

企業 / 事業所名	社会福祉法人青谷学園				
所在地	〒610-0113 京都府城陽市中芦原 14				
業種	社会福祉事業（障害者支援施設）				
従業員（常勤）	100人（69人）				
認証歴 / 受賞歴	平成26年度～令和6年度 / 平成30年度特別賞、令和元年最優秀賞				
定期健康診断結果の提出先（実施年度）	全国健康保険協会 京都支部（令和5年度）				
がん検診受診状況	肺がん	大腸がん	胃がん	子宮頸がん	乳がん
	100%	100%	100%	82.1%	100%
健康づくりの とりくみ	<p>組織的な運営</p> <p>「健康 de 笑顔 大作戦！」をスローガンに掲げ、健康で笑顔あふれる職場づくりに取り組んでいます。</p> <p>理事長や産業医、衛生管理者や労働者代表、施設長、看護師、管理栄養士等、様々な職種・立場のメンバーと共に、毎月1回、健康経営会議と衛生委員会、安全衛生懇親会を合同開催して健康づくりに取り組んでいます</p> <p>胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がんの国が推奨するがん検診に加え、男性には定期的に前立腺がん、若い女性には6年毎にマンモエコーの機会提供、その上2年に1度全職員の検査項目にHbA1cを加え生活習慣病のチェック体制も整えています。早期発見早期治療を目指し再検査や要精密検査が必要な職員にはきちんと二次検査に行き届くよう促し、両立支援コーディネーターも増員し、仕事と治療の両立支援体制も整え、誰もが健康で長く働いて頂けるように、組織的に取り組んでいます。</p>				
	<p>定期的な普及啓発活動</p> <p>高齢者活躍企業コンテスト独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構理事長表彰「優秀賞」を受賞しました。当法人では「生涯現役！知識経験を活かしてアグレッシブシニアを目指そう！」をスローガンに、誰もが健康で、笑顔で、生涯現役で働ける職場環境づくりを進めています。ミドル・シニアの職員の皆さんの真摯に仕事に取り組む姿勢が、法人全体に好影響を与えているところが受賞につながりました。</p> <p>「人生100年時代」に向けて、高齢者にも配慮した職場環境を整え、誰もがいつまでも健康で働けるように取り組んでいます。</p> <p>2024年7月京都労働局長表彰、健康確保対策の「奨励賞」を受賞することができました。</p> <p>がん対策では、2023年2月に厚生労働省の委託事業である「がん対策推進企業アクション」のがん対策推進企業パートナー賞「中小企業部門」の受賞に続き、2年続けてがん対策推進優良企業表彰を受けております。</p>				

生活習慣病予防対策として、行動変容ステージモデルの5つのステージ（無関心期・間心期・準備期・実行期・維持期）に合わせ、法人として、動機づけ・行動のための実行支援・環境づくりを行ってきました。

1年目はポピュレーションアプローチ、次の年度はヘルスリテラシー向上、そして今まで学んだ知識を活かし、実際に行動することを目的とし、昨年実施した【節酒・減酒・休肝日+減間食キャンペーン!!】が大変好評だったため、今年度は「一無・二少・三多キャンペーン」を計画し、参加者を募りました。職員約104名のうち、51名もが参加を希望し、5月・8月・11月に取り組みを行いました。

8月の活動報告は動画や写真を添付した面白い投稿をして参加者間でモチベーションを保って取り組みました。11月にはお互いの目標について応援コメントをし、自分の活動内容だけではなく仲間の活動にも焦点を当てることで良い部分を取り入れて参考にしたり、応援をされることでモチベーションアップを目指したりしました。これらは社内のコミュニケーションツールを用いたキャンペーンであり、費用は一切かかっていません。

アンケート実施結果

1. 一無二少三多キャンペーンへ参加した満足度を教えてください

5点満点中平均4.10点

かなりの高得点で、参加者の満足度は高い結果となりました。

2. キャンペーンは効果がありましたか？

51名中48名効果あり

行動変容により体重減少や食生活の改善、良質な睡眠、運動習慣の意識向上ができたといった結果がでました。

キャンペーン参加で、行動に移せた望ましい生活習慣行動も「継続」「定着」することが肝要であるため、法人としては定期的・継続的に取り組んでいきます。

全職員でラジオ体操を1日2回、さらに介護職員は始業時にも腰痛予防体操を取り入れ、現在腰痛労災が皆無となっています。

業務用体組成計による身体測定を年2回実施し、筋力維持やフレイル予防に役立っています。

2015年から年1回メンタルヘルス研修を実施しています。今年度のテーマは「私のためのメンタルヘルス～ストレスとの付き合い方～」というテーマです。毎年様々な分野の講師を招聘することで、色々な角度からメンタルを整える方法を知ることができ、大変好評です。

