

# Well-being Report 2025

## さいくま健康白書

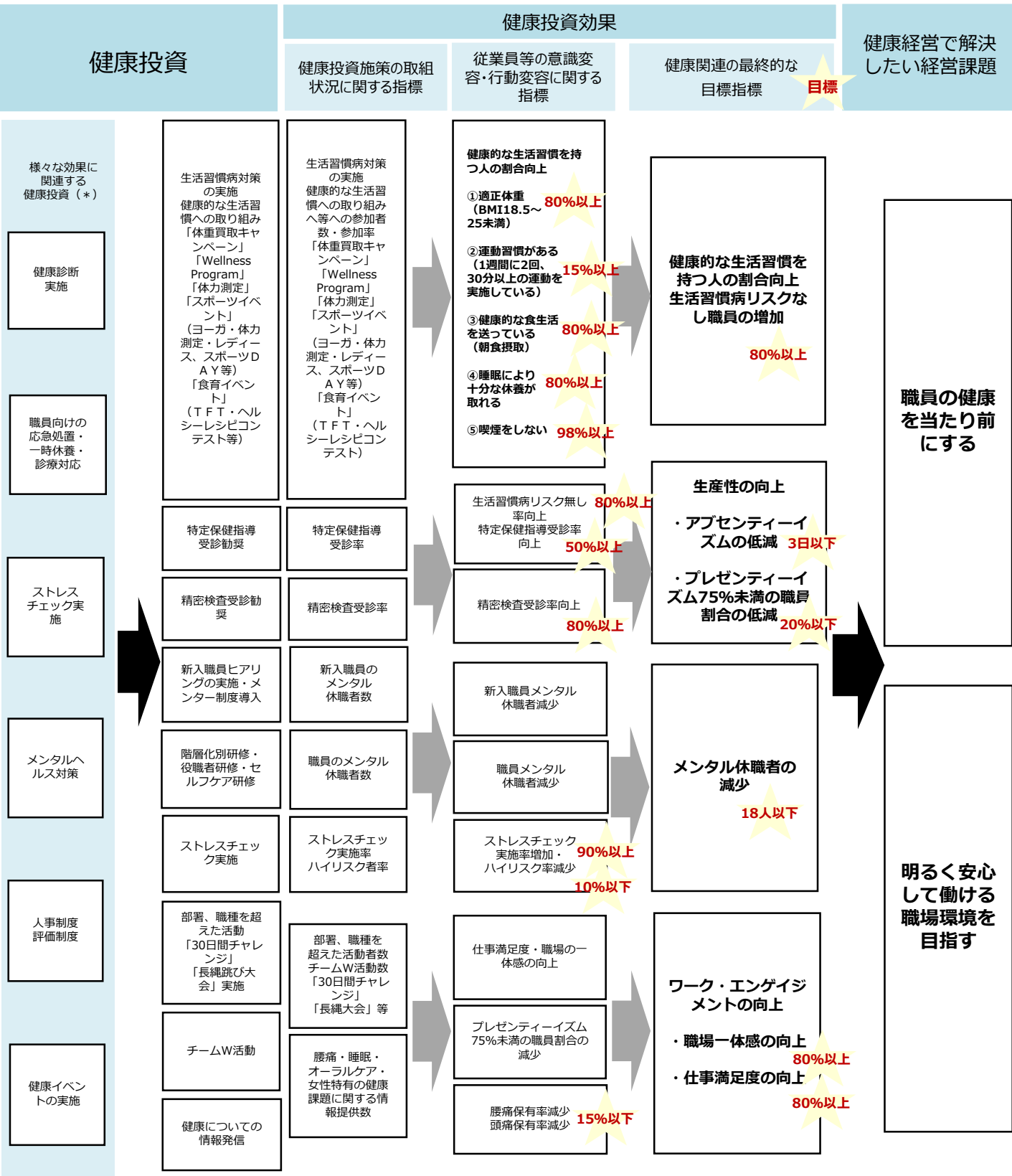
済生会熊本病院にとって、「職員」は最も大切な財産です。  
すべての職員が心身ともに健康で、明るく、安心して働ける  
職場環境を実現することを宣言します。

