

セントラルスポーツ健康白書 2019

1. セントラルスポーツ健康経営への取り組み

セントラルスポーツグループは、経営理念「0歳から一生涯の健康づくりに貢献する」に基づき、すべての人々にご満足いただけるよう常に笑顔で最高のサービスを心がけています。そのサービスを提供するには、従業員とその家族が、カラダもココロも健康で幸せであることが重要であり、それが企業の発展につながると考えます。

私たち一人ひとりが「明るく 仲よく 元気よく」活気ある職場づくりを実践し、より健康意識の高い組織をめざして、健康増進活動とウェルネスライフの推進に取り組みます。そして、すべての人々が笑顔で健康に暮らす「ウェルネス社会」の実現をめざします。

2. 推進体制

セントラルスポーツグループは、代表取締役社長 後藤聖治を最高健康責任者CWO (Chief Wellness Officer)とし、CWO補佐である経営企画室長および健康経営推進チームが中心となって健康経営の推進に取り組んでいます。



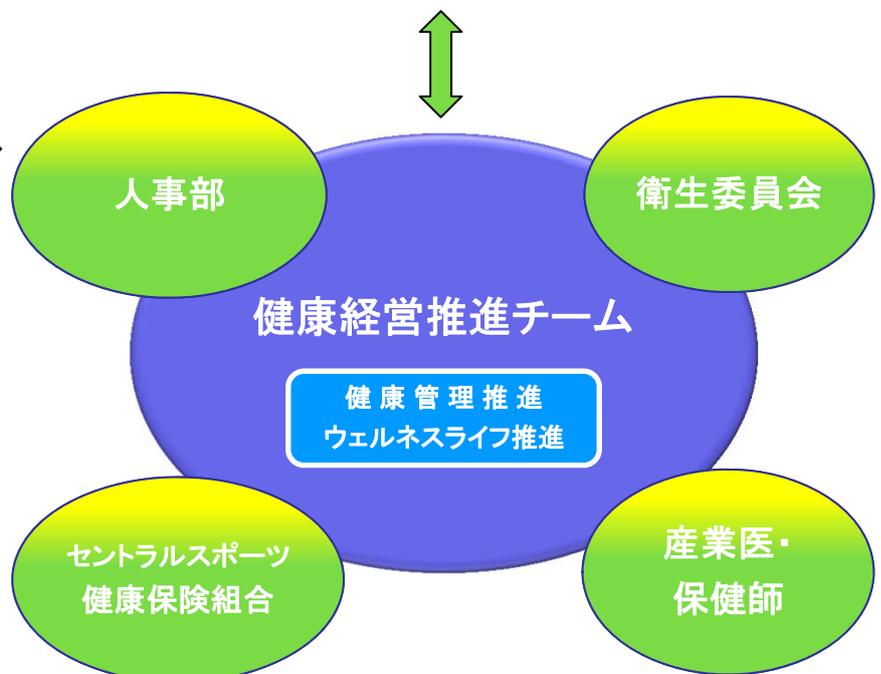
3. 推進計画

【基本方針】

- ①健康診断100%受診を実現し、従業員と家族の心身の健康を維持増進します。
- ②ストレスチェックの実施および相談窓口設置により、メンタルヘルス予防に努めます。
- ③労働時間短縮や育児・介護・傷病者支援等、仕事と家庭の両立に向け取り組み、生産性向上をめざします。

【取り組み内容】

- 1.スポーツ推奨
- 2.生活習慣病およびメンタルヘルス対策
- 3.女性の健康対策
- 4.働き方改革
- 5.食生活の改善
- 6.受動喫煙対策



4. 現状

主に2018年までの状況となります ※2019年度は現在集計中(一部集計終了の数字掲載あり)

◆従業員の平均年齢の推移 (各年度3月末日データ)

