

コーナン健康白書 2023



 コーナン

目次

- P.3 コーナンの健康経営（2021-2023年）
- P.4 健康経営推進体制・健康経営推進イメージ
- P.5 コーナンの健康課題：2021-2023年のまとめ
- P.6-7 コーナンの健康課題：喫煙・睡眠・飲酒・運動
- P.8-9 コーナンの健康課題：仕事に関連する内容
- P.10 2023年度のコーナン取り組み：健康経営研修
- P.11 2023年度のコーナン取り組み：その他
- P.12-16 参考



コーナンの健康経営（2021-2023年）

2021年、コーナンは「健康経営宣言」を行いました。従業員の健康の保持・増進を図ることで、当社の経営理念のひとつである「生産性の向上により企業の発展と社員の幸福を一致させます」の実現を目指します。継続した取り組みにより、経済産業省と日本健康会議が実施する**健康経営優良法人2022、2023**の認定を取得しています。また、2022年9月には株式会社日本政策投資銀行が実施する「**DBJ 健康経営格付**」を取得しました。

コーナンの主な取り組み

- | | |
|---|---|
| 1. 従業員の健康診断受診率100%
従業員の健康課題の可視化 | 4. 食生活の改善
社内でのカロリー表示やヘルシーな食事環境の整備 |
| 2. 受診勧奨の取り組み
再検査・要治療者への受診勧奨 | 5. 女性の健康保持・増進に向けた取り組み
セミナー等で女性の健康を増進 |
| 3. 適切な働き方の実現
長時間労働など働き方への取り組み推進 | 6. 従業員の喫煙率低下に向けた取り組み
喫煙率低下を目標に教育・研修等の取り組み |

出所：コーナン「健康経営宣言」https://www.hc-kohnan.com/corporate/sustainability/health_management/