力を合わせ、医療を通じて、地域社会に貢献します。



# 健康経営戦略マップ2025

各アウトカムの数値目標を、現在の数値を元に実現可能な範囲で設定しました。この戦略マップの指標改善に向け、計画的に活動していく予定です。



# 主な健康指標2025

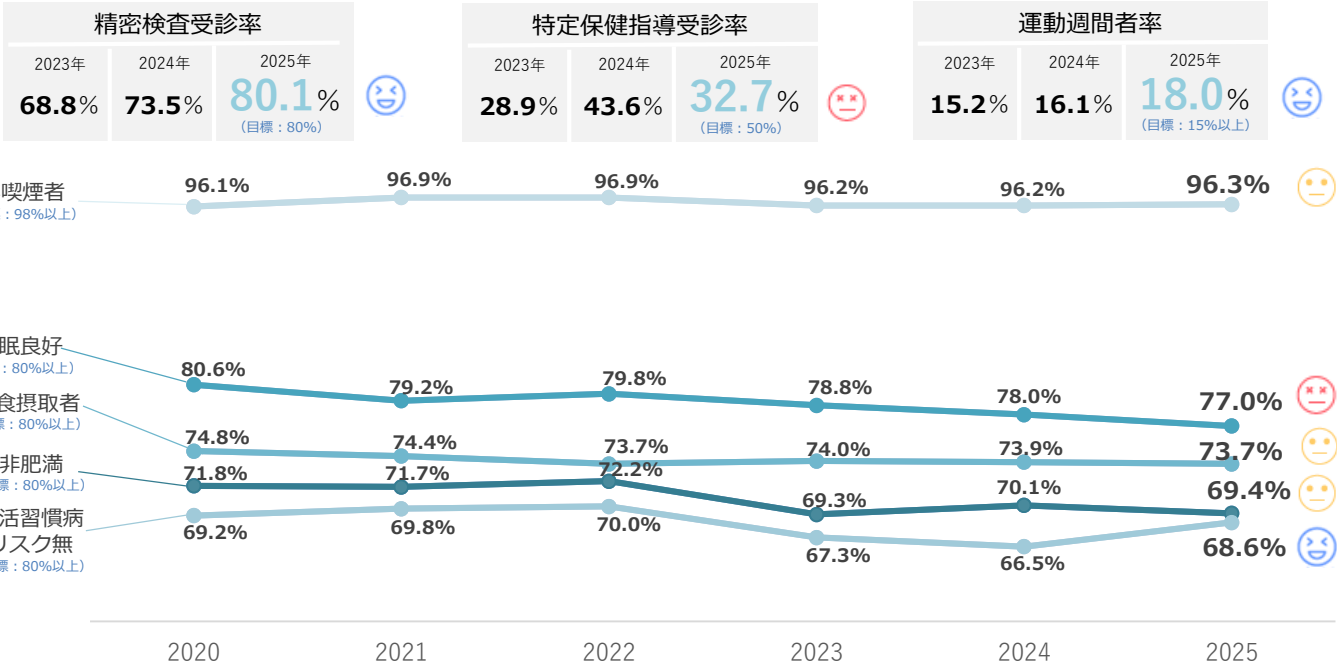


精密検査受診率が増加し、80%以上の目標が達成しました！引き続き病気の予防・早期発見のためにも受診率向上を目指します。

また、健康診断問診結果より睡眠・朝食摂取において、悪化傾向にありましたが、生活習慣病リスクなし割合は増加しております。引き続き生活改善に努めていきましょう。



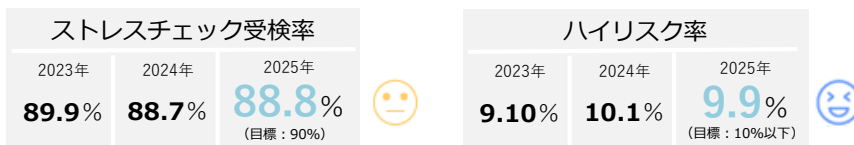
## 01 健康診断データ 定期健康診断受診 100%



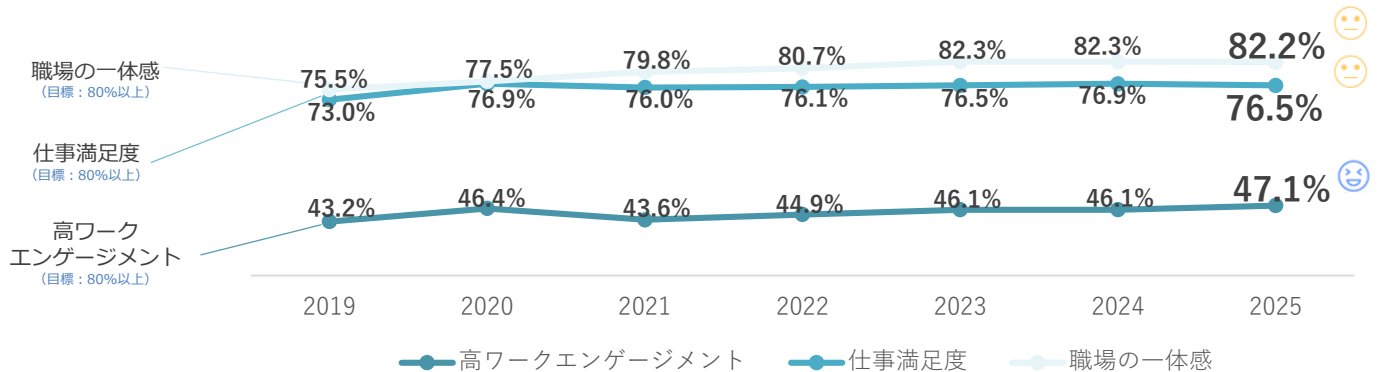
※各項目の詳細

- 睡眠良好: 良く眠れていると回答
- 朝食摂取者: 週5日以上朝食を食べている
- 非肥満: BMI25未満
- 生活習慣病リスク無: 血圧、脂質、糖代謝すべて異常無
- 運動週間有: 1日30分以上の運動を週2回以上している