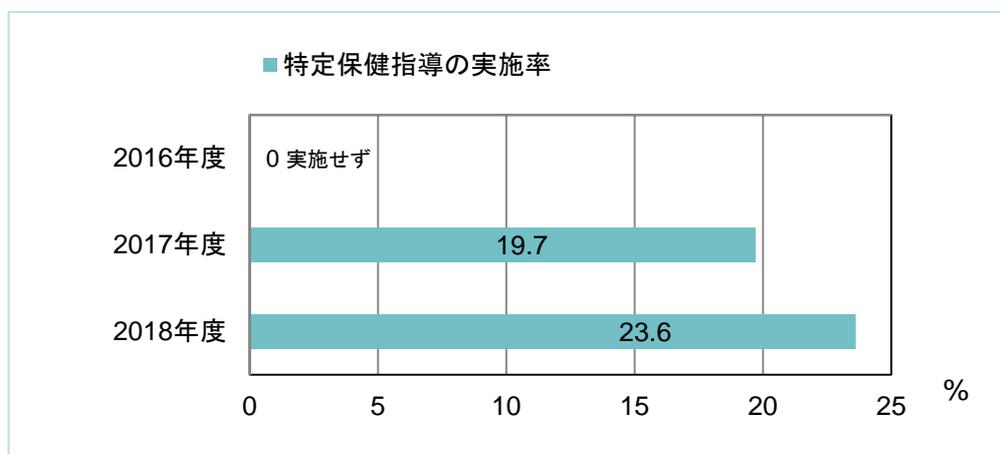
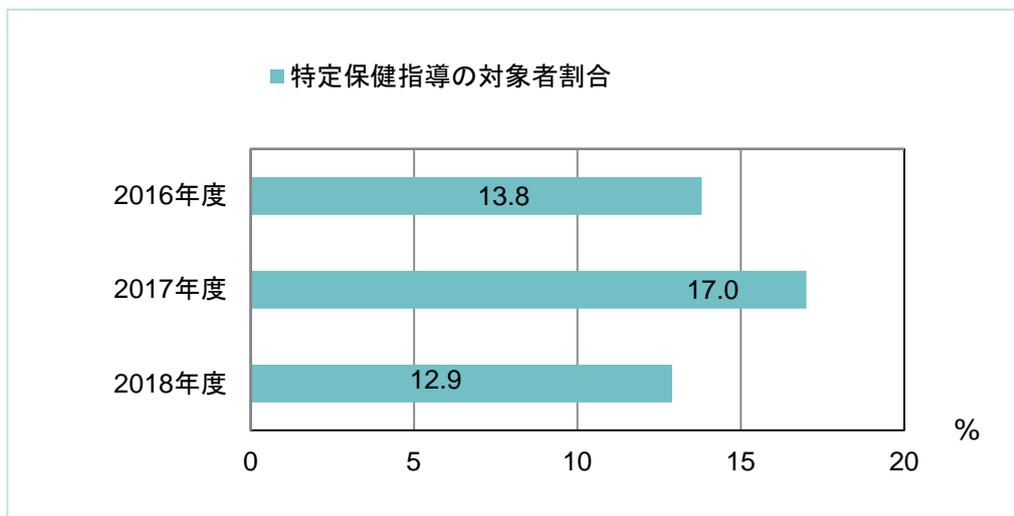
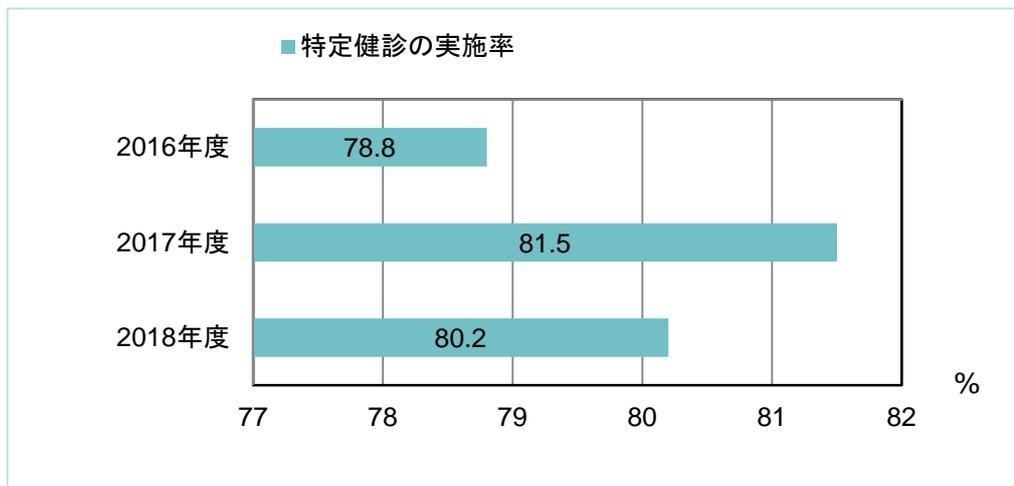
	平均年齢 (人数)	男性平均年齢 (人数)	女性平均年齢 (人数)
2016年度	38.2歳 (1,212)	40.7 (739)	34.2 (473)
2017年度	39.4歳 (1,169)	41.8 (724)	35.5 (445)
2018年度	39.5歳 (1,208)	41.6 (759)	36.0 (449)
2019年度	38.8歳 (1,224)	40.7 (762)	35.6 (462)

《生活習慣病対策》

◆健康診断と再検査の状況 (被扶養者を除く全加入者)

