

健康経営の取組



健康経営推進室
玉村 美智子

【目次】

- ・ 会社概要
- ・ 健康経営への取組背景
- ・ 取組
 - ・ 健康診断
 - ・ 外部リソースの活用
 - ・ 健康診断後のサポート
 - ・ シンデレラ運動
 - ・ 感染症予防対策
 - ・ 体力増進及び交流
 - ・ OTS休暇促進旅行支援制度
 - ・ 受賞

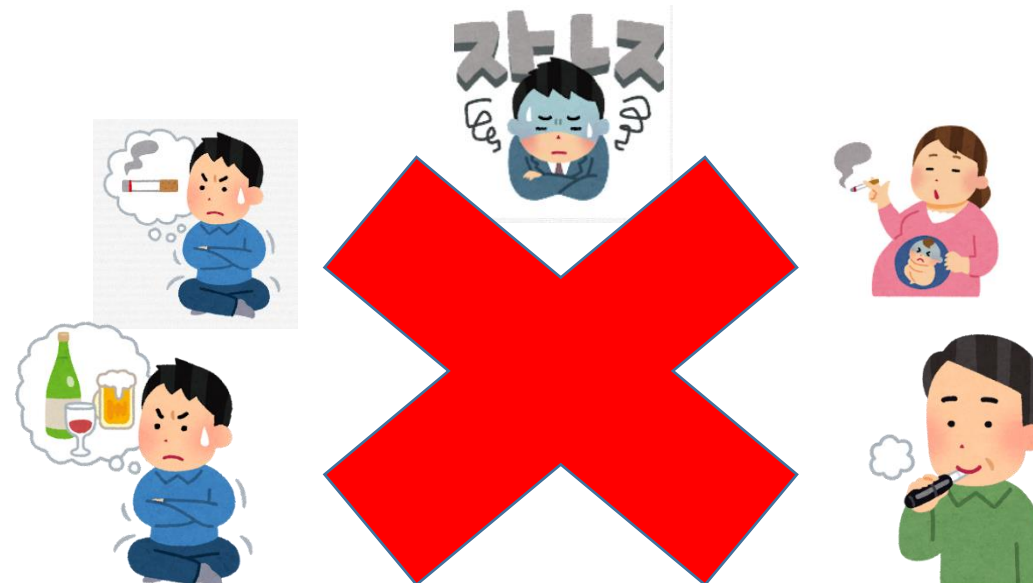


社名	沖縄ツーリスト株式会社
本社所在地	〒900-8602 沖縄県那覇市松尾1丁目2番3号
代表者	代表取締役会長 東 良和
設立日	1958年(昭和33年)10月1日
資本金	7,755万円
従業員数	296名(男性 135名 女性161名) ※2023年7月1日現在
主な事業	旅行事業、OTA事業、レンタカー事業、保険販売事業
総取扱高	80億円(2022年度)
登録番号	観光庁長官登録旅行業第155号
加盟団体	JATA(日本旅行業協会)正会員、 IATA(国際航空運送協会)公認代理店 PATA(太平洋アジア観光協会)正会員

2015年OTSグループ全社員を対象として個別面談を実施。個別面談した結果、課題の一つとして見えてきたのが「喫煙問題」でした。

喫煙問題は、喫煙者はもとより受動喫煙による非喫煙者の社員やお客様にも健康被害をおよぼす可能性があり、接客業務を担う立場であることからまずは、喫煙による健康被害を防止しようと2016年、社内に健康経営の部署を新設しました。

また社員と家族が身体ともに健康であることは、個々のパフォーマンス向上させ、仕事・家庭の両面においても生活の質の向上が見込めると考え、「飲酒」「食事」「運動」「睡眠」についても取り組んでおります。



【OneTwoSmile OTS！健康宣言】

One Two Smile OTS!
健康宣言

私たち OTS グループは、健康こそが社員及びその家族の QOL (=Quality Of Life: 生活・人生の質) の向上ならびに会社の発展を支える有用な経営基盤であり、社会に貢献するものと考え健康経営の推進に取り組むことを宣言いたします。

沖縄ツーリスト株式会社

【健康経営の取組】

- ・産業医との個人面談及び衛生委員会（月1回、臨空豊崎、松尾ビル）
- ・健康診断（年1回、全社員）
- ・健康診断後の保健師による健康指導（生活習慣病予防）
- ・ストレスチェック（年1回、全社員）
- ・シンデレラ運動：暴飲、暴食を避け、適正な飲酒、食事、睡眠をとることを目的
- ・歩GO!（あるこう）：3ヶ月毎に集計、表彰などを行っております。
- ・健康に関するセミナー等（腸の勉強会：ヤクルトさん、ウィルス、パウハラ、禁煙の害、アンガーマネジメント、アレルギー等）
- ・OTS受動喫煙削減プロジェクト
（取組開始：2016年～2020年1月には全社員非喫煙者へ目標達成）※現在も継続中
- ・GLOBAL WELLNESS DAY(毎年6月第2土曜日)
※youtubeへ投稿全世界へ発信（ヨガ、ウォーキング等）
- ・インフルエンザ予防接種(年1回、11月～12月接種、費用会社負担)
- ・職域ワクチン接種（新型コロナワクチン接種）
- ・OTS休暇促進旅行支援制度
- ・JOYFIT法人会員（全国チェーン）
- ・相談窓口（メンタルケア・メディカル・介護）専門家との電話相談24時間365日
- ・健康課題（飲食、食事、運動などの啓発書類などの配布、掲示等）
- ・アンケート（健康、運動、食事、その他）年に2回程
- ・地域イベントへの参加：ひやみかちウォーク（毎年11月、家族参加型、健康弁当付）、てだこウォーク（毎年2月）、ベジ選手権