## 02 ストレスチェックデータ



ストレスチェックハイリスク者は減少し、エンゲージメントも増加しています。今後も仕事満足度、職場の一体感が維持できるよう職場の環境調整やメンタル不調への予防対策を今後強化していきます。



※各項目の詳細

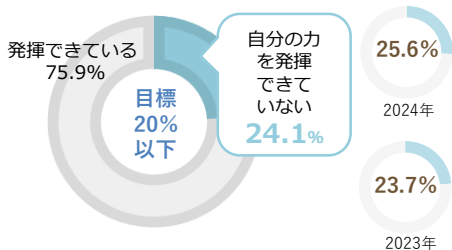
- 職場の一体感: 私たちの職場では、お互いに理解し認め合っている「そうだ」もしくは「まあそうだ」と回答
- 仕事満足度: 仕事に満足だ「満足」もしくは「まあ満足」と回答
- 高ワークエンゲージメント: 仕事をしていると、活力がみなぎるように感じる・自分の仕事に誇りを感じる 共に「そうだ」もしくは「まあそうだ」と回答

# 主な健康指標2025



## 03 プレゼンティーズムの状況

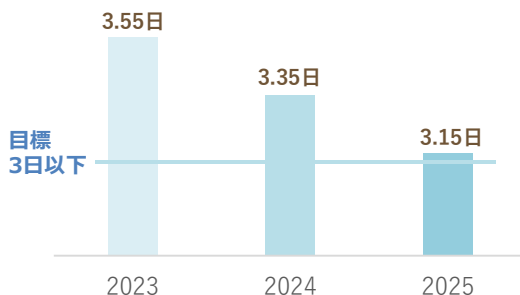
自分の力を発揮できていない職員 (※) 😞



(※) 「病気やけががないときに発揮できる仕事の出来を100%とした場合の過去4週間の自己評価」が75%未満の職員 (Single-Item Presenteeism Question 東大1項目版)

