持続可能な 働き方 ④

生産性アップ 労災や休業減

「健康経営」社員と共に

オリジナル体操

従業員の健康づくりに積極的に関わる「健康経営」を、約20年前から実践している運送会社が大阪にある。

約1000人の従業員を抱える「梅田運輸倉庫」。大阪市福島区の本社の受付前には、首や足腰などの筋肉を伸ばす「カウント10ストレッチ体操」のポスターが貼ってある。考案した相談役の岩崎小夜子さん(67)は「5分あればいつでもどこでもできる簡単な動作を意識した」と語る。

総務課長だった1996年当時は、ドライバーを中心に休業4日以上の労災が毎月起きていた。荷さばきでの腰痛や運転席が高いトラックの乗降に伴う足の捻挫・骨折が多かった。営業所を含め、朝礼でラジオ体操を促していたが、ドライバーは不規則な勤務で出社時間も異なるため、徹底されていなかった。

運送業の健康対策をサポートするNPO法人「ヘルスケアネットワーク」(大阪)の協力を得て、業態に即した体操を2003年に取り入れた。動きを図解した携帯型のカードを全従業員に配り、会議や社員運動会でも実施を求め、意識改革を迫った。

5年後には足首や膝をほぐす動作を加えた「改良版」を作成。休憩中にジョギングに励む従業員も現れ、労災件数は体操導入前から半減した。07年からは健康診断後のフォローを徹底。精密検査や治療が必要な従業員に受診を促したところ、1か月を超える長期休業者も減ったという。

「生産性が高まり、会社が負担する労災保険料も割安になった」。経営企画室部長の井上容子さん(51)は語る。

健康経営は今や、企業価値を評価する指標にもなっている。国なども後押ししており、実践が優れた企業・団体を顕彰する「健康経営優良法人」は16年度の制度開始以降、認定数が増え、20年度は9716法人を数える。

経済産業省によると、認定企業は融資や自治体の入札で優遇されるほか、社員の士気が高まり、ブランド力や採用力強化にもつながる。社員も住宅ローン金利の優遇などのメリットがあるという。

梅田運輸倉庫が考案したストレッチ体操のポスター(大阪市内で)