これまでの取り組み評価

2021年

2022年

2023年

取組開始



健康経営優良法人2022 取得

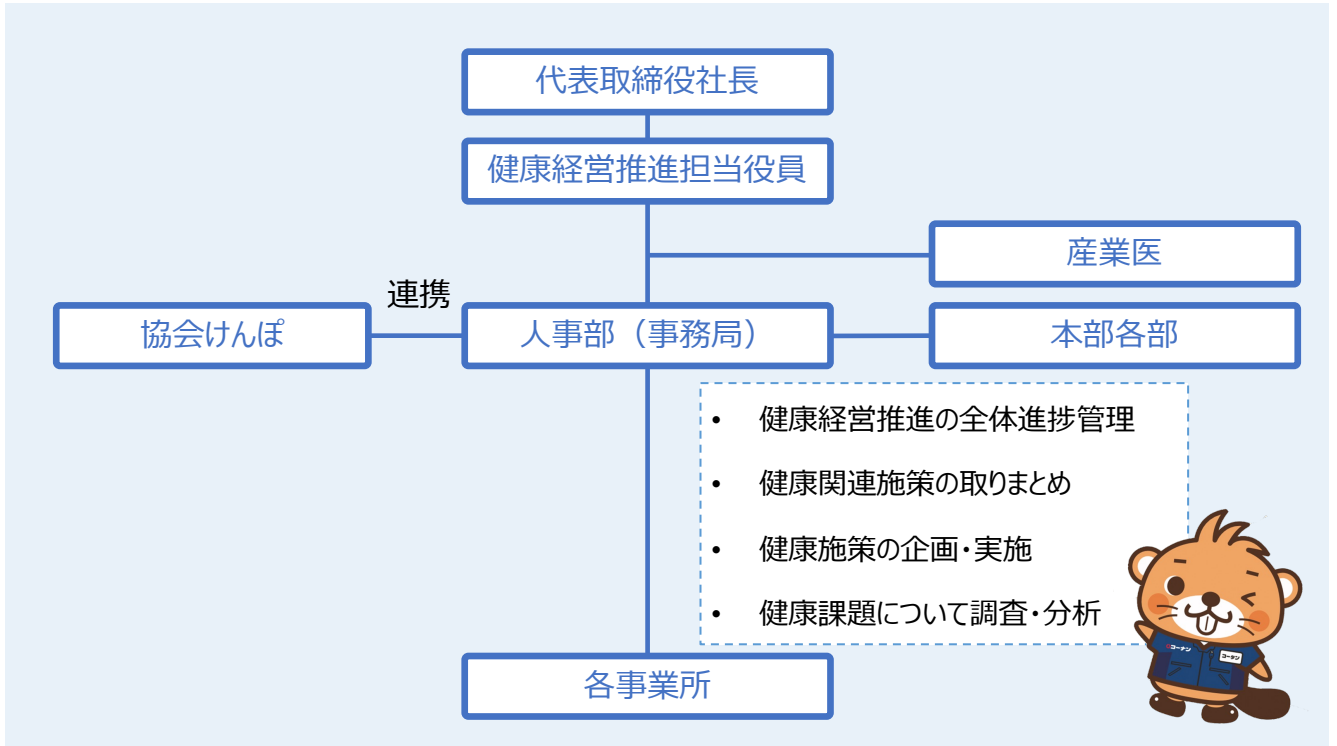


DBJ健康経営格付 取得

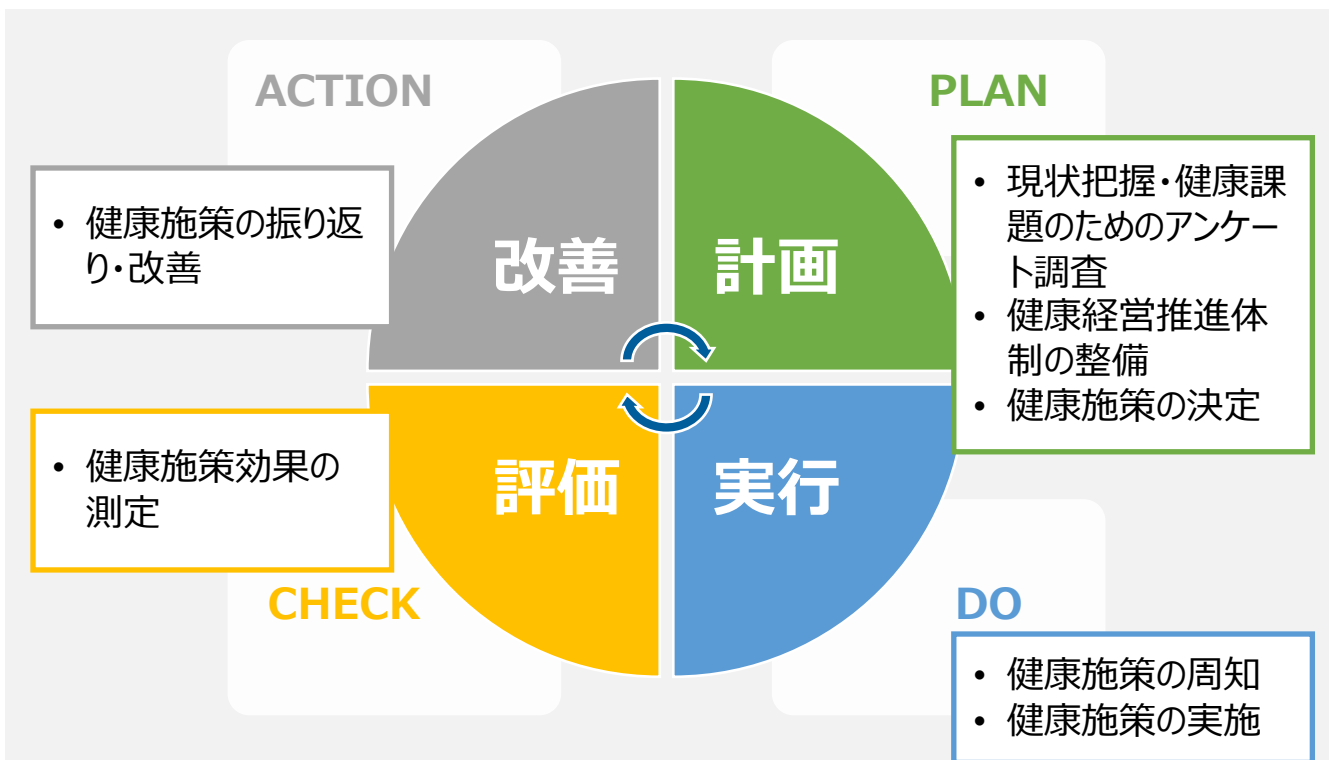


**健康経営優良法人
2023 取得**

健康経営推進体制



健康経営推進イメージ



コーナンの健康課題：2021-2023年のまとめ

コーナンの健康課題を「見える化」するため、様々な指標から健康経営にかかわる調査・分析を実施しました。今年度の結果を2021年度の結果、さらに昨年度の結果と比較分析も行いました。結果として、喫煙率、睡眠時間、飲酒リスク、運動習慣、プレゼンティーズムの指標で改善が見られました。

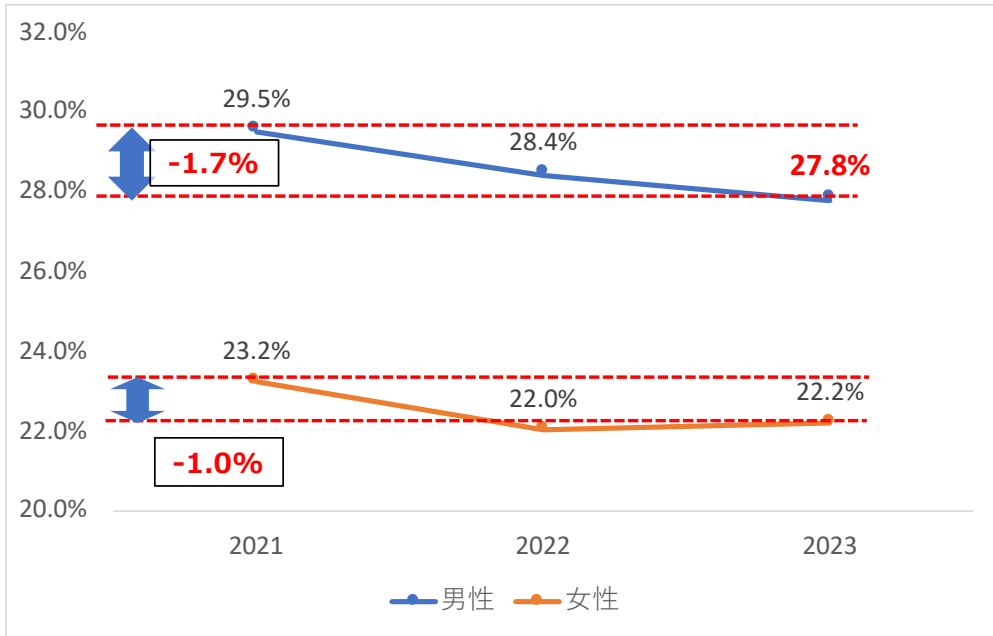
項目	対象	2021年度		2022年度		今年度	
喫煙率	全体	26.1%	→	24.9%	→	24.5%	0.4%減少
	男性	29.5%	→	28.4%	→	27.8%	0.6%減少
飲酒頻度「毎日」の率	全体	21.6%	→	21.2%	→	20.6%	0.6%減少
運動習慣率	全体	28.2%	→	28.5%	→	31.4%	2.9%増加
推奨運動量クリア率 (身体活動量23メッツ以上/週)	全体	57.7%	→	57.7%	→	60.8%	3.1%増加
プレゼンティーズム	全体	57.0	→	57.6	→	60.2	2.6増加