【健康経営の取組】

【健康診断】

- ・ 法定健診（34歳まで）
- ・ 生活習慣病予防健診（35歳以上）
- ・ 人間ドック

【健診受診100%に向けての改善】

- ・ 受診の日程を多くする → 期間設定（4月～8月）
- ・ 希望の医療機関での健診 → 通院先での検査など
- ・ 検査項目の充実、費用など（オプションなど）
→ 検査機関で料金が異なる
- ・ 健診の受付をGoogleフォーム活用

【健診結果後の対応】

- ・ 産業医による結果の確認及び面談
- ・ 特定保健指導者による保健師との件団
- ・ 二次健診や治療（病院）

【健康経営の取組】

【外部リソースの活用】

- ・ ウェアラブル端末の推奨
健康アプリの活用

スマートウォッチタイプ



活動量計タイプ



【健康経営の取組】

【外部リソースの活用】 東京海上日動

ストレスチェックサービス

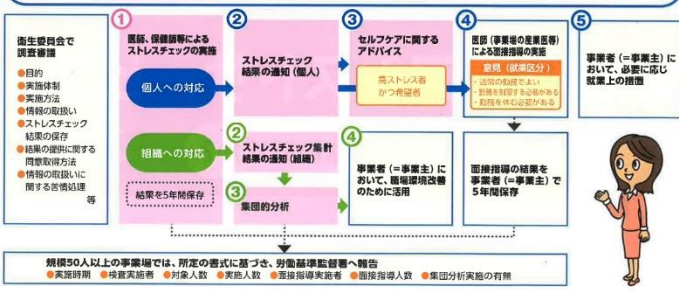
サービス対象者:従業員・役員

労働安全衛生法の改正に伴い、**従業員に対するストレスチェックが義務化**されました！
労働安全衛生法の改正に伴い、2015年12月より従業員50名以上の事業場は、従業員に対するストレスチェックを実施することが義務化されました(従業員50名未満の事業場は、当面努力義務とされています)。

- #### 東京海上日動のストレスチェックサービスの主な特徴
- 検査項目は、厚生労働省によって使用が推奨されている「**職業性ストレス簡易調査票(57項目)**」を使用しています！
 - メールアドレスをお持ちの従業員様に加えて、**メールアドレスをお持ちでない従業員様にも**ストレスチェックサービスを提供できます！
(※Webサイトを通じて提供いたします(PC・タブレット等を使用し、検査を実施いただけます)。
 - 検査終了後、**すぐに従業員様ごとのストレスプロフィール**(個人ごとのストレスの特徴や傾向を数値、図表等で示したものを)確認いただけます！
 - ストレスチェックの結果について、**集団的に分析した結果をお客様に提供**します！
これにより、組織的なストレスの状況を把握することができます。
 - 英語によるストレスチェックも可能**です！
ストレスプロフィールも英語でフィードバックされます。

ストレスチェック制度の全体像(イメージ)と本サービスの対応範囲

(※)魚を付けた西角部分については、ストレスチェックサービスで対応可能です。



メンタルケアホットライン

サービス対象者:従業員・役員

トラブルの早期発見、早期対応!
従業員のメンタルヘルスケア・カウンセリングサービスにより、メンタル面が原因の休職・退職が増えてきた、うつ病で悩んでいる従業員がいる、といった悩み・相談にお応えします。
専門のカウンセラーがご相談者へのプライバシーを守りながら対応いたします。誰にも知られることなく、気軽に悩みをご相談いただけ、問題の早期解決、職場環境の改善や従業員の心の健康づくりにつながります。

- ①電話相談(1)**
 - 健康や医療機関案内等のご相談
 - 看護士が対応
 - 24時間365日対応
- ②電話相談(2)(予約制)**
 - メンタル面のご相談(医療に関する悩みを詳しく受けたい場合)
 - 精神科医が対応
 - 平日営業時間内の対応(予約は24時間365日受付)
- ③電話・対面カウンセリング(予約制)**
 - メンタル面のご相談(じっくりカウンセリングを希望する場合)
 - 臨床心理士が対応
 - 臨床心理士が対応
 - 平日営業時間内の対応(予約は24時間365日受付)
- ④WEB(メール)相談**
 - メンタル面のご相談
 - 臨床心理士が対応
 - 24時間365日受付
 - 回答は概ね3営業日以内

メディカルアシスト

サービス対象者:従業員・役員・そのご家族(※)

24時間365日お電話1本で「**病気やケガのお悩み**」や「**救急医療機関のご案内**」にお応えします！
(※)家族とは、従業員・役員のご家族(6親等内の血族、配偶者または3親等内の姻族をいいます。配偶者には、婚姻の届出をしていないが事実上婚姻関係と同様の事情にある方および戸籍上の性別が同一であるが婚姻関係と異なる程度の実質を備える状態にある方を含みます)。