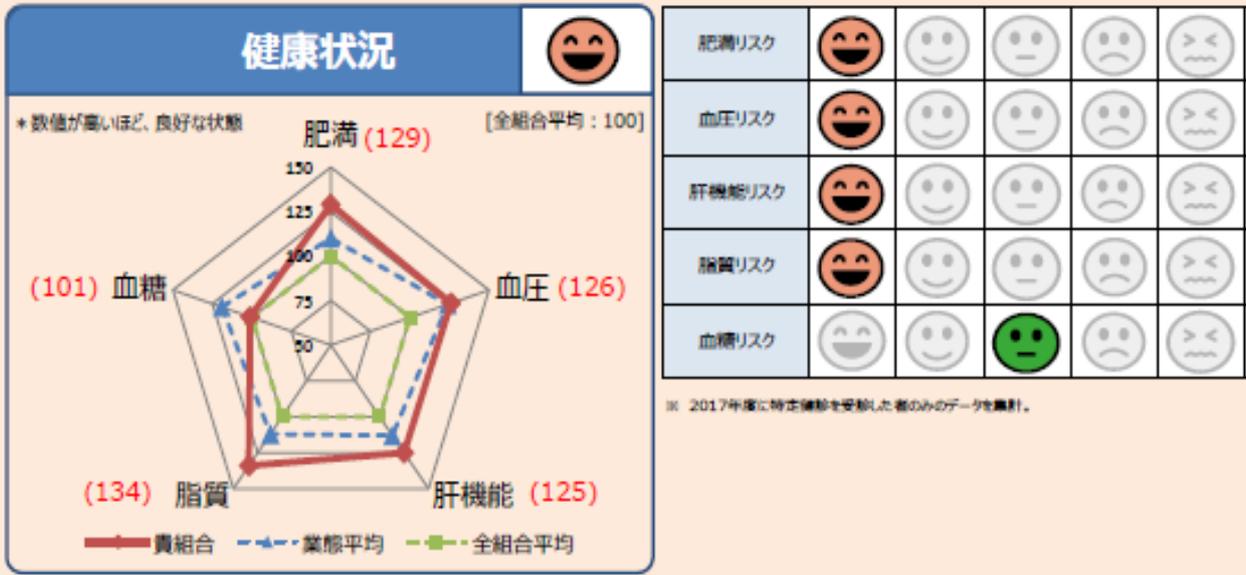
	健康診断受診率	内、再検査率(要治療)
2016年度	94.1%	4.1%
2017年度	100.0%	3.4%
2018年度	100.0%	5.2%
2019年度	100.0%	2.6%

◆特定健診・特定保健指導の実施状況（40歳以上の被保険者）



◆生活習慣病リスク保有者の割合（※健康スコアリングレポートより）

【貴組合の健康状況】生活習慣病リスク保有者の割合

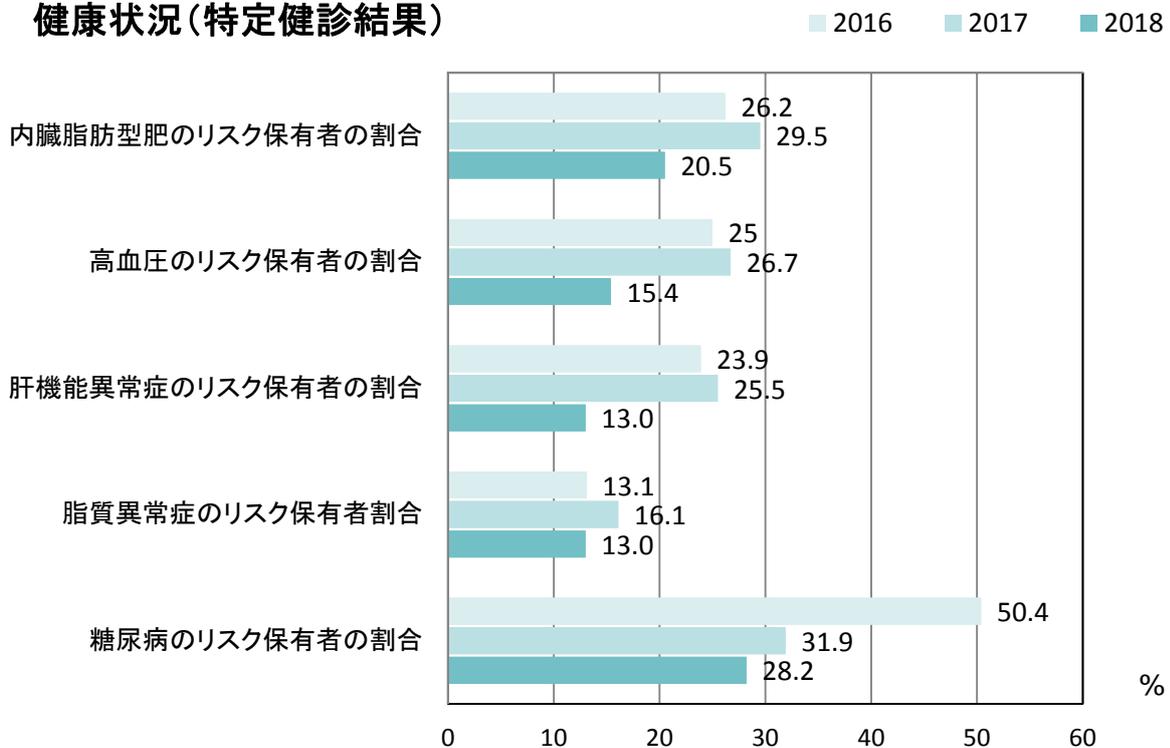


※健康スコアリングレポートとは

厚生労働省・経済産業省・日本健康会議が連携して、2018年度より各健康保険組合へ通知しており、各組合加入者の健康状況や医療費、予防・健康づくりへの取り組み状況について全健保組合平均や業界平均と比較したデータを見る化したもの。