2021年度から2022年度と喫煙率は24.9%と下がったものの、全国平均より高い状況にあります。そのため、2025年度までに喫煙率20%の目標を設定しています。そのための取り組みとして、今年度も喫煙対策を目的とした研修を実施しました。2023年度は、その他にも3回の研修、4回の体力測定を行うなど、健康経営の取り組みを定期的に行っています。

2023年度の最新の結果では、喫煙率が24.5%と昨年度から0.4%減少し、健康経営を開始した2021年から継続した成果が出ています。今後も各指標で効果測定を継続しつつ、取り組みを続けていきます。

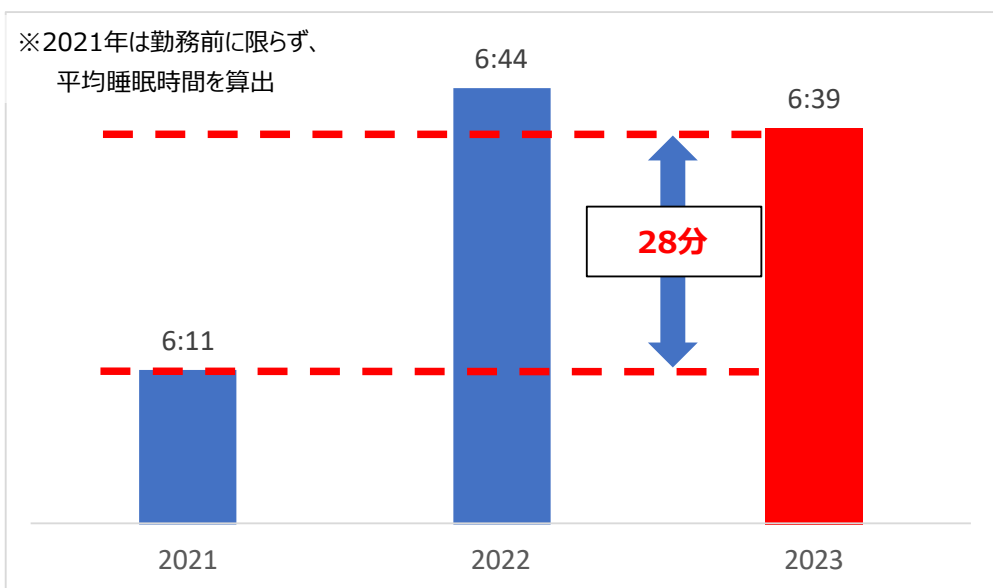
コーナンの健康課題：喫煙・睡眠・飲酒・運動

喫煙率



2023年には、全体の喫煙率が24.5%に減少（2022年は24.9%）。
 男性の喫煙率は、28.4%から27.8%に減少しました。
 女性の喫煙率は、22.0%から横ばいの22.2%となりました。