緊急医療相談

救命救急センター等に勤務する現役の救急科専門医と、5年以上の臨床経験を有した看護師が180時間のコールセンター用医療相談研修を経て、24時間365日「常駐」し、突然の発病やケガから、日常のおかたの悩みについての的確にアドバイスします。

予約制専門医相談

幅広い分野の専門医が、日頃のおからだの不調や悩みに関して詳しくお話を伺い、アドバイスをします(予約制)。

転院・患者移送手配

民間救急車の手配、飛行機の場合は航空機特殊運送手配、必要な場合には医師や看護師等の同伴者の手配等、一連の手配を代行します。
(※特殊運送と関係する医療スタッフの費用等の実費はサービスご利用者にご負担いただきます)。

医療機関案内

出張先で突然胸部に激痛が！病院に行きたいが初めての土地なのでどこに行けばいいか道もわからない！

がん専用相談窓口

肺や乳癌、消化器等、臓器によって治療法が異なるが、本人に対応できる専門医を推し、症状や治療法等について、きめ細かいアドバイスを行います。

子どもが夜間に急に発熱した。どうしよう...

身体の不調を感じるが、すぐに仕事は休めない...。病院に行く前に専門医に症状を相談できたらいいのに...

離れて暮らす両親が突然入院してました！自宅近くの病院へ転院させたいが、仕事も忙しく手続きも難しいため手配が不安...

介護アシスト

サービス対象者:従業員・役員・そのご家族(※1)

介護に関するご相談に電話でお応えします。また、**ご高齢の方の生活を支える各種サービス**を優待条件でご紹介します！
(※1)家族とは、従業員・役員のご家族(6親等内の血族、配偶者または3親等内の姻族をいいます。配偶者には、婚姻の届出をしていないが事実上婚姻関係と同様の事情にある方および戸籍上の性別が同一であるが婚姻関係と異なる程度の実質を備える状態にある方を含みます)。

各種サービス優待紹介

ご高齢の方の生活をより安全・安心・快適にサポートするために、ご家族でご利用いただけるサービスをご紹介します。(サービスのご利用にかかる費用はサービスご利用者のご負担となります)。

家事代行	掃除や調理、買い物といった家事を代行するホームヘルパーを派遣します。
食事宅配	調理済みの食事を宅配します。カロリーや塩分、タンパク質等を調整した食事も用意しています。
リフォーム	段差の解消や介助可能な浴室等、高齢者向けの住宅リフォームを承ります。(※2)
見守り・緊急通報システム	おひとり住まいや日中ご家族が不在の場合にも安心いただけるよう、緊急時に通報ができる機器等を設置します。(※2)
福祉機器	杖、歩行器、ベッドといった福祉機器を販売またはレンタルします。(※2)
有料老人ホーム・高齢者住宅	ご自宅での生活に不安を感じられる場合に、入居可能な有料老人ホームや高齢者住宅を紹介いたします。
バリアフリー旅行	バリアフリーに配慮した旅行を企画・提供します。

電話介護相談

ケアマネジャー・社会福祉士・看護師等が、公的介護保険制度の内容や利用手続、介護サービスの種類や特徴、介護施設の入所手続、認知症への対応法といった介護に関するご相談に電話でお応えします。

