


「2019年度の健康経営に関する主な取り組み結果と今後に向けて」

奈良トヨタ自動車株式会社・株式会社奈良トヨタCDSテクノ



メンタルヘルス セルフケア研修 (2019.7.25)

<取り組み課題・分類> メンタルヘルス不調等のストレス関連疾患の発生予防・早期発見・対応

【内容】	【実施風景】
入社2年以内の若年次スタッフを対象に、「セルフケア研修」を実施 ストレスとうまく付き合うセルフマネジメントを学ぶ	
【実施結果・効果】	
対象者20名 出席者20名にて実施 2019年度のメンタルヘルス不調による休業・休職の 新規発生者0名	
【検証・今後に向けて】	
毎年継続して実施することでメンタルヘルス不調による休業・休職者が 抑制されている メンタルヘルス不調による休業・休職者0名を目指して、管理職ラインケア研修 と並行して継続的に実施する	



ボランティア清掃活動「クリーンキャンペーン」 (2019.9.30)

<取り組み課題・分類> 従業員間のコミュニケーションの促進

【内容】	【実施風景】
年1回恒例となっているボランティアの清掃活動 会社の定休日に各店の周辺を清掃	
【実施結果・効果】	
2019.9.30開催 全従業員291名中 277名参加 (95.2%) 参加者からは、「ボランティア活動に対する達成感・満足感を感じる」 「リフレッシュ効果あり」、「多くの社員とコミュニケーションがとれた」という 評価を多数いただいている	
【検証・今後に向けて】	
参加者からはメンタルヘルス不調による休業・休職者は発生しておらず 参加者の高満足度、従業員間のコミュニケーション増加などから、 アブセンティーズム・プレゼンティーズム両面に効果を確認・期待できる 今後も毎年継続して実施していきたい	



奈良マラソン2019 (2019.12.8)

<取り組み課題・分類> 従業員の健康増進・運動習慣定着

【内容】	【実施風景】
<p>当社がメインスポンサーを務める奈良マラソン2019への従業員の参加を奨励。参加エントリーを会社にて実施するなど参加を支援</p>	
<p>【実施結果・効果】</p> <p>2019.12.8開催。全従業員285名を対象に参加者を募集し、28名が参加。(フルマラソン10名・10K mの部18名)</p> <p>参加者の70%が、日頃から運動習慣がある、もしくはエントリーをきっかけに運動習慣が定着しており、社員の運動習慣定着に寄与</p>	
<p>【検証・今後に向けて】</p> <p>上記記載の通り、社員の運動習慣定着、運動習慣者率向上に寄与しているため、今後も継続するとともに、参加者増加や運動イベントの増加を目指す</p>	

禁煙スタートアップセミナー (2020.2.12)

<取り組み課題・分類> 従業員の喫煙率低下、生活習慣病発生予防、重症化予防

【内容】	【実施風景】
<p>奈良市様と協力して、禁煙スタートアップセミナーを企画・開催</p> <p>喫煙者を中心に参加希望者を募る形で開催</p>	
<p>【実施結果・効果】</p> <p>2020.2.12実施。18名が参加。(喫煙者127名・参加率14%)</p> <p>アンケートで8名(44%)が半年以内に禁煙にチャレンジしたいと回答</p> <p>セミナー以降に3名が禁煙(3ヶ月以上)に成功</p>	
<p>【検証・今後に向けて】</p> <p>2018年度・2019年度と継続して禁煙セミナーを実施し、その他の健康関連施策の効果もあり、わずかながらも喫煙率は2年連続減少を続けている。社員の健康にとって非常に重要な取組課題であるので、各種の取り組みの強化を図っていく</p>	

※上記は主な取り組みのご紹介で、上記以外にも多数の取り組みを実施しております。