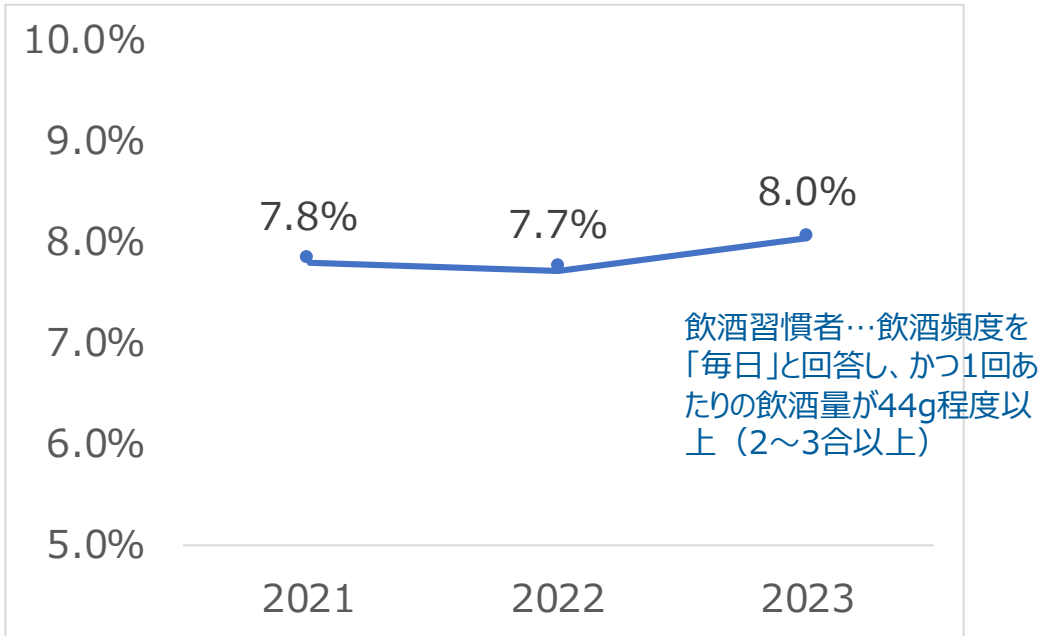
睡眠時間



平均睡眠時間（勤務前日）は、6時間38分（2022年は6時間44分）と、ほぼ横ばいの結果となりました。2021年からは、28分の増加が見られました。

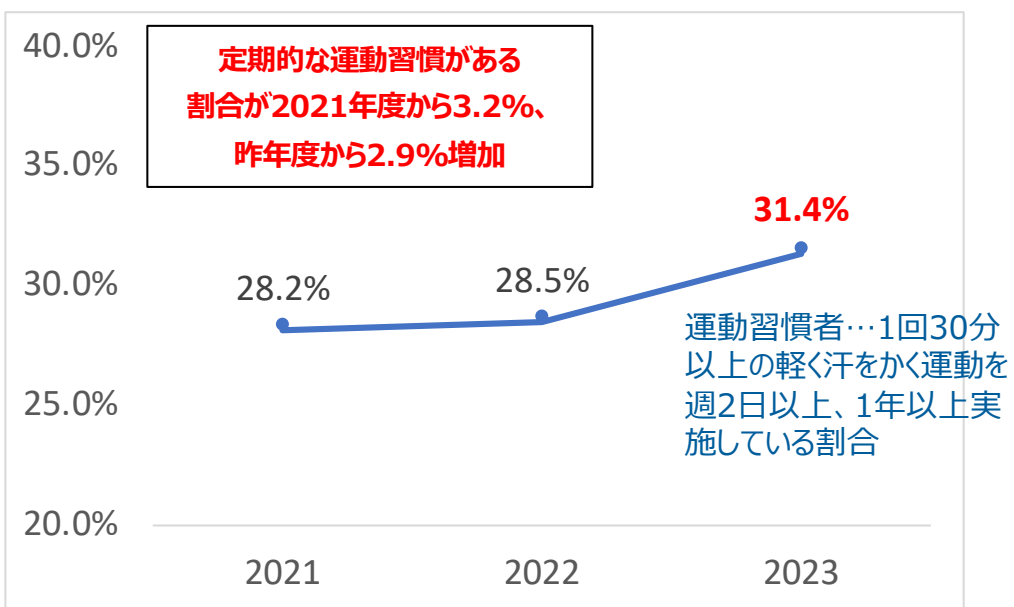
コーナンの健康課題：喫煙・睡眠・飲酒・運動

飲酒習慣者率



飲酒習慣者は、2022年の7.7%から微増し、8.0%となりました。

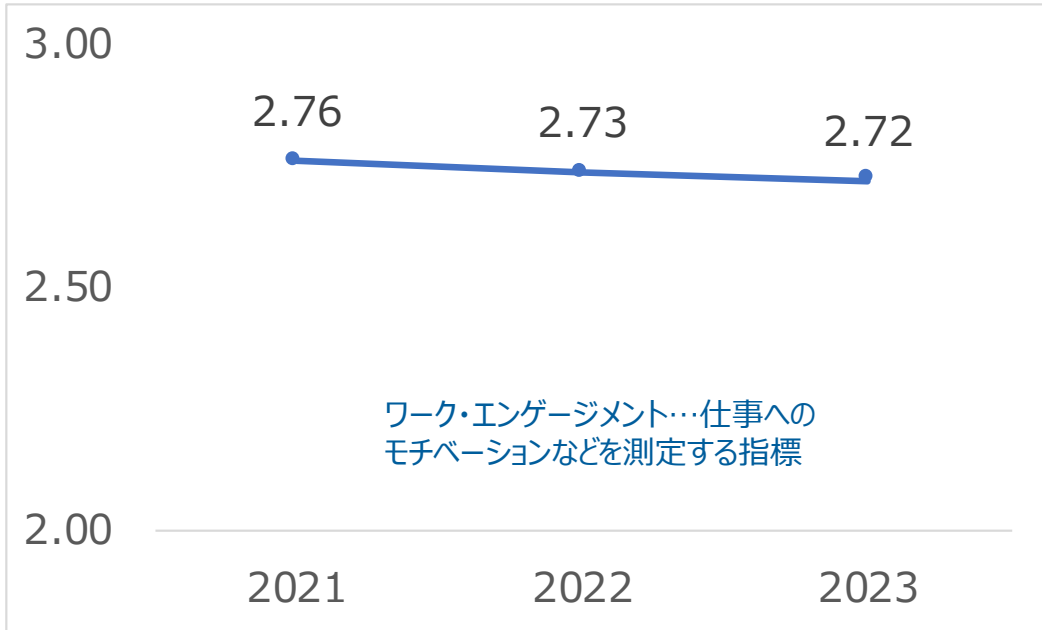
運動習慣者率



定期的な運動習慣をもつ割合は、2022年の28.5%から2.9%増加し、31.4%となりました。

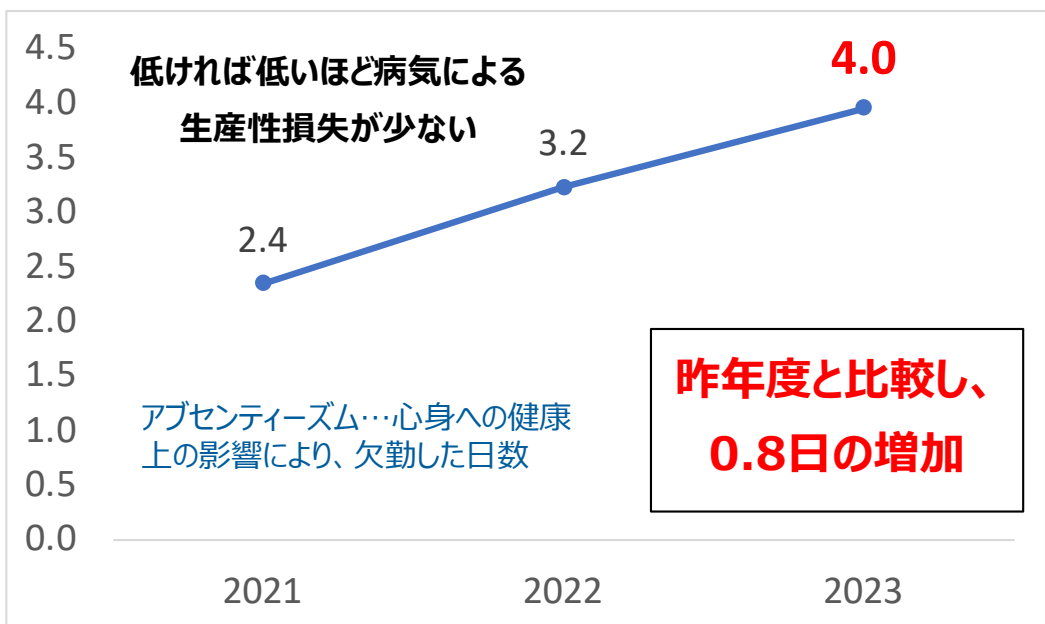
コーナンの健康課題：仕事に関連する内容

ワーク・エンゲージメント



ワーク・エンゲージメントは、2022年とほぼ横ばいの2.72となりました。

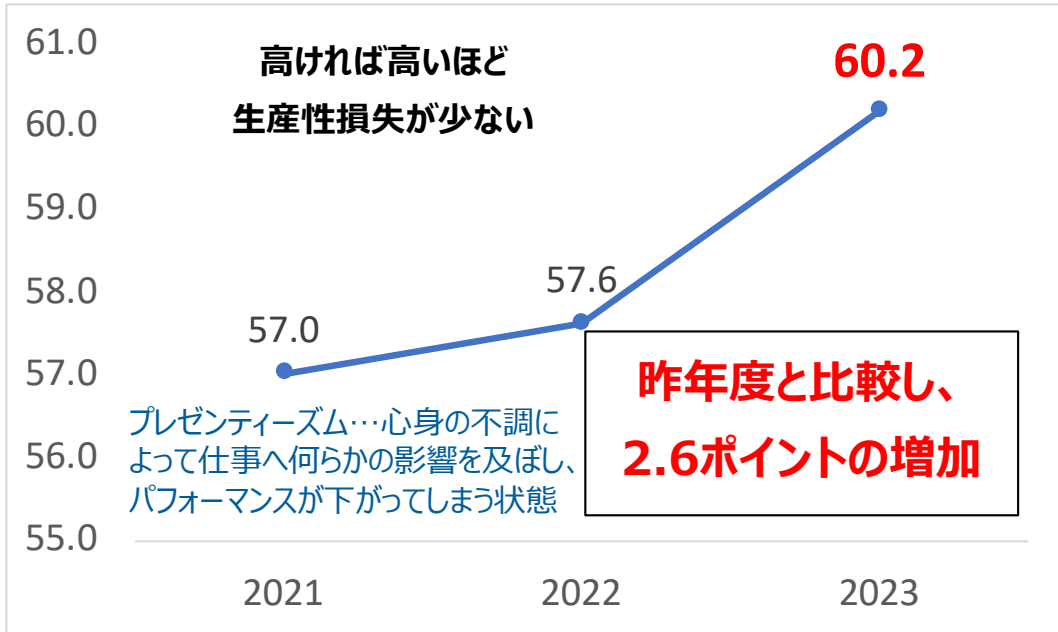
アブセンティーズム



アブセンティーズムは、昨年度と比較して0.8日の増加となりました。

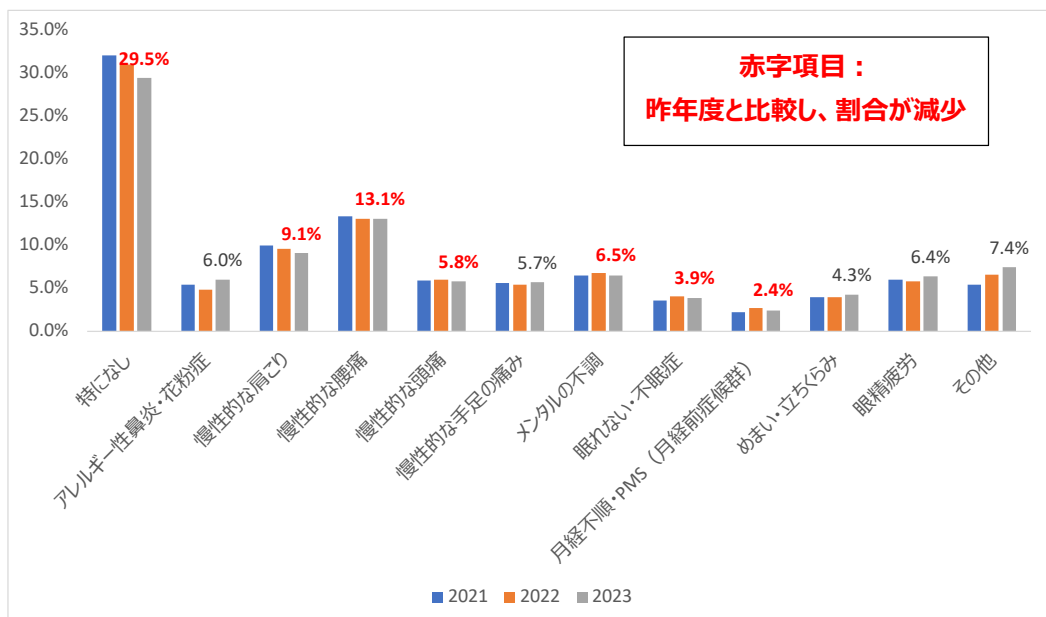