インターネット介護情報サービス

情報サイト「介護情報ネットワーク」を通じて、介護の仕方や介護保険制度の内容等、介護に関する様々な情報をご提供します。

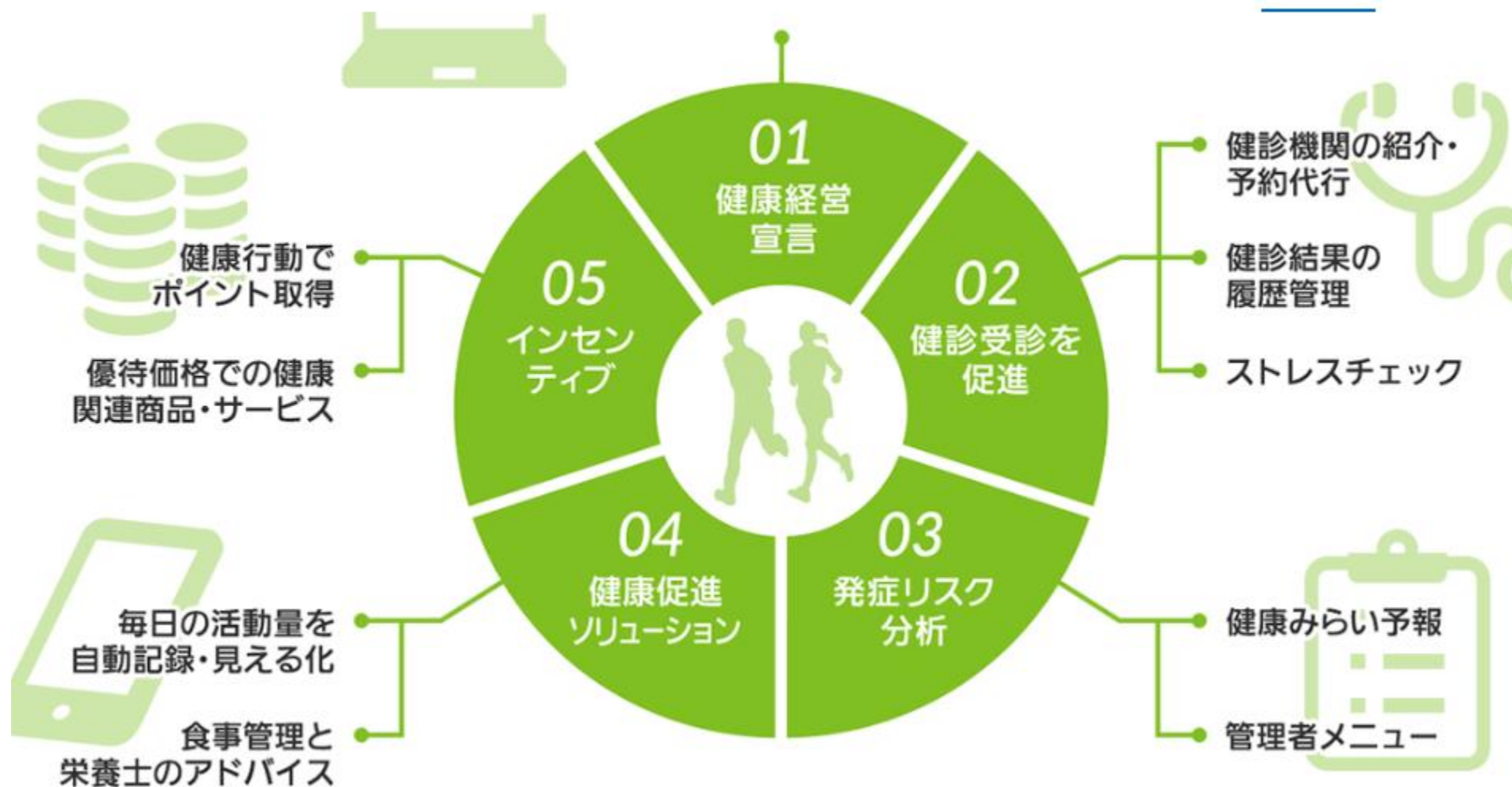
介護に関するご相談に電話でお応えします。また、ご高齢の方の生活を支える各種サービスを優待条件でご紹介します！

車を旅行に連れて行きたいが、車いすでの移動となるため難しい。介護スタッフが同行してくれるツアーを探したい。

(※2)公的介護保険の給付対象となる場合を除きます。
(※)お住まいの地域や、やむを得ない事情によって、サービスの利用まで日数を要する場合やサービスご利用に付けない場合、優待条件でご利用いただけない場合があります。

【外部リソースの活用】 大同生命

(引用先 大同生命 KENCO SUPPORT PROGRAM)



【健康経営の取組】

【外部リソースの活用】 **大同生命**

・健康リスクの将来予測

(引用先 大同生命 KENCO SUPPORT PROGRAM)

2022年06月13日の健診結果にもとづき、「健康みらい予報」で算定した将来予測です。

受診日時点の年齢が **63** 歳になるまでの、各疾病の発症リスクは…

	同性同年齢と比べた 発症倍率	発症確率	血管年齢	
糖尿病	4.3倍	22.80%	-	詳しく見る
心血管病	1.0倍	2.59%	53歳	詳しく見る
虚血性心疾患	0.8倍	0.72%	-	詳しく見る
脳卒中	1.0倍	2.58%	-	詳しく見る