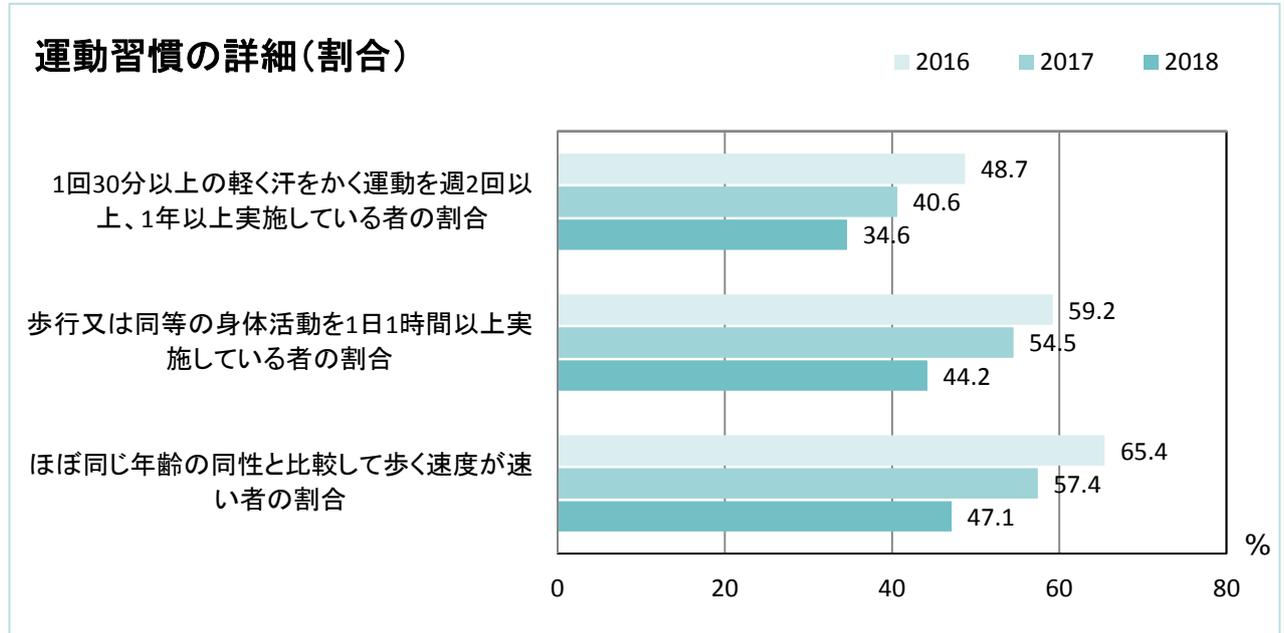
・健康スコアリングレポートのデータは、40歳以上の被保険者のものです。

健康状況（特定健診結果）

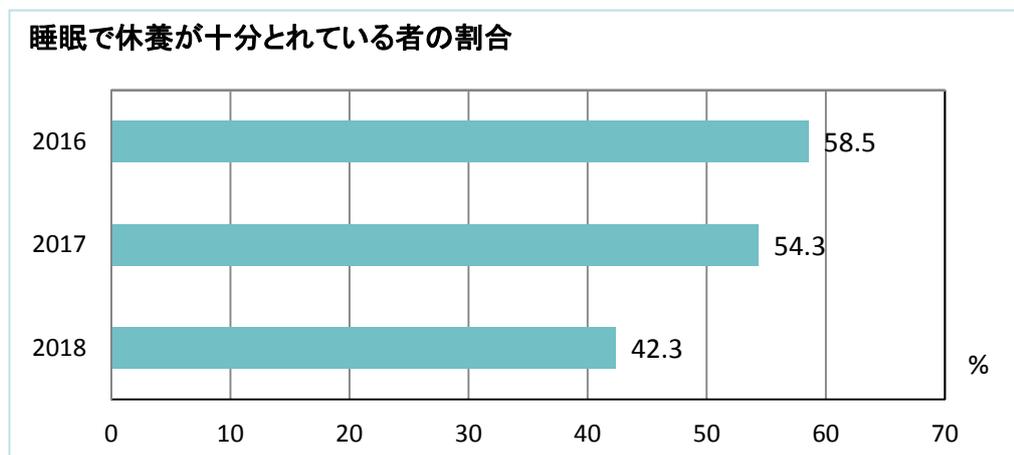


◆適正な生活習慣を有する者の割合（※健康スコアリングレポートより）

◇運動習慣