コーナンの健康課題：仕事に関連する内容

プレゼンティーズム



プレゼンティーズムは、2022年より2.6ポイント増加し、60.2となりました。

仕事に影響した心身の不調



仕事に影響した具体的な心身の不調要因は、慢性的な腰痛・肩こり・頭痛と回答した割合が2021年から徐々に減少してきています。

2023年度のコーナンの取り組み：健康経営研修

継続的な健康経営実践のため、定期的に健康経営研修（オンライン配信を含むハイブリッド形式）を開催しました。

4月：喫煙対策



禁煙のためのアクションプランなどを学びました

6月：健康経営対談 & 正しい歩き方・体の使い方



五輪銀メダリスト・朝原様と社長の対談企画

6月：健康経営対談 & 正しい歩き方・体の使い方



オリンピックによる運動教室を開催しました

9月：女性の健康



妊婦の疑似体験で実践的に学びました

10月：食事・栄養



専門的な機械で日々の食生活を分析しました



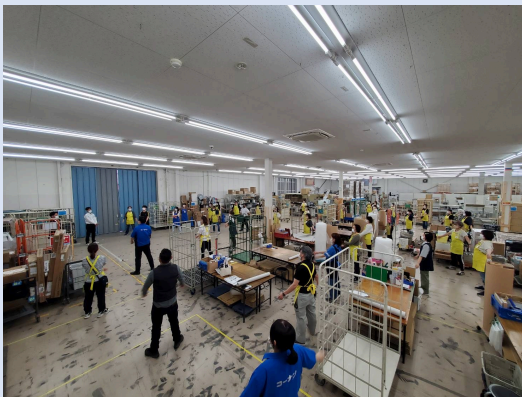
食品サンプルを使って実践的に学びました

2023年度のコーナンの取り組み：その他

健康経営研修だけでなく、健康経営を推進するためにさまざまな取り組みを行なっています。

運動奨励+ヘルスリテラシーの向上