【健康経営の取組】

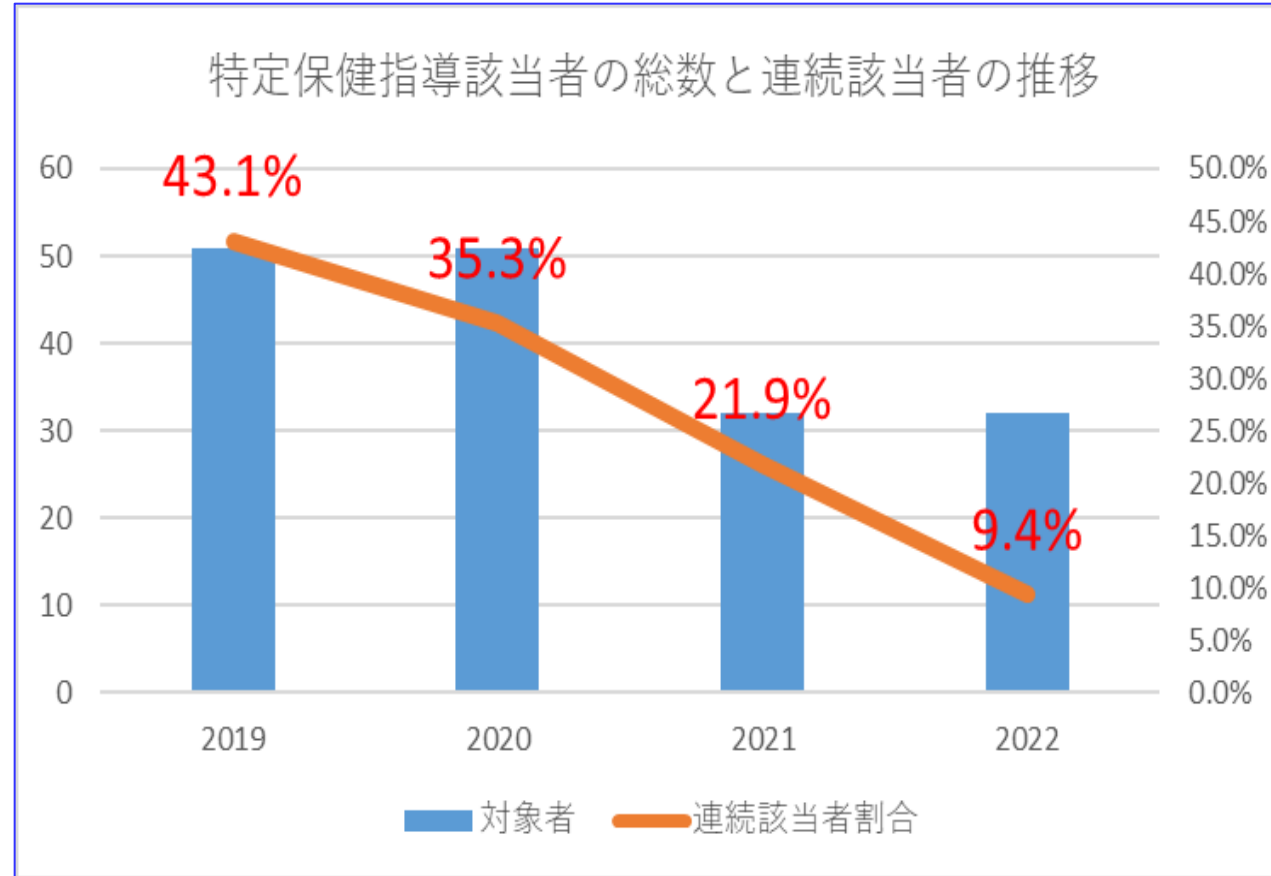
【生活習慣病対策の強化】

- ・生活習慣病**関連有所見率低下**
- ・**特定保健指導**保険受診率向上

特定保健指導対象者（40歳～74歳）

- ・血糖
- ・脂質
- ・血压
- ・腹囲
(男性85cm以上/女性90cm以上)

【特定保健指導該当者の総数と連続該当者の推移】 ※40歳以上～



(引用先：協会けんぽ)

【健康経営の取組】

【シンデレラ運動】

過度な飲酒を控え、24：00までに帰宅、就寝を推奨！

暴飲暴食を避け、適正な飲酒、食事、睡眠をとることを目的として24時までに帰宅、就寝を推奨しています。コロナ禍で外飲食は減ったものの適正飲酒のオンラインセミナー等で意識改善を図り、家飲みの適性飲酒に繋がっています。

健康課題（飲酒、食事、運動、睡眠、喫煙）にあわせて、年に数回のセミナーや啓発書類を発行、配布、掲示をしています。



【健康経営の取組】

【感染症予防対策】 各種ワクチン接種率 目標 80%

- ・感染症についての勉強会
- ・新型コロナ、インフルエンザ、風しん、麻疹などの病気の説明や予防接種の必要性
- ・感染症予防対策として備品類、講習、オリジナルカード作成配布
- ・インフルエンザ予防接種の費用負担
- ・コロナワクチン職域接種、個人接種の案内や実務的な手続きなどをサポート



【過去の健康講話】

「健康講演会」※ウイルスについて 社員、旅の友会員（250名）

「新しい『かん治療』のかたち」※重粒子線治療 旅の友会員（200名×2回）

「いつもでも健康でお酒を楽しむために」社員、取引企業向け（40名×2回）

「食のバリアフリー講演会」※食物アレルギー 関連、社内講習（50名×9回）

「健腸授業」※沖縄ヤクルトへ見学 20名×14回）社員

【感染症予防対策】

沖縄ツーリスト株式会社 新型コロナウイルス対策

健康経営推進本部
2020年8月20日現在 第2版

次の症状がある方は新型コロナウイルスの相談窓口へご相談ください。

相談・受診の目安

☆ 37.5度以上の発熱や咳など風邪症状が見られたら

- ① 学校や会社を休み、外出を控える
- ② 毎日、体温を測定して記録する
- ③ 基礎疾患(持病)をお持ちの方で症状に変化がある方
新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、
まずは、かかりつけ医等に電話で相談してください。
- ④ 小児については、小児科医による診察が望ましいので
かかりつけ小児医療機関に電話などで相談してください。

比較的に軽い風邪症状 一般の人(子供含む)	重症化しやすい方 高齢者 妊婦 持病のある人 (糖尿病 心不全 呼吸器疾患等)	息苦しさ(呼吸困難) 強いだるさ(倦怠感) 高熱等の強い症状
4日以上続く ↓	↓	すぐに ↓

新型コロナウイルス感染症 相談窓口

098-866-2129 24時間対応

・症状には、個人差がありますので、強い症状と思う場合はすぐに相談してください。

・医療機関を受診する際にはマスクを着用するほか手払いや咳エチケットの徹底をお願いします。

【沖縄県内の保健所連絡先】

那覇市保健所	098-853-7971	北部保健所	0980-52-5219
南部保健所	098-889-6591	宮古保健所	0980-73-5074
八重山保健所	0980-82-4891	中部保健所	098-938-9701

