

明治安田総合研究所 当社従業員の健康課題・改善目標値・具体的施策

(2025 年 10 月時点)

従業員健康課題	・運動不足 ・過剰飲酒 ・首の不調・肩こり ・昼食後の歯磨き	※運動不足、過剰飲酒： 明治安田生命健康保険組合発行「健活通知表」による ※首の不調・肩こり、昼食後の歯磨き： 当社 Kizuna 運動の健康課題把握アンケート集計結果による
健康課題改善の 具体的数値目標	<2026 年度> ・運動不足：運動習慣者率 40% ・過剰飲酒：非過剰飲酒習慣者率 90% ・首の不調・肩こり： ①不調あり者率 …年度下半期に上半期比 5%ポイント減 ②不調有無での主観的健康感有意差…なし ・昼食後の歯磨き： 勤務日昼食後週 4 日以上歯磨き者率 55.0%	※運動不足・過剰飲酒： 健康日本 21（第三次）における全年齢目標値 ※首の不調・肩こり： 2024 年度上半期・下半期アンケート集計結果 ※昼食後の歯磨き： オーラルケアセミナー委託先事業者が保有する会社員平均値
健康課題を解決 するための具体的 な取り組み内容	<2024 年度> ・運動不足： 毎勤務日 15 時 30 分のラジオ体操実施 ・過剰飲酒： グループ内管理栄養士による食事・飲酒習慣 改善セミナー受講 ・首の不調・肩こり： ①理学療法士資格保有従業員によるラジオ 体操ワンポイントレッスン ②希望者に対する「ボディケア」（国家資格 保有者によるストレッチサービス）実施	※「ボディケア」実施は事業者へ委託
	<2025 年度> ・運動不足、首の不調・肩こり： ラジオ体操および「ボディケア」の継続 ・昼食後の歯磨き： 唾液検査およびオーラルケアセミナー実施	※唾液検査・オーラルケアセミナー実施は事業者へ委託
個別施策に対する 投資額	唾液検査・オーラルケアセミナー：21 万円	