体力測定 & ラジオ体操



定期的な情報配信

健康経営情報配信2023

- 五輪銀メダリスト・朝原宣治氏×疋田社長 対談企画 -
- オリンピアンに学ぶ、正しい歩き方・体の使い方 -

コーナン商事株式会社 人事部（健康経営推進担当）
2023年7月号



がん検診啓発ポスターの作成

がん検診について知っていますか？

※出所：2019年厚生労働省「人口動態統計」

**がんは早期発見で
90%以上
の人が治ります！**

40～60代の
3人に1人
がんになる

4人に1人
がんで
亡くなる

ところが
5～7割は
未受診

受診までの流れ

大阪市にお住まいの場合

step 1 がん検診 大阪市
「がん検診 + お住まいの地域」で検索！

step 2 希望の検診メニューを決めて
実施機関に電話予約します

step 3 予約日当日になったら
受診しましょう！

がん種別	検診内容	対象	検度
男性 肺がん	問診、胸部X線検査	40才以上の男性	1年に1回
男性 胃がん	問診、内視鏡、胃部X線	50才以上の男性 ※2	2年に1回
男性 大腸がん	問診、便潜血	40才以上の男性	1年に1回
女性 乳がん	問診、マンモグラフィ	40才以上の女性	2年に1回
女性 子宮頸がん	問診、細胞診、内診	20才以上の女性	2年に1回