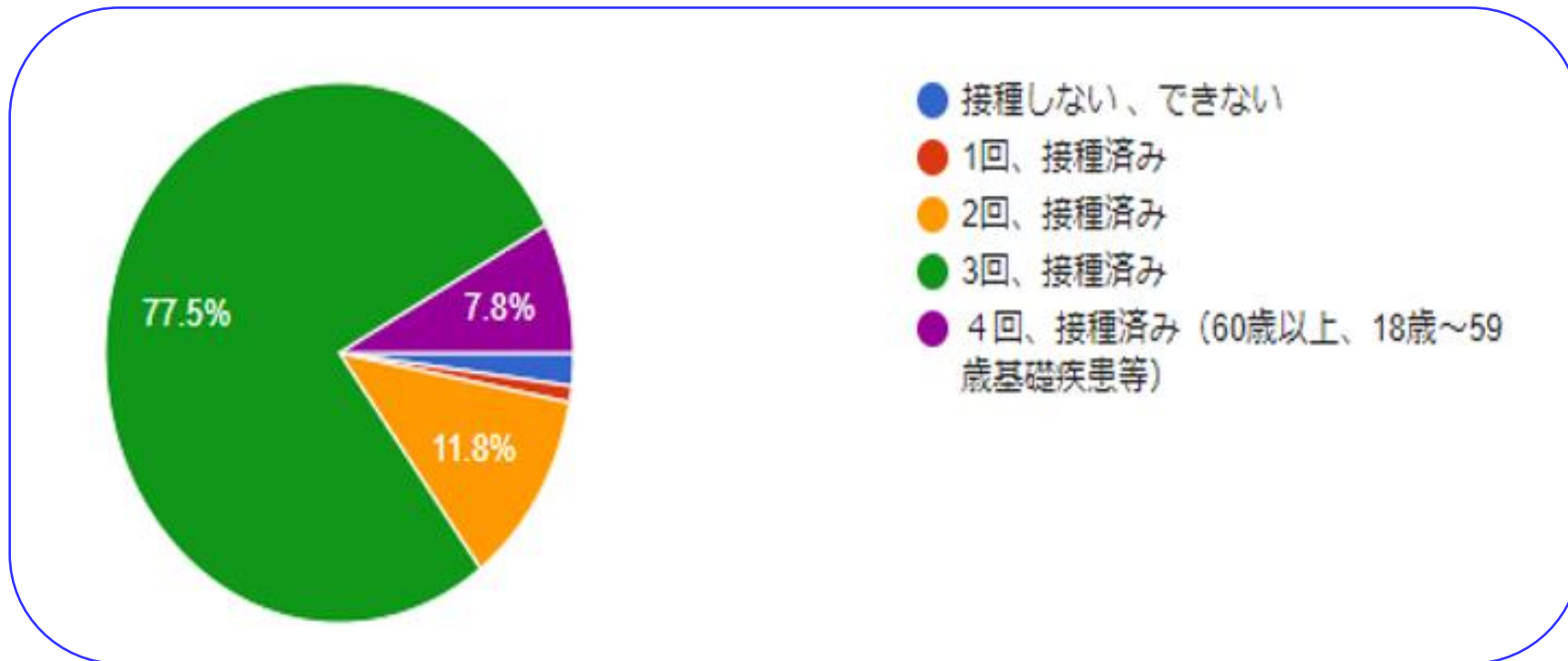
【本土地区の保健所連絡先】

※ご自身の自宅管轄をお調べになってご記入ください。

保健所 () -

【感染症予防対策】 各種ワクチン接種率 目標 80%

【新型コロナワクチン接種状況】 2022年9月



【健康経営の取組】

【体力増進及び交流】

- ・ 歩GO! (あるこう) ウォーキング促進活動 (表彰など)
- ・ 始業時にラジオ体操
- ・ ヨガ (GLOBAL WELLNESS DAY参加)

<https://youtu.be/6kNpWDdApK0>

(写真 Global Wellness Day ヨガ)



【健康経営の取組】

【体力増進及び交流】

- ・ 地域イベントへの参加
（ひやみかちウォーク、てだこウォークなど）

(写真 ひやみかち那覇ウォーク)



【健康経営の取組】

【体力増進及び交流】

- ・ ボランティア活動

SDGsパスポート

平和で持続可能な社会を目指し、皆さまの地域ボランティアを応援する活動。



笹柄暦 (ぴらつかこよみ)
<https://www.piratsuka.com/>



【社外活動】

- ・ 那覇市地域・職域連携推進会議 メンバー
- ・ おきなわ健康経営プラス1プロジェクト
- ・ 働き盛り世代の高血圧予防・改善プロジェクト (沖縄県医師会)
- ・ 禁煙支援者実践報告・研修会 (看護おきなわ健康21委員会)

【健康経営の取組】

【旅行社だから...】

- ・ OTS休暇促進旅行支援制度
年次有給休暇の取得促進とOTS休暇促進旅行支援制度の計画的な取得の推進
- ・ 健康ツーリズムプログラム



「家族で富士登山体験」

夏休みでツアーを設定し、家族みんなで日本一高い富士山に登る商品を企画しております。毎年人気の高いツアーです！



やんばる比地大滝トレッキングツアー

やんばる世界自然遺産亜熱帯特有の植物群の森とせせらぎが絶え間なく聞こえる緩やかな溪流沿いを森林散歩ができ運動効果とともに日常生活の疲れやストレスを癒し「心」と「身体」の休日を体験できます。