## 04 アブセンティーズムの状況

傷病による平均欠勤日数 (※) 😊

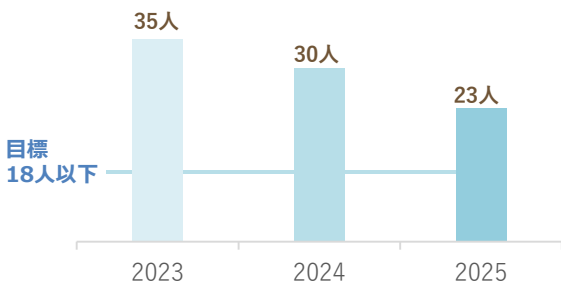


(※) 傷病を理由に2週間以上休んだ人の休職日数の全職員平均 (欠勤、有給休暇、休職制度利用も含む) ÷ 4/1時点の職員数

プレゼンティーズム：自分の力を発揮できていない職員割合が減少していますが目標にはあと一歩です。今後もストレスや身体の不調への対策が必要と考えます。

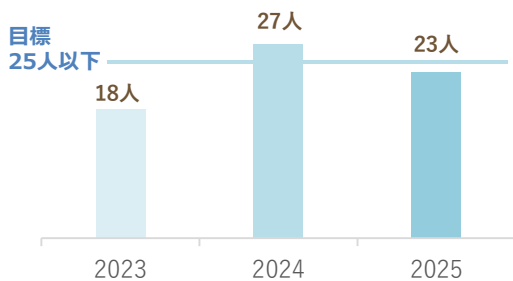
## 05 休職者数

メンタル疾患による休職者数 (※) 😞



(※) 年度中一度でもメンタル疾患にて1ヶ月以上欠勤・休職した (前年度から継続を含む) 職員数

メンタル疾患以外による休職者数 (※) 😊



(※) 年度中一度でもメンタル疾患以外にて1ヶ月以上欠勤・休職した (前年度から継続を含む) 職員数

メンタル・メンタル疾患以外の休職者も減少しています。引き続き不調時の早期対応、相談できる体制整備に努めていきたいと思えます。

## 06 健康経営度調査結果 😞

(参考) 2025年4月1日時点 職員数：1,874名

	2025年	業種平均	2024年	2023年
総合評価	57.1	48.8	58.5	60.6
経営理念・方針	55.8	49.4	58.0	61.6
組織体制	58.7	48.9	58.8	61.8
制度・施策実行	53.3	47.0	55.1	55.6
評価・改善	60.0	49.3	61.1	62.0

(※) 数値は全社平均を元にした偏差値

健康経営調査受検7回目でした。多くの企業が健康経営に取り組み始め、全体の評価が厳しくなっている状況です。当院も他企業の取り組みを参考にし、引き続き健康経営に力を入れ、職員の健康増進に繋がりたいと思えます。

# 2025年度の取り組み



## NEW! 年度末抽選会開催

今回初めての試みとして、年度末抽選会を開催しました。抽選に参加する条件は、2025年度内に職員健康管理室が開催するいずれかのイベントに参加することです。1回参加すると1回抽選に参加する権利を獲得することができます。抽選方法は、抽選アプリを用いて院長に引いていただきました。

日々業務を遂行している職員への労いと健康イベントに参加して健康づくりに努めた職員へのご褒美として、豪華な賞品を準備しました。健康イベントに参加することが日々の楽しみになったり、活力になってくれたらうれしく思います。

▼抽選会の様子



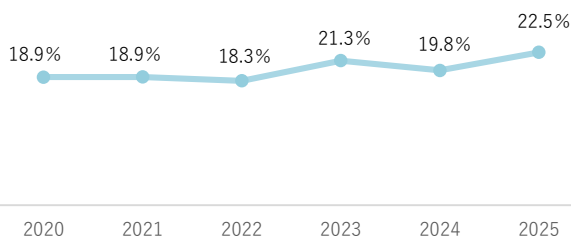
## NEW! SUNTORY+アプリ導入

2025年9月からSUNTORY+アプリを導入しました。SUNTORY+とは、SUNTORYの新しいヘルスケアサービスであり、生活習慣の改善に向けての健康行動を提案してくれるアプリになります。誰でもできる健康タスクがたくさんあり、その中から自分に合ったものを設定することができます。健康タスクをクリアし、ポイントを貯めていくと、SUNTORYの健康飲料と交換できるシステムとなっています。