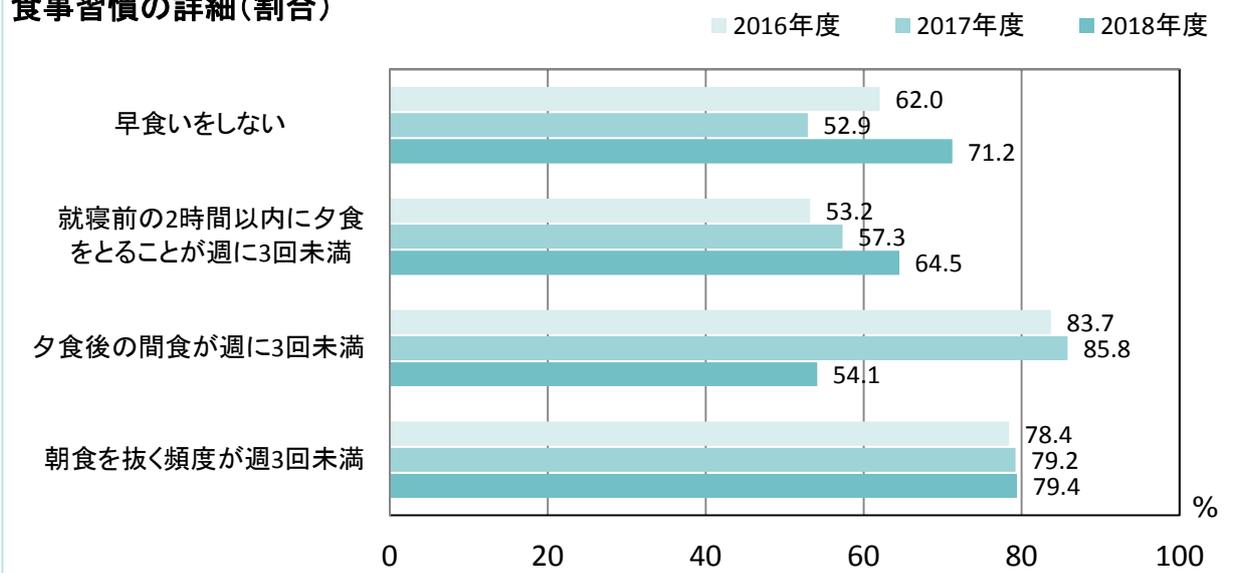


◇睡眠習慣（睡眠で休養が十分とれているか）



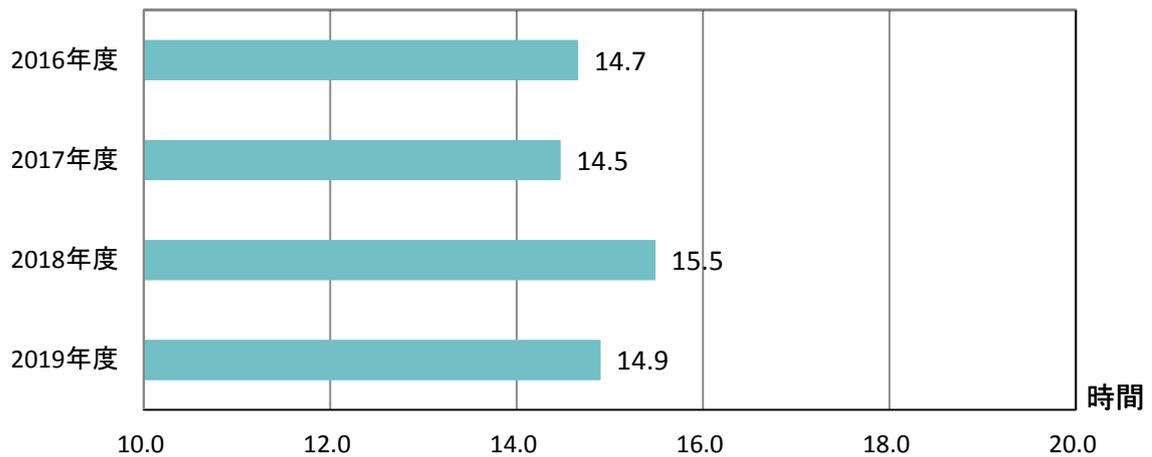
◇食事習慣

食事習慣の詳細(割合)

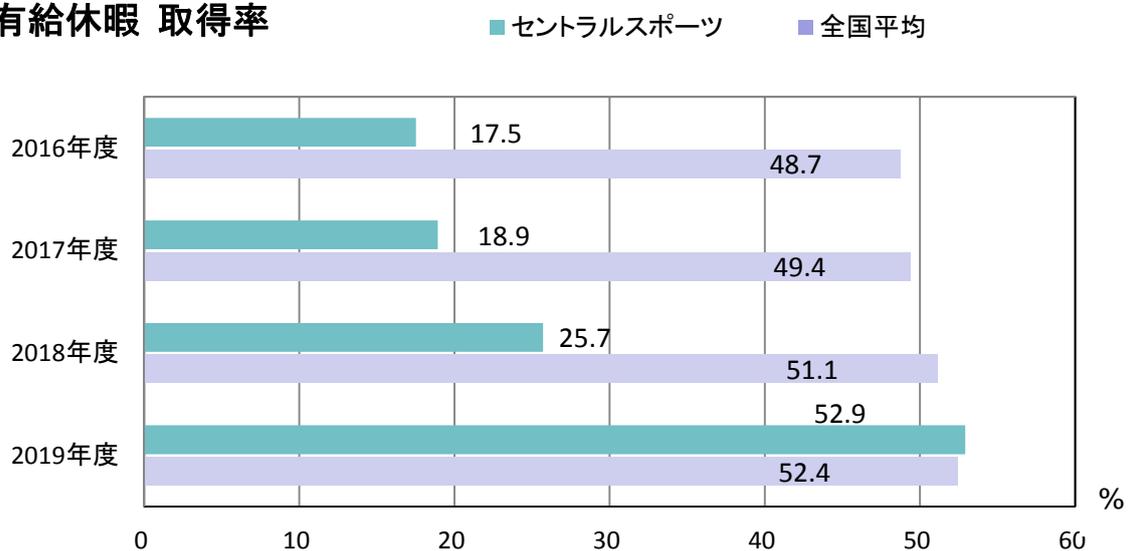


《働き方改革》

◆所定労働時間外 1人当たり平均(月間)



