# 日本郵政の健康経営　取組紹介

日本郵政グループでは、『日本郵政グループ健康宣言』を制定し、健康経営に取り組んでいます。
日本郵政㈱単体の健康経営の取り組み事例の一部と健康経営に関する各指標の実績値を紹介します。

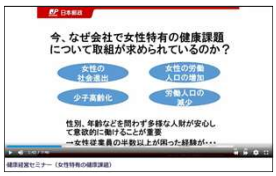
## 2023年度重点取組　禁煙推進

2023年5月、グループ4社社長による「日本郵政グループ禁煙宣言」を定め、禁煙推進施策を強化することとしました。
これを受け、日本郵政では、2023年10月より本社社屋の社内喫煙所を廃止するとともに、ニコチンパッチ等を活用した「卒煙プログラム」（運営主体：日本郵政共済組合）の提供や保健師による禁煙相談の実施など、禁煙にチャレンジする社員のサポートに取り組んでいます。

閉鎖した本社喫煙所▶

## 更年期における健康課題と女性の健康

更年期障害等に関する理解浸透を図るため、2023年ダイバーシティ月間のテーマの一つとして「更年期における健康課題と女性の健康」を掲げ、全社員研修を実施しました。
また、理解促進の一助として、「女性特有の健康課題」に関する動画も配信しました。




「女性特有の健康課題」動画▶

## その他の取組

- □ ラインケア/セルフケア研修(全員参加)
- □ メンタルヘルスマネジメント検定試験
  (団体試験実施)
- □ 「すこやかんぽ」を使ったウォーキングイベント
  16.3%の社員が参加　期間平均約8,500歩/日
- □ 外部講師によるストレッチセミナー
  参加者の95%が非常によかった/よかったと回答

## 健康経営の各指標の実績値

| 社員の健康に関する指標 | 2022年度 | 2021年度 |
|---|---|---|
| 要医療１・２の社員割合 | 0.45% | 0.91% |
| うち継続治療率　※保健指導継続率はともに100% | 100% | 100% |
| 特定保健指導脱出率 | 22.8% | 24.9% |
| 定期健康診断受診率 | 100% | 100% |
| ストレスチェック受検率(高ストレス者の割合) | 81.2%(15.4%) | 88.9%(13.5%) |
| 喫煙率 | 11.0% | 19.0% |
| 運動習慣率　(30分以上の運動習慣がある者) | 21.9% | 21.5% |
| 有所見率　定期健康診断の受診者のうち、血圧、尿糖、尿蛋白、血中脂質、肝機能、貧血、血糖、胸部X線、心電図のいずれかに正常範囲を外れた数値等がある者の割合 | 56.8% | 60.6% |
| 健康上の理由による業務パフォーマンス低下　何らかの健康不調により90%以上の業務パフォーマンスが出せない社員割合 | 11.5 % | 12.0 % |

| 業務パフォーマンス・健康経営推進に関する指標 | 2023年度 | 2022年度 |
|---|---|---|
| アブセンティーイズム　(社員一人当たりの年間傷病休暇・休職日数) | – | 5.43 |
| プレゼンティーイズム　(Wfun調査票により、健康問題による労働機能障害の程度を測定) | 中程度以上の割合18.5% | –<br>(※2023年度より測定) |
| ワーク・エンゲイジメント　(UWES(短縮版9項目)により仕事に積極的に向かい活力を得ている状態を評価) | 3.1 | –<br>(※2023年度より測定) |
| 「健康経営」推進の認知度　※「ある程度理解」以上の者の割合 | 50.6% | 44.9% |
| 従業員のヘルスリテラシーの状況 (職場での健康増進施策の実施率) | 77.5% | 76.7% |