今回アプリ導入にあたり、より多くの職員に活用してもらうためにアプリ内で「歩こうフェス」というイベントを開催し、院内で導入を推進しました。その結果、約200人の職員がこのアプリを導入し、「歩こうフェス」や日々の健康タスクなどに取り組んでいます。今後も継続してアプリを推進していき、多くの職員が健康に向けて考えるきっかけになればと考えています。



運動や食生活等の生活習慣改善に取り組んでいる職員割合の推移



## NEW! 「お口の健康チェック」開催

当院では毎年、6/4「むし歯予防デー」と11/8「いい歯の日」に合わせてオーラルケアイベントを開催しています。そこで今回は、日本歯科医師会が提唱する「生活歯援プログラム」を活用し、熊本県歯科医師会より歯科衛生士さんに来ていただき、職員へ日々のオーラルケアについてのアドバイスや問診結果に基づいた指導を個別にさせていただきました。参加した職員からは、個別で相談ができてよかった、今回学んだことを日々のケアに活かしていきたいという声が聞かれました。



## NEW! 歩こうフェス

「歩こうフェス」はSUNTORY+アプリで実施できるウォーキングイベントです。今回SUNTORY+アプリを導入したことに合わせて、初めて「歩こうフェス」を開催しました。当院の職員にアプリをダウンロードしてもらった後、歩こうフェスに各々参加し、ランダムに犬さんチームと猫さんチームに分かれて合計歩数を競いました。開催している1ヶ月間、接戦続きで大変盛り上がりました！今後も定期的で開催していく予定です。



# 2025年度の取り組み



## スポーツDAY開催

当院では、年に1回外部講師を招いてスポーツDAYを開催しています。今回は、以前から要望が多かった「ピラティス」を行いました。ピラティスインストラクターの方をお呼びしました。初心者の方も多数いらっしゃったので、筋トレと体幹トレーニングを中心とした内容となりました。参加した職員からの満足度も高く、効果を感じた職員が多数いました。今後も新しい取り組みも含めて検討していく予定です。

### ◆感じた効果（参加後アンケートより）

- ・気分が良くなった 7名
- ・運動不足解消 7名
- ・ストレスの改善 3名
- ・血行が良くなった気がする 1名



## 長縄跳び大会

このイベントは2024年度から開催している院内の大きいイベントで、今年が2回目の開催でした。各部署でチームを作り、持ち時間3分間の間に何回跳べるかを競います。今回は総勢20チーム、236名の職員が参加しました。大会に向けて練習に取り組むチームもありました。当日は、応援にくる職員も多数いて、職種の垣根を越えたチームワークが見られました！

### ◆参加した感想（参加後アンケートより）

- ・楽しかった 29名
- ・部署のコミュニケーション活性化に繋がった 27名
- ・ストレス解消に繋がった 10名
- ・運動不足解消に繋がった 7名

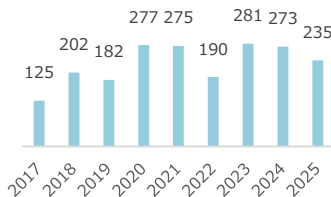


## 部署対抗歩数ランキング「30日間チャレンジ」

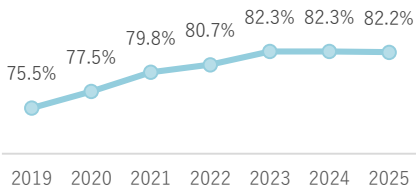
このイベントは、組織全体の健康意識の向上だけでなく、職員同士がコミュニケーションをとる機会となることを目的として、2015年から開催しており、今年度で10回目の開催となります。このようなイベントや病院全体の様々な取組により、職員同士のコミュニケーションの活性化が計られ、職場の一体感が高いと感じている職員割合も向上してきていると考えております。