◆有給休暇 取得率

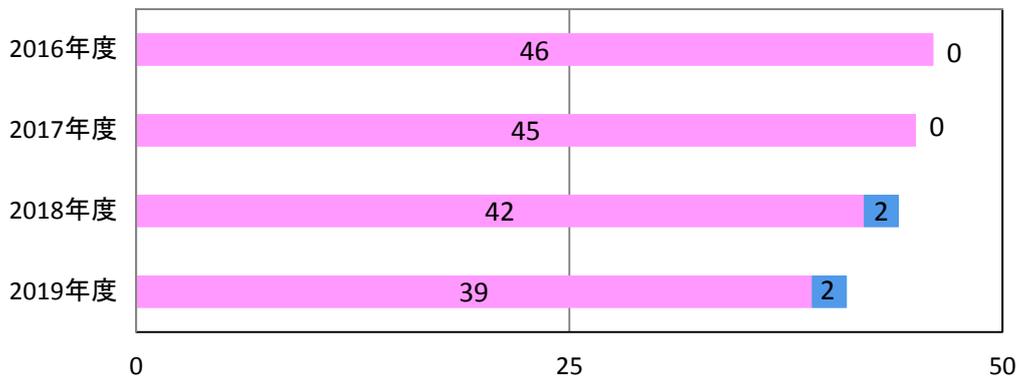


※有給休暇取得率について

- ・全国平均は、厚生労働省が実施している「就労条件総合調査」に基づく
- ・2019年度の有休平均付与日数は1人当たり16.7日、取得日数は8.8日

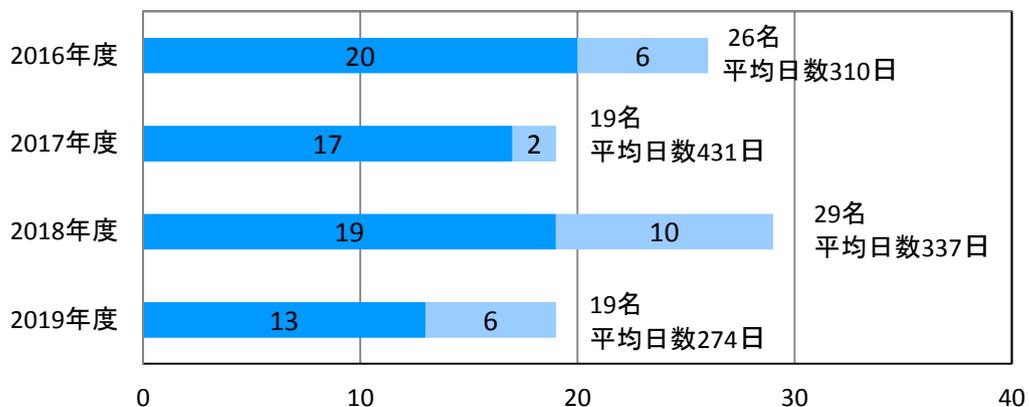
◆産休育休取得 合計人数

■ 女性 ■ 男性



◆育休取得者人数・平均取得日数

■ 社員 ■ 一般D職



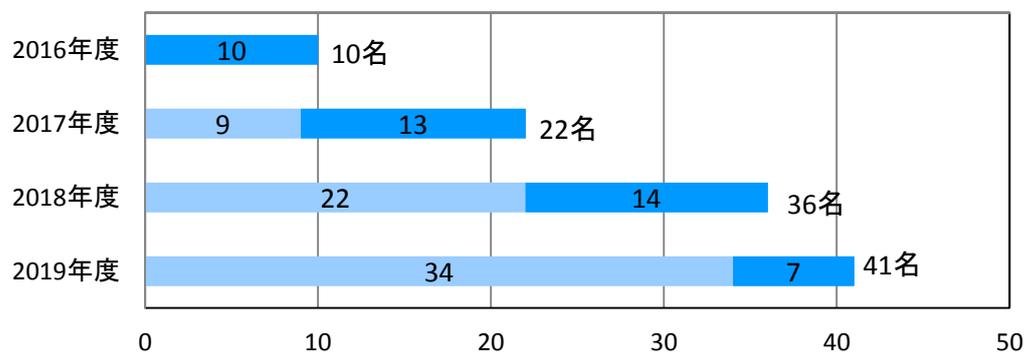
※平均取得日数について

実際には、有休や看護休で休暇を追加取得する人が多く、平均日数より長く取得している。

◆育児サポート職群への変更制度 利用者数

■ 利用継続人数 ■ 内 新規利用者

(2016年度制度スタート)