女性の健康についての取り組みはこれまでも乳がんや子宮頸がん検診の勧奨を行ってきましたが、今年は『更年期』や『PMS』について全年齢を対象にした座談

	<p>会を実施し、更年期についてのビデオ上映と経験者の話を聞く時間を設けました。更年期の仕組みや症状について情報を得ることで、自分自身の身体を知ることや更年期を理解することができました。産休中の職員の参加もあり、関心の高さが伺えました。</p> <p>食生活改善に向けた取り組みとして、塩分チェックシートの活用と『塩分濃度計』を職員に貸し出し、家で味噌汁やスープの塩分濃度を計ることで、普段自分がどのぐらいの塩分濃度の食事をしているかをチェックしてもらいました。その結果を一枚のスプレッドシートで共有することで他と比較しつつ適切な塩分濃度を自覚することで、食生活の改善につなげる取り組みを始めました。定期的に測定を行い、自分の塩分バランスを知ることで減塩につなげていきたいので、この取り組みは今後も継続して行う予定です。</p>
<p>各種団体との連携</p>	<p>令和5年度より赤十字社の献血バスを年に2回招致し、近隣地域の施設や取引業者、行政などにも声をかけ献血の機会の提供を継続して実施しています。今年度は6月37名、11月48名の方が献血されました。今後も継続的に実施していくことで更にアナウンスを広げ、職員の健康づくりと共に地域の皆さんの定期的な健康チェックと地域貢献としての役割を果たしていきたいと思えます。</p> <p>施設公開に合わせて、地域に向けた健康増進の取組として、健康測定ブースを設けました。平日には仕事があり来られない方にも来ていただけるように、初の土曜日開催としました。当日は、当法人の体成分分析装置による身体計測や、乳がん触診モデルの体験をして頂きました。</p> <p>協会けんぽ京都支部とコラボ事業としてBHQ測定機器での脳の健康チェックと山城北保健所の貸し出し物品としてロコモ度チェックや握力測定、筋肉、血管モデルの展示を行いました。様々な機器の体験や展示により、職員のみならず、地域の方も巻き込んだヘルスリテラシーの向上と社会貢献の取り組みになりました。健康ブースの体験参加者は57名と大変盛況でした。</p> <p>11月の城陽福祉ふれあいまつりにおいて健康ブースを出展しました。体成分分析装置による身体計測や乳がん触診モデルの体験をしてもらったり、山城北保健所からお借りしたロコモ度チェックをしてもらったりと、多くの地域住民の方への地域健康活動を広めることができました。</p> <p>きょうと健康長寿推進山城北地域府民会議で「笑顔あふれる『健康ファミリー青谷学園』～少しの工夫で楽しく健康に！～と題して事例発表を行いました。山城北地域の健康に携わる方々が参加されていました。今後も出来る事があれば、地域と連携しながら健康経営を進めていきたいと思えます。</p>

退職前・退職時の健康づくり指導	退職者には、退職された後も引き続き健康増進に努めてもらうために「献血の機会の提供」と「体組成計による身体測定会」についての案内状をお渡しし、施設公開の日程を案内しています。
健康づくり担当者の設置	健康経営会議、衛生委員会、安全衛生懇親会
受動喫煙対策	健康増進法に基づく受動喫煙防止対策の必要な措置を講じている。
違反規定	過去5年間に重大悪質な事案により、法令違反し処分等を受けたことがない。
ホームページ	https://aodani.or.jp/
メッセージ(R6)	<p>健康保持増進の取り組みは年齢層を問わず、全職員に浸透するように考えています。若い職員も若いうちから健康について意識してもらえるよう、シニアの職員は健康で長く勤務できるようアプローチをしています。今年は『一無、二少、三多キャンペーン』を実施し、健康保持、健康診断の結果改善について各自で目標を立ててもらい、社内SNSを通じて活動報告や活動の応援を行い、目標達成に向けて取り組みました。</p> <p>女性の健康についての取り組みはこれまでも乳がんや子宮頸がん検診の勧奨を行ってきましたが、今年は『更年期』について全年齢を対象にした座談会を実施し、経験者の話を聞いたり更年期の仕組みや症状について情報を得たりすることで、自分自身の身体を知ることや更年期を理解することができました。</p> <p>健康について知ること・考えることはどの年齢にも必要です。幅広い年齢層の職員が一丸となって健康で働くにはヘルスリテラシーの向上とお互いを理解することが大切です。これからも「健康ファミリー青谷学園」であり続けます。</p> <p style="text-align: right;">青谷学園相談支援事業所 管理者 宮西裕子</p>