「ハイキング&山歩き」のツアー

健康いきいき講座初級コースより設定されており、自分に合ったコースに参加できるようになっています。



日帰りバスツアー「島人の力」

OTSらしいSDGsの取組として（健康経営含め）シリーズ化したツアーとなっております。沖縄で活躍するSDGsリーダーに会って、話を聞きます。
VOL.2 タピックグループ代表 宮里好一氏 講話：「健康と生きがいのある元気なまちづくり」



【受賞】

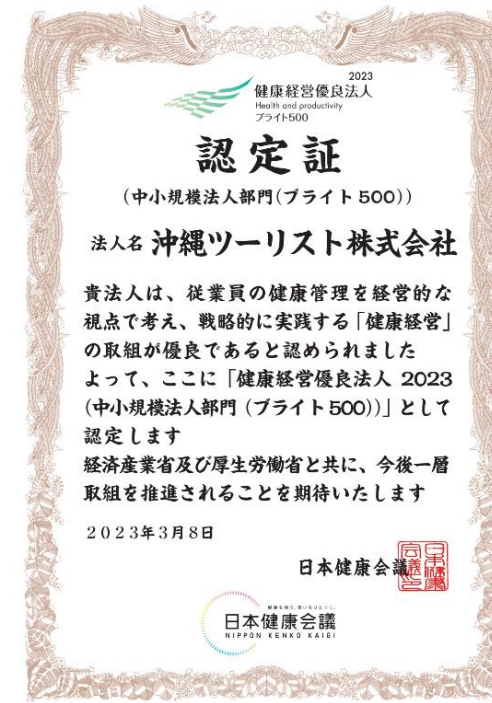
【沖縄県健康づくり表彰制度（がんじゅうさびら表彰）】

受賞部門：事業所部門 準ブランプリ



【健康経営優良法人2023】

中小規模法人部門（ブライツ500）

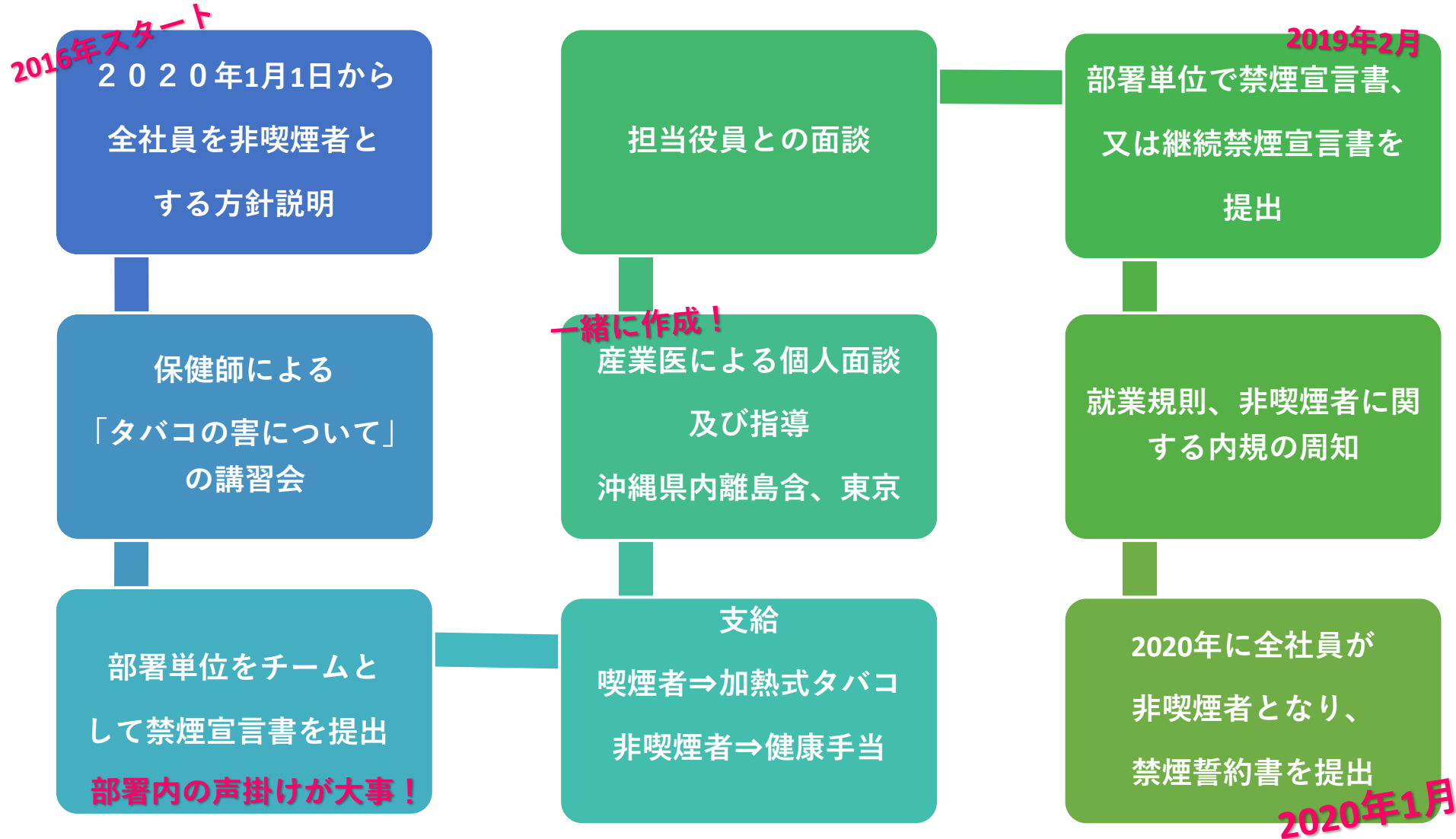


【JATA会長表彰（日本旅行業協会）】