30日間チャレンジ参加数推移



職場の一体感が高いと感じている職員割合の推移（※）



（※）ストレスチェック下記開きの回答が、「そうだ」もしくは「まあそうだ」であると回答した職員割合  
Q私たちの職場では、お互いに理解し認め合っている

## 新入職員腰痛予防講習会

若い頃から腰痛予防の視点を持ち、腰痛予防のためのセルフケアができるよう、新入職員に対して腰痛予防講習会を企画しました。講師はリハビリテーション部のスタッフにご協力いただき、実技も含めて行いました。



## SAIKUMAヘルスチャレンジ

職員の健康に対する意識づけと疾病予防を目的に開催しました。

昨年の健診結果から改善（維持）したい評価項目を選び、その項目の改善

に向けて1ヶ月取り組みを継続するというチャレンジです。今年は106名が取り組み、70名が健診結果が改善しました。それぞれ自分の健診結果を確認し、自分の体のことを見つめ直すきっかけになりました。

健診前SAIKUMAヘルスチャレンジ2025

からだもこころも生き生き生活！



# 2026年度に取り組みたい重点課題



## 1.生活習慣病対策

- ・生活習慣病因子を減らす為の健康イベント開催  
(運動、食生活、睡眠、歯科)
- ・精密検査対象者への受診勧奨
- ・特定保健指導開始



## 2.メンタルヘルス対策

- ・新入職員ヒアリングの介入
- ・メンター研修の充実
- ・両立支援制度の整備
- ・ストレスチェックの開示
- ・ラインケア教育の強化
- ・セルフケア研修会の実施



## 3.コミュニケーション

- ・長縄跳び大会開催
- ・企業対抗バレー大会への参加
- ・トークイベント開催
- ・年度末抽選会開催

2022年以降、生活習慣病の有所見者が年々増加しています。2026年度は職員健診後に院内で実施する特定保健指導が開始となる予定です。

2026年度も引き続き健康イベントを多くの職員に継続して健康づくりができる仕組みづくりとセルフケア研修会の継続、ラインケア教育を強化し、相談しやすい環境、助け合える環境、職員が安心して働ける職場環境を整えます。

### 実施予定の健康づくりイベント

昨年に続き2026年度も、継続的に健康づくりに参加してもらえよう年度末に抽選会を開催予定です。健康イベント1回で1回の抽選に参加でき、年度末に豪華賞品をプレゼント！！

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	通年
体重管理キャンペーン				セルフケア研修会		歩数対抗リョウガ		SAIKUMAヘルスチャレンジ				ヨガ
New!! 新入さんと歩こうフェス	部署対抗長縄大会			睡眠イベント		歩こうフェス	スポーツDAY		企業対抗ミニバレー大会		睡眠イベント	足の健康フェイク
健康白書発行	企業対抗ミニバレー大会	歯とお口のイベント				おにぎりフォトコンテスト	歯とお口のイベント			食育イベント	抽選会	
		オンライン特定保健指導						New!!	院内にて健診後の特定保健指導			

New!! 😊 = トークイベント開催    ❤️ = 美姿勢塾

### 職員健康管理室メッセージ

健診結果は、数値が悪化している項目がいくつかありました。健診結果は、からだの通知表です。健診後は通知表を確認する時間を設け、自分のからだを見つめ直し、いつもがんばっている自分を労ってあげてください。もし、精密検査の指示があった場合は、速やかに病院を受診し、病気の早期発見、早期治療に繋がしましょう。

患者さんにより良い医療を提供するためにも、働く皆さんの日頃の健康管理が大切です。職員健康管理室では生活習慣改善を目的とした健康づくりイベントを継続的に実施していますので、是非ご活用ください。

近年、日頃の運動を習慣にする職員の割合が増加傾向にあります。健康に対する意識が少しずつ変化してきているように感じます。様々な健康行動を提案してくれる“サントリープラス”というアプリ9月に導入しましたので、ぜひ活用してください。

みなさん一人ひとりが心身ともに健康で安心して働き続けるために、2026年度も引き続きメンタルヘルス対策に力を入れていきます。ご自身そして周囲の職員がいつもと違う不調に気づいたとき、できるだけ早めに職員健康管理室に相談して下さい。



職員健康管理室  
室長 菅 守隆