※育児サポート職群

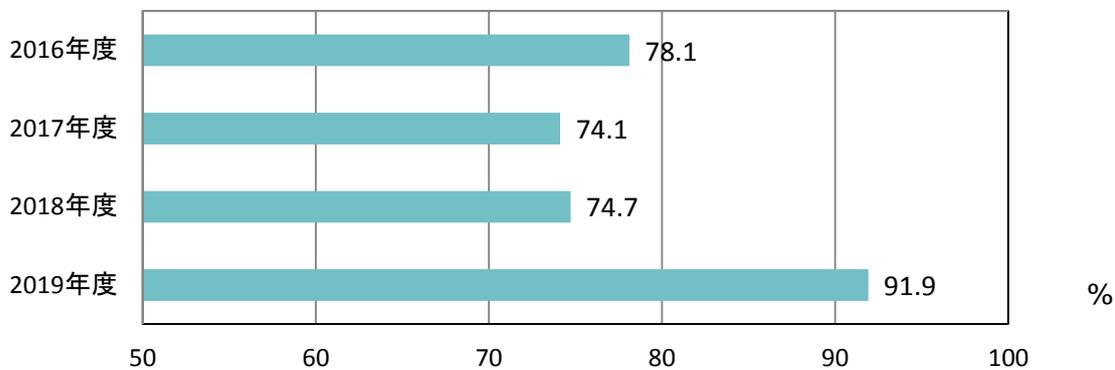
育児、介護等により時間的制約を抱える社員を対象とし、仕事と家庭の両立支援を目的とする職群コース。勤務時間は申請によって認められた時間とする。

◆介護休暇取得者数 1名

※実際には、有休や看護休で休暇を取得する人が多数

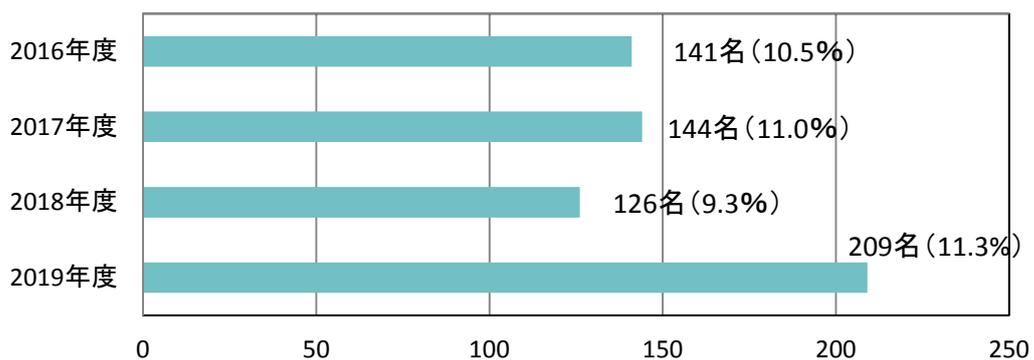
《メンタルヘルス対策》

◆ストレスチェック実施率



◆ストレスチェックにおける高ストレス者数

単位: 人数(割合)



※高ストレス者の全国平均は10%

※2019年度は実施者数の増加により高ストレス者数が増加

5. 取り組み内容と成果(外部認証)

[2016年度]

- 〈取り組み〉** 7月 「オフィスフィットネス」本社導入
 9月 働き方改革プロジェクト スタート
 10月 「健康企業宣言」
 10～11月 スタイルアップキャンペーン
 11月 「生活習慣病予防セミナー」実施(本社)
 11月 ストレスチェック導入
 12月 「健康相談窓口(社外)」設置

- 〈外部認証〉** 12月 東京都スポーツ推進企業



[2017年度]

- 〈取り組み〉** 7月 健康経営推進チーム 活動スタート
 9月 感染症対応力向上プロジェクト参加 ※eラーニング
 10月 スニーカー通勤の推奨・カジュアルデーの設定
 12～翌2月 健康経営ANGキャンペーン(本社)
 ウォーキング推奨・巡回ストレッチ・セミナー他
 2018年1～2月 スタイルアップキャンペーン・ウォーキングの推奨
 3月 セントラルスポーツ「健康経営宣言」制定
 3月 カジュアルWEEK ※スポーツ庁と連動/5～18日の2週間



- 〈外部認証〉** 7月 健康企業宣言「銀の認定」
 12月 スポーツエールカンパニー(スポーツ庁)
 12月 東京都スポーツ推進企業
 2月 日本政策投資銀行「健康経営格付」取得

[2018年度]



- 〈取り組み〉**
- 6月 健康増進プログラムの実施(本社)
肩こり腰痛予防改善、椅子ヨガ、ヨガ
 - 7月 有給休暇取得の推奨 ※2018年度下期 有休5日設定
 - 8~9月 健康経営ANGキャンペーン~食生活編~実施
スタイルアップキャンペーン&サプリメント配布
&食生活アンケート&スポーツ関連豆知識掲示など
 - 9月 「女性専用メール相談窓口」設置
 - 10月 インフルエンザ予防接種費用補助
 - 12月 女性健康セミナー(本社)※乳癌セミナー

その他、企業対抗ポッチャ大会 社内予選会等を開催



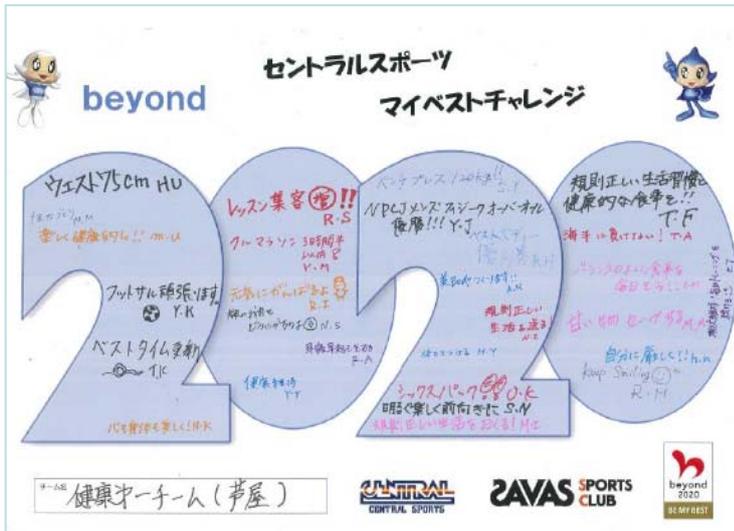
- 〈外部認証〉**
- 12月 健康企業宣言「金の認定」 ※第9番目の取得
 - 12月 スポーツエールカンパニー(スポーツ庁)
 - 12月 東京都スポーツ推進企業
 - 2月 健康経営優良法人2019 ホワイト500