受賞部門：働き方・休み方改革 審査員特別賞



【全員が非喫煙者となるまで】



採用選考基準（2019年～）喫煙癖がないこと

【健康経営の取組】

【禁煙】

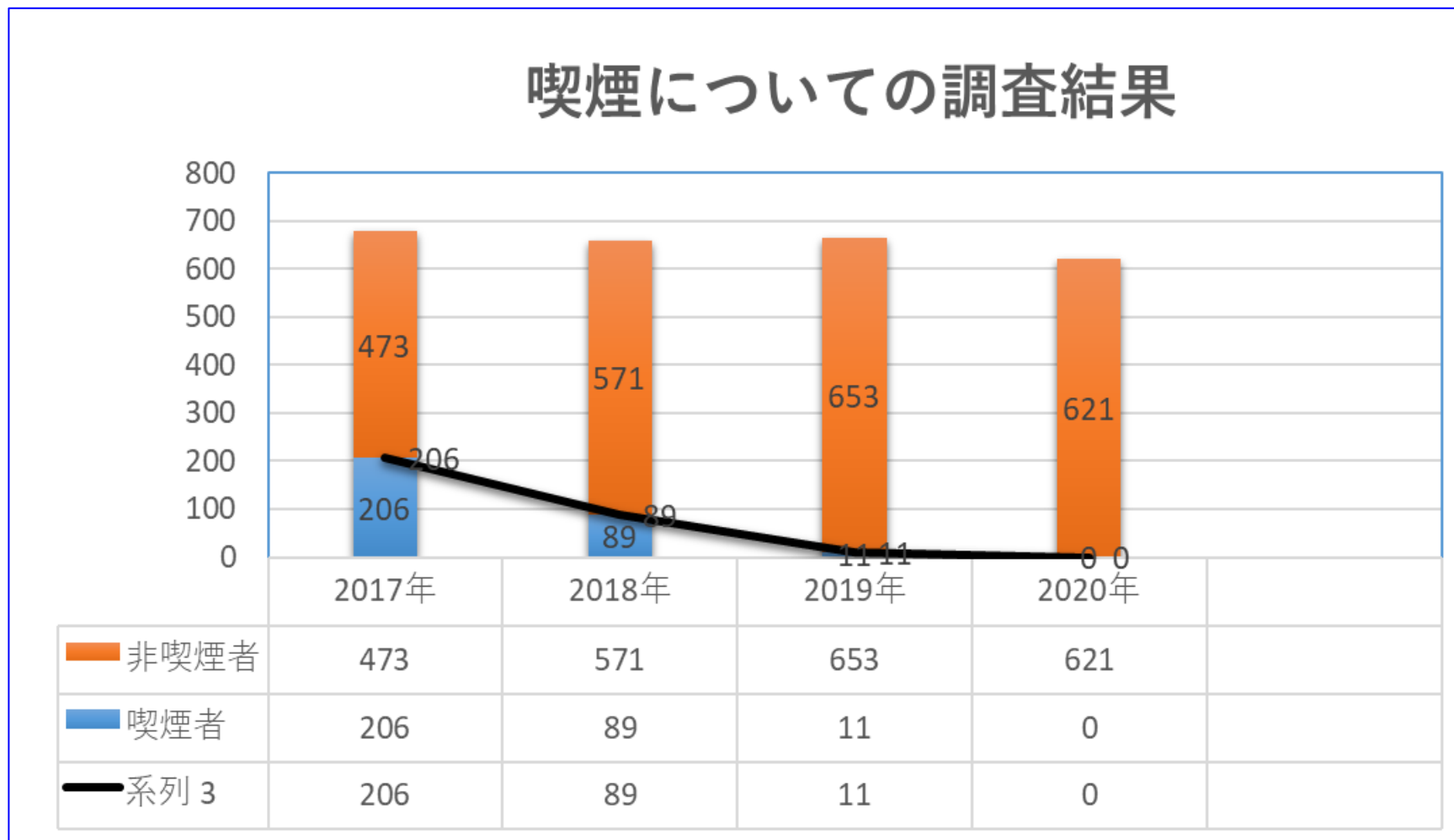
・OTS全社員禁煙化プロジェクト＝全員が非喫煙者
2015年に社内課題として「喫煙問題」を取り上げ、2020年までにOTS全社員の喫煙者ゼロに挑みました。

社内調査：2017年5月	喫煙者206名	2018年12月	喫煙者89名
2019年8月	喫煙者 11名	2020年1月	喫煙者 0名

・二次、三次喫煙問題などの勉強会で社員の意識改革と喫煙者ゼロを継続中

喫煙問題は、たとえ職場で吸わなくても、私生活で喫煙すると家族の健康にも悪影響を及ぼします。
職場内禁煙だけではなく、非喫煙になることが会社として重要だと考え取り組んできました。

【禁煙】



ご清聴ありがとうございました