

群馬県厚生農業協同組合連合会 令和8年度健康経営実施計画

本計画は、本会が健康経営を遂行するにあたり、役職員が心身ともに健康で働けるよう取り組むために策定する。

1. 健康経営の取組目的

本会は、組合員・地域住民の健康で明るい生活を支援するために、より良い健診と介護サービスを提供することを目指し、職員一人ひとりが自らの健康増進に向けて実践することで活力ある職場づくりに取り組めます。

2. 健康経営取組目標（令和8年度）

| | 取組目標 | 具体的目標 | 対象者 | 備考 |
|---|-----------------|---------------------|------|----|
| ① | 健保ウォーキング参加の推奨 | 年間エントリー者数 56 名以上 | 全職員 | |
| ② | G-WALK アプリの活用 | 登録者数 28 名以上 | 全職員 | |
| ③ | 血圧測定の実践 | 週 1 回以上の取組による健康意識醸成 | 全職員 | |
| ④ | 健診結果による受診勧奨 | 紹介状発行者の受診率 100% | 該当職員 | |
| ⑤ | 腰痛予防運動の実践 | 就業前後、休憩時の取組定着 | 全職員 | |
| ⑥ | 長時間労働抑制に向けた取り組み | 全部門、時間外労働前年から減少 | 全職員 | |

3. 取組目標の具体的内容（令和8年度）

【運動習慣の定着】

① 健保ウォーキング参加の推奨

健保主催ウォーキングキャンペーンに積極的に参加し、年間エントリー者数 56 名以上、全員の 6,000 歩達成を目指す。

② G-WALK アプリの活用

アプリ活用による「1 日当たり歩数＝運動量」の増加を目的に、登録者 28 名以上を目指す。

【健康意識の醸成】

③ 血圧測定の実践

事務所に設置する血圧計で、週 1 回以上血圧測定を実施し記録することで、自らの健康状態を把握し、健康意識を醸成する。

④ 健診結果による受診勧奨

健診の結果、診療情報提供書（紹介状）が発行された職員に医療機関受診を促し、総務部へ受診報告を行い、受診率 100%を目指す。

⑤ 腰痛予防運動の実践

業務に伴う腰痛等のケアをはかるため、業務開始前や終了後、休憩時にストレッチを行うことで、予防および軽減を目指す。

⑥ 長時間労働抑制に向けた取り組み（新規目標）

身体的・精神的休息時間を確保するため、全部門で時間外労働時間を前年より削減する事を目指す。

【県共通目標への取り組み】メタボ率・肥満率の県域目標

| 県域目標 | R4 | R5 | R6 | R7 | R8 | R9 年度末 |
|------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| メタボ率 (40 歳以上) | 34.0% | 33.5% | 33.0% | 32.5% | 32.0% | 31.5% |
| 肥満率 (40 歳未満) | 28.0% | 27.5% | 27.0% | 26.5% | 26.0% | 25.5% |

| 厚生連実績 | R4 | R5 | R6 | R7 | R8 | R9 年度末 |
|------------------|-------|-------|-------|----|----|--------|
| メタボ率 (40 歳以上) | 18.0% | 23.1% | 29.4% | | | |
| 肥満率 (40 歳未満) | 32.1% | 30.4% | 26.3% | | | |