※1 胃部X線は、令和5年度末まで40歳以上も受診可能 ※2 胃「胃部X線は1年に1回」「内視鏡は2年に1回」

コーナンではどこでも手軽に健康を学べるセミナー動画も配信中です

健康経営研修切り抜き動画一覧

健康経営研修動画一覧

セミナー受講方法

- QRコードを読み込む
- 受講パスワードを入力
- セミナーを受講する

お問い合わせ先：コーナン商事株式会社 人事部

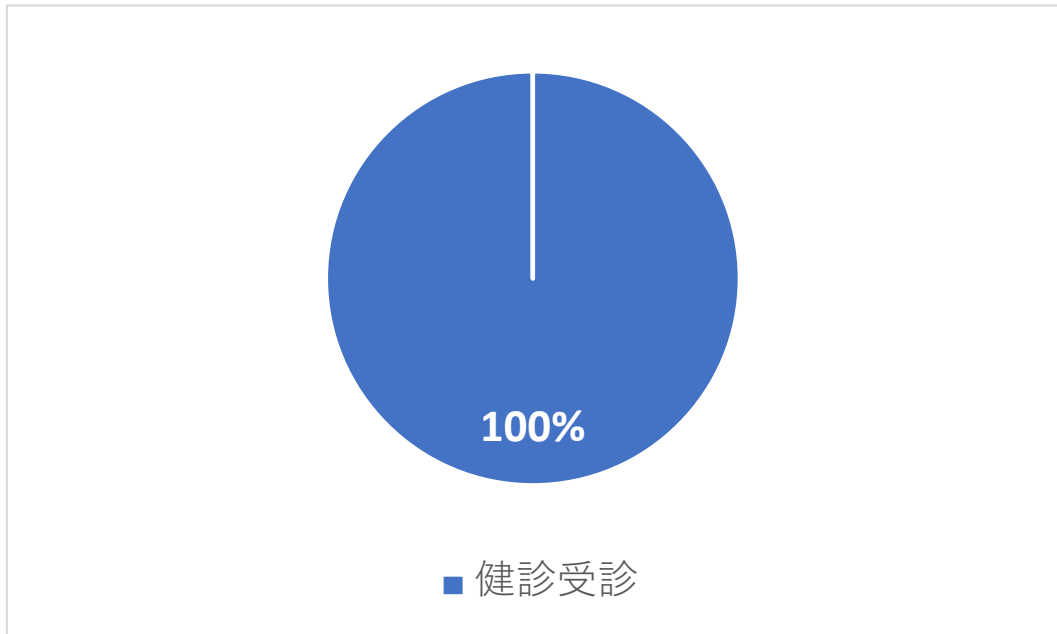
効果検証

健康経営アンケート

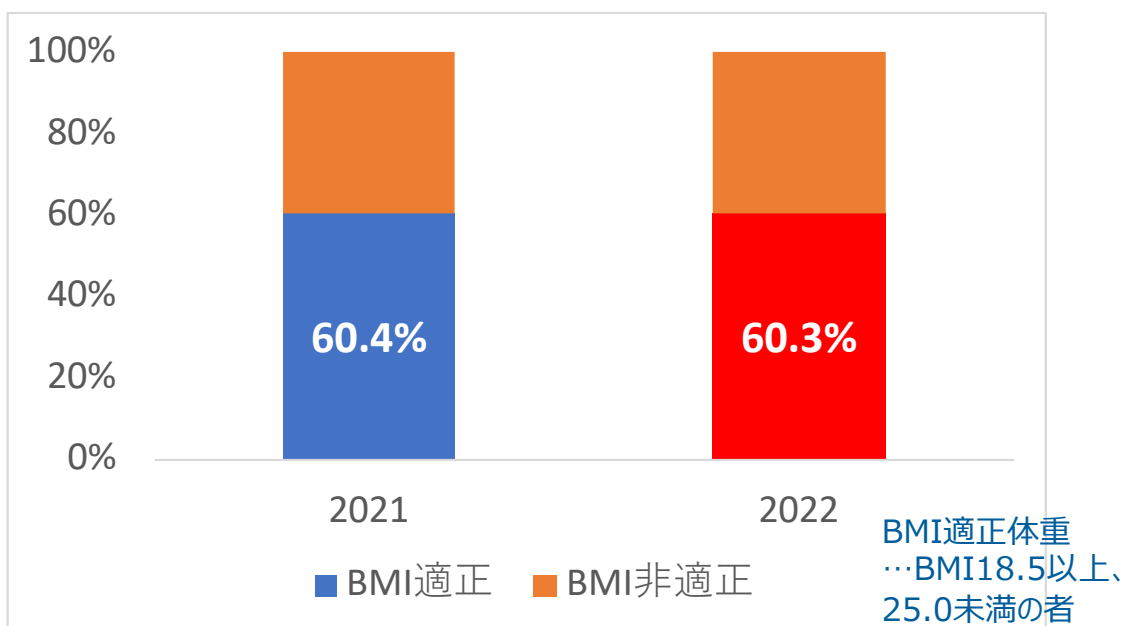
健康経営白書

参考：健康経営の推進内容

健康診断受診率

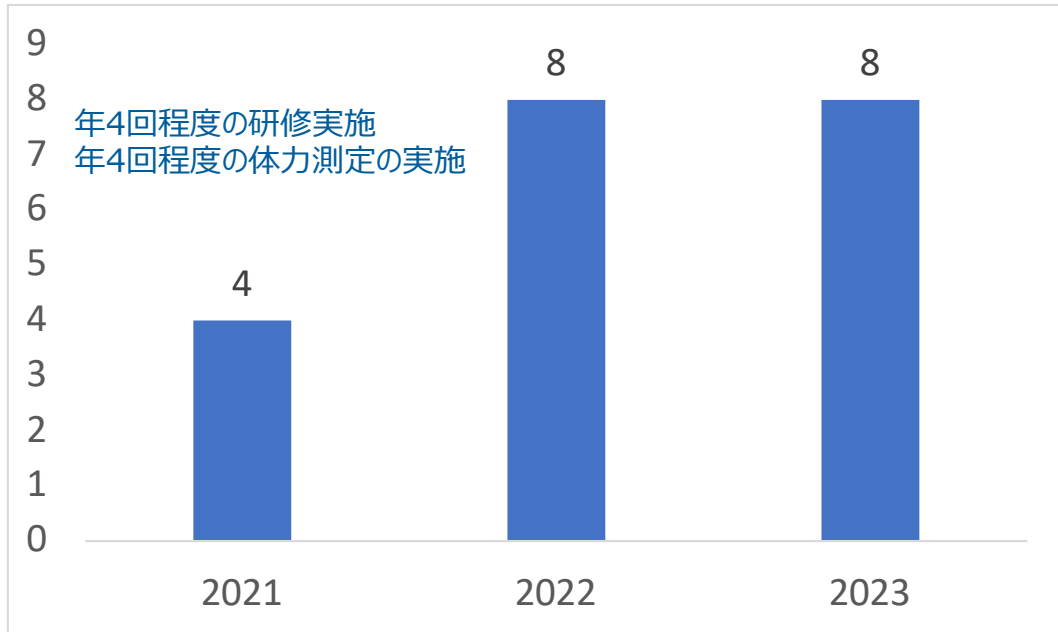


BMI適正体重者維持率



参考：健康経営の推進内容

健康経営の個別施策の実施回数



労働安全衛生・リスクマネジメント

- 労働安全衛生マネジメントシステムを導入
- 安全衛生委員会にて健康経営に関する情報共有

参考：各種指標まとめ

健康投資施策 の取組状況に関 する指標	定期健康診断受診率	100%
	ストレスチェック受検率	92.5%
	労働時間の状況：平均残業時間	13.5時間 ※1
	休暇取得の状況：平均有給取得日数	11.2日
従業員の意識 変容・行動変容 に関する指標	健康診断の問診票結果 (喫煙率や運動習慣者率等)	P.6-7に記載
	従業員のヘルスリテラシーの状況	62.2% ※2
健康関連の最 終的な目標指標	健康診断の結果（適正体重者率等）	P.12に記載
	離職の状況：平均勤続年数	14.3年 ※1
	ストレスチェックの集計結果： 高ストレス者率	17.7%
	パフォーマンス指標	P.8-9に記載

