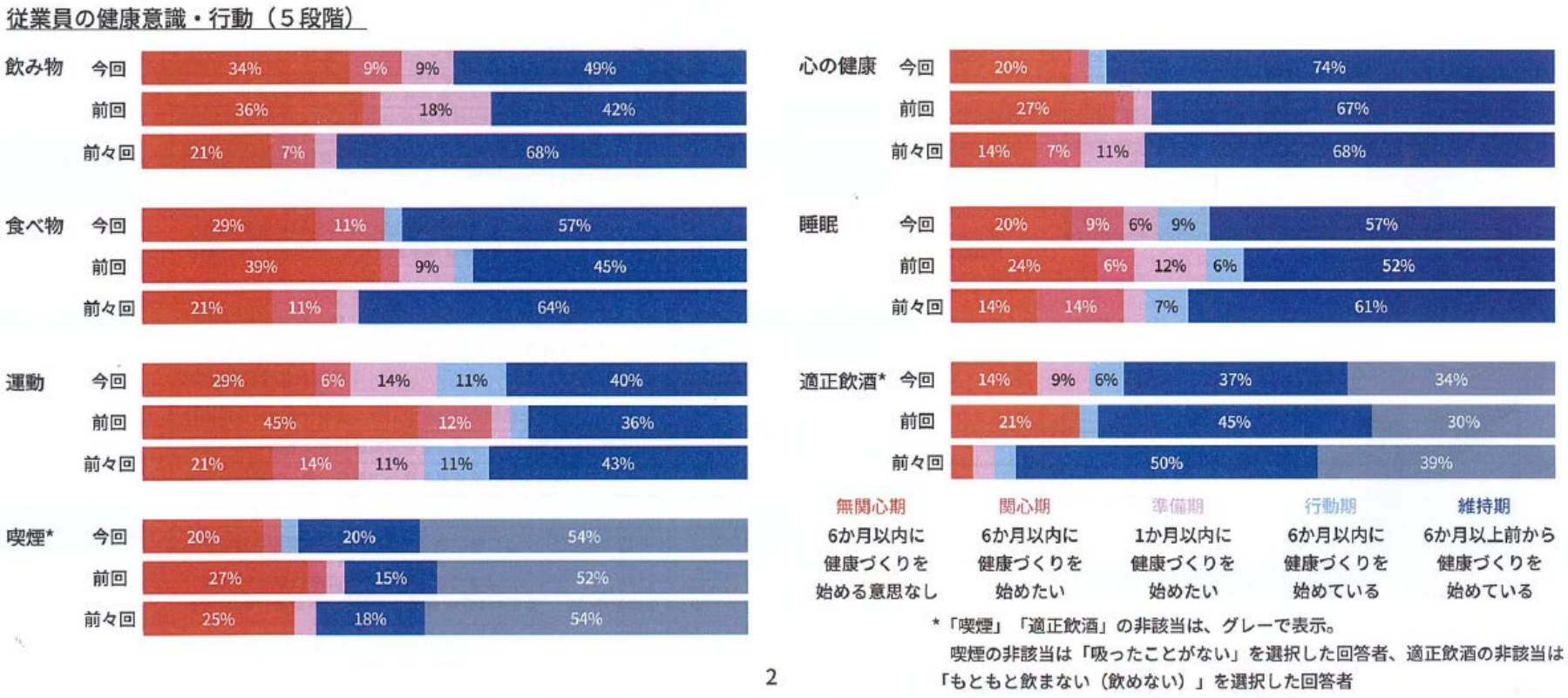


23 安全衛生について

安全衛生	2021年度	2022年度	2023年度	2024年度	2025年度
労働災害発生件数	1件	2件	0件	1件	0件
死亡災害発生件数	0 件	0 件	0 件	0 件	0 件

24 行動変容・意識変容に関する指標

2026年度



25 KGIの達成状況　2024年～2026年度

健康リスク９項目　※フィードバックシートP15　※数字は大きい方が悪い状態を表します。

	前々回	前回	今回
１．喫煙習慣あり（たばこを毎日、または時々吸う日がある回答者の割合）	29%	33%	23%
２．過度な飲酒習慣あり*	7%	12%	6%
３．運動習慣なし（週2日以上、運動しない回答者の割合）　※注１	71%	85%	94%
４．睡眠が不充分（過去1か月、睡眠によって休養が充分にとれていない回答者の割合）	57%	64%	40%
５．不定愁訴あり（ここ数日、病気やけがなどで体の具合の悪いところ（自覚症状）がある回答者の割合）	32%	24%	29%
６．主観的健康感が悪い（現在の健康状況について、よくない、またはあまりよくない回答者の割合）	25%	18%	23%
７．高ストレス**	32%	27%	17%
８．仕事満足度が低い　（「仕事に満足している」に「ちがう」「ややちがう」と回答した割合）	29%	36%	29%
９．生活満足度が低い　（「現在の生活に満足していますか」に「不満足」「やや不満足」と回答した割合）　※注２	11%	18%	14%
健康リスク１～９の該当数が、５項目以上の回答者（高リスク）の割合	29%	27%	9%

* 「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者」と判定される、1日あたりの純アルコール摂取量が男性で40g以上、女性で20g以上の割合。

** 過去1か月間のこころの状態を測定する6項目の結果より、気分障害・不安障害に相当する心理的苦痛を感じている者の割合。

26 健康経営 実践の効果及び今後の展望

弊社の様々な取り組みはその対象を広げて健康の大切さの意識が向上。

まだまだ未完成だが社内文化となった。



全員参加でトップランナー企業として健康管理・健康づくりを実施！！

ご清聴ありがとうございました

Fujikyu
フジキュー整備株式会社