[2019年度]

- 〈取り組み〉
- 4月 本社 コンディショニングエリア設置
 - 4月 本社 卓球台設置
 - 7～8月 スタイルアップキャンペーン実施
運動回数、スニーカー通勤の状況確認
 - 8月 スポーツ庁
「マイベストチャレンジスタッフ編」開催
 - 9月 企業対抗ポッチャ大会 社内予選会開催
 - 10月 「セントラルスポーツ健康白書」発表
 - 11月 インフルエンザ予防接種費用補助
 - 3月 本社 フリースペース兼卓球エリア設置



- 〈外部認証〉
- 12月 令和2年健康企業宣言「金の認定」
 - 12月 令和元年度スポーツエルカンパニー
 - 12月 令和元年度東京都スポーツ推進企業
 - 3月 健康経営優良法人2020「ホワイト500」



★マイベストチャレンジ★
～スタッフ編～

1年後のオリンピックパラリンピックに向け、それぞれがスポーツ等に関する目標を宣言し、実行。各事業所ごとに取り纏め、掲示してスタッフで共有。



★スタイルアップキャンペーン★

全従業員を対象とし、2ヶ月間にわたり健康管理に気をつけ運動を継続することにより、より理想的なボディメイクに励むキャンペーン。
身長・体重・体脂肪率・歩数等を計測し、個々に目標値及び実施内容を具体的に設定し、事前事後に会社に報告。会社としては疾病予防、個人としては健康増進と健康意識向上となり、その結果検証及び報告を社内で行うもの。

スタイルアップキャンペーン参加率

	従業員数	参加者数	参加率(%)
2017年度	1,169	848	72.5
2018年度	1,208	897	74.3
2019年度	1,224	1,005	82.1

6. 今後の計画

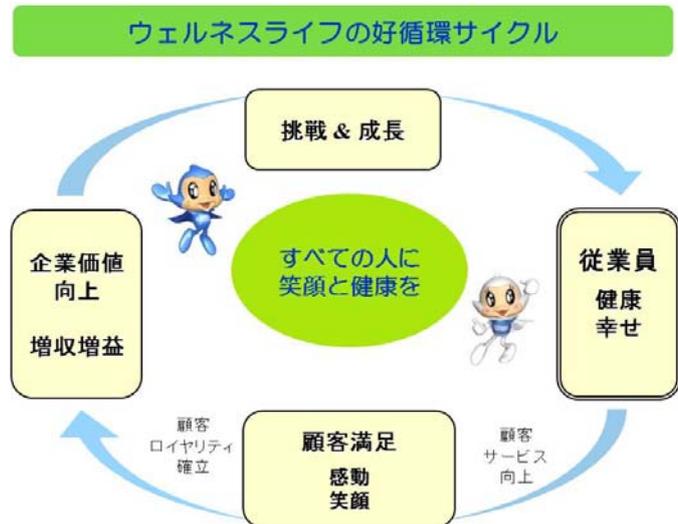
◆中長期計画

「0歳から一生涯の健康づくりに貢献する」
～すべての人に笑顔と健康を～

【ウェルネスライフの推進】

私たちは従業員の健康と幸せを大切に、その個性や能力を最大限に発揮することが企業の発展につながるを考え、従業員のウェルネスライフを推進します。

その人的資源をもとに事業活動を通じて、すべての人に笑顔と健康をお届けできるよう取り組んでまいります。



◆2020年度計画

【基本方針】

- ①健康診断受診率100%を維持し、従業員とその家族の心身の健康を維持増進します。
- ②ストレスチェックの実施および相談窓口活用により、メンタルヘルス対策を促進します。
- ③労働時間短縮や育児・介護・傷病者支援等、仕事と家庭の両立の取り組みを促進します。

【取り組み内容】

1. スポーツ推奨
2. 生活習慣病及びメンタルヘルス対策
3. 女性の健康対策
4. 働き方改革
5. 食生活の改善
6. 受動喫煙対策

★その他、感染症予防への取り組み、そしてウェルネスライフ推進の為、従業員の笑顔と幸せに向けた取り組みを進めます。

当社の健康経営宣言は、

- ①「明るく 仲よく 元気よく」活気ある職場づくり
- ②より健康意識の高い組織（ヘルスリテラシーの向上）づくり

をめざすことを基本にしています。

「健康白書」の作成と発表を通じて、PDCAサイクルで健康意識の高い職場づくりを継続的にめざしてまいります。

そして、すべての人に笑顔と健康をお届けできるよう、皆様のウェルネスライフに貢献してまいります。