※1…対象期間：2022年4月-2023年3月

※2…自治体等が提供する任意健診について「知っている」と回答した割合

参考：健康経営施策スケジュール

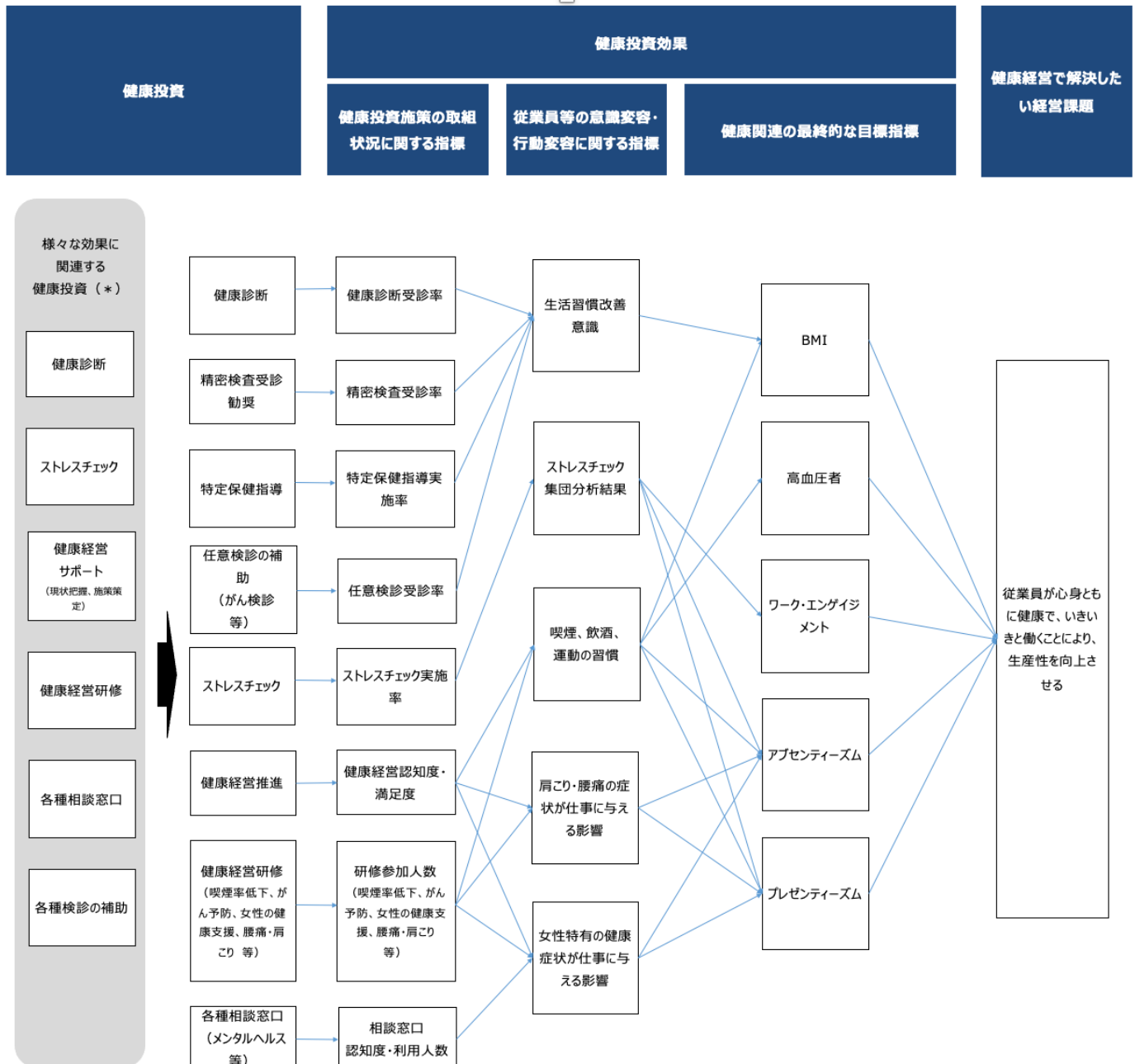
健康経営施策を運営するため、昨年度に引き続き年間スケジュールを作成しました。

施策名	期間		4	5	6	7
	2023/1/1	2023/12/31				
運営サポート	2023/1/1	2023/12/31				
進捗管理・動画配信・情報発信等	2023/1/1	2023/12/31				
任意検診など受診率向上のためのポスター	2023/3/1	2023/5/31				7/10実施
高齢者を中心とした体力測定	2023/5/1	2023/8/31		5月と8月など（数回）		
DBJ健康経営格付申請サポート	2023/6/1	2022/6/30				
①施策・研修	2023/3/1	2023/9/30				
禁煙を主とした研修	2023/3/1	2023/4/30	4/20実施			
運動（腰痛・肩こり対策）を主とした研修	2023/5/1	2023/5/31		陸上元日本代表・朝原氏 などアスリートを交えて開催		6/23実施
女性の健康を主とした研修	2023/7/1	2023/7/31				
栄養対策を主とした研修	2023/9/1	2023/9/30				
②調査・分析	2023/6/1	2023/9/30				
健康診断データ	2023/6/1	2023/8/31				7/24ラ
健康経営アンケート調査	2023/7/1	2023/9/30				7/25E
③報告書作成	2023/9/1	2023/11/30				
健康経営アンケート報告書	2023/9/1	2023/9/30				
健康白書	2023/10/1	2023/11/30				
④申請書作成	2023/9/15	2023/10/15				
書類作成・申請にかかわる作業	2023/9/15	2023/10/15				
その他運営サポートの範囲内での取り組み案						
取引先との健康経営に関する勉強会の企画・開催						

施策名	期間		8	9	10	11
	2023/1/1	2023/12/31				
運営サポート	2023/1/1	2023/12/31				
進捗管理・動画配信・情報発信等	2023/1/1	2023/12/31				
任意検診など受診率向上のためのポスター	2023/3/1	2023/5/31				
高齢者を中心とした体力測定	2023/5/1	2023/8/31				
DBJ健康経営格付申請サポート	2023/6/1	2022/6/30				
①施策・研修	2023/3/1	2023/9/30				
禁煙を主とした研修	2023/3/1	2023/4/30				
運動（腰痛・肩こり対策）を主とした研修	2023/5/1	2023/5/31				
女性の健康を主とした研修	2023/7/1	2023/7/31		9/8妊婦体験など実施		
栄養対策を主とした研修	2023/9/1	2023/9/30		9月後半～10月前半		
②調査・分析	2023/6/1	2023/9/30				
健康診断データ	2023/6/1	2023/8/31	データ受け取り			
健康経営アンケート調査	2023/7/1	2023/9/30	収開始			
③報告書作成	2023/9/1	2023/11/30				
健康経営アンケート報告書	2023/9/1	2023/9/30				
健康白書	2023/10/1	2023/11/30				
④申請書作成	2023/9/15	2023/10/15				
書類作成・申請にかかわる作業	2023/9/15	2023/10/15				
その他運営サポートの範囲内での取り組み案						
取引先との健康経営に関する勉強会の企画・開催			8/7リフォームへのメールマガジン			

参考：健康投資戦略マップ

昨年度に引き続き、健康投資戦略マップを作成し、取り組みに対する指標を設定しています。最終的な健康経営における目標に向け、段階的に健康経営を浸透させていくための戦略を作成しています。戦略マップで設定した指標をモニタリングしています。





制作・発行：コーナン商事株式会社 人事部