

健康経営が人(組織)を育てる

2025年9月25日中小規模法人向けAction!セミナーin名古屋

創業	1965年4月8日
設立	1987年12月8日
本社	愛知県日進市
資本金	3000万円
売上高	32億9,800万円（2025年6月期）
従業員数	単体： 87名 グループ全体： 107名
事業内容	土木工事一式





健康経営への取組

社員の健康は会社の健康 会社の健康は社会の健康

「健康経営」とは、社員の健康を経営的な視点から考え、積極的に投資・実践を行うことです。(NPO法人健康経営研究会HPより)

当社では運動、食生活、睡眠、健診を中心に社員の健康をバックアップしています。

健康経営の推進体制

広報担当
HP・X・社内報
インスタグラム
を活用した情報発信



SANKO NEWS
(社内報)



X
(旧 Twitter)

連携



月1回開催
健康経営の課題の話し合い
方針決定・企画運営

外部
顧問

社員

健康
経営
アドバイザ
ー



支援

外部機関
(産業医・協会けんぽ等)

社員の健康相談
特定保健指導
健康に関する講習会

健康経営取り組み前の課題



- ・野菜摂取量が少ない
(100 g ~ 270 g／日程度)



- ・喫煙率が高い (56.8%)

※2015年6月より5か月間第1回禁煙チャレンジ実施
2016年10月に8.3%、2017年9月に7.7%まで改善。

「野菜DE生活習慣病予防！」セミナー風景



- ・社員の63%がメタボ・予備軍または治療中

※2014年10月 野菜DE生活習慣病予防！アンケート結果より



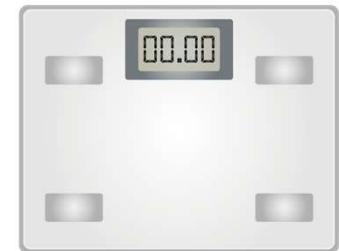
チームで取り組むメタボ予防 「6か月でSMART！」

健康について知識をつけ (smart) メタボを改善・予防しよう！(smart)



取組内容はたったの2つ！

1. 毎日体重を計測して記録する。
2. 今までより野菜をもう一皿プラス。



※2015年3月よりスタート！

※4～5人でグループをつくりグループごとに情報交換・ディスカッションを行う。

※スタート時は紙に手で記録。2017年5月からは自社開発アプリ「のっちゃおか」でスマホから記録開始。

社員の提案による健康施策事例 「三幸ウォーク・フェス」

社員満足度89%

【目的】社員の健康意識の向上・運動機会の保持・増進

【活用ツール】「あいち健康プラス」企業版

【開催期間】2022年11月1日～11月30日

【参加社員数】グループ81名（社員参加率 78.6%）

【イベント概要】

- コロナ禍でもできるコミュニケーション＆健康経営イベント
- 運動機会の保持・増進のため、誰でも手軽にできる「歩く事」を推奨
- 個人戦・チーム対抗戦、多種の表彰・副賞でゲーム的要素を入れ
- 未参加の社員も当選チャンス！「優勝チームを当てよう！」



三幸ウォーク・フェスより派生 ウォーキング・BBQ会 「くるるの日」

歩く・作る
食べる

第1回 2022年11月開催
第2回 2023年11月開催
第3回 2025年 5月開催



最近の取組み事例

スープの日・調理実習



元シェフの専務
による指南！

その他にも... 40以上の取り組みを行ってきました！



睡眠と健康の講座



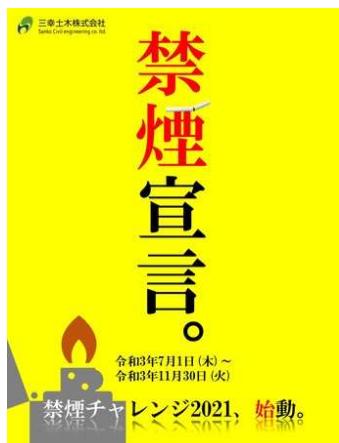
メンタルヘルス講座



押味先生によるラジオ体操講座



健康診断・健康増進イベント



禁煙チャレンジ



歯医者に行こう！



健診結果活用プロジェクト



睡眠イベント夢眠



社長のおごりdeサウナ

健康経営を通じた組織の変遷

「企業理念」が土台

- 企業理念「社員の健康は会社の健康」
- 社員の「和」を重んじる企業風土

理
念

始
動

経営層を起点とした健康施策の取組開始

- 経営層の「体重管理」から始動
 - 効果を確認してから社員へ普及
 - 経営層が牽引する取組み
- 「トップダウン型」の健康経営

コミュニケーション活性化と組織力強化

- 社内コミュニケーションが円滑に
- 社員間・部署間の意見交換も活発に
- 「お互いを思いやる組織」へ

「和」を重んじる企业文化の醸成へ

成
長

転
換

社員の提案を期に新たな施策を導入

- 社員の施策提案が契機
- 社員がチームを組み企画・運営
- 社員の施策から新たな施策も派生

「ボトムアップ型」への転換

健康経営の効果（新卒採用・ブランディング）

※直近5年実績



2025年入社2名



2024年入社4名



2023年入社2名



2022年入社1名



2021年入社10名

A screenshot of a smartphone displaying the X (旧Twitter) profile for "sanko_doboku". The profile picture is a green leaf logo. The bio reads: "創業60周年！日進市のちょ～と変わった建設会社！システムキッチン完備、自社農園の新鮮野菜を無料配布！「社員の健康は会社の健康！」をスローガンに、看板犬コタローと一緒に健康経営に取組んでいます。ー 健康経営優良法人9年連続認定 プライバシーリート500企業5年連続認定 You Tube / Instagram" (Entrepreneurship 60th anniversary! A construction company in Hamamatsu City that has changed a little. Complete system kitchen, free delivery of fresh vegetables from our own farm! "Employee health is company health!" is the slogan. We are working on health management with our dog Kotaro. - Health Management Excellent Organization 9 consecutive years certified Privacy Seal 500 companies 5 consecutive years certified YouTube / Instagram). The stats show 271 posts, 4,153 followers, and 4,041 following. The follower count is highlighted with a red box. Below the profile, there is a link to the company's website: www.sanko-inc.net. The QR code at the bottom links to the same profile.

X (旧Twitter)

11,982 フォロワー
※2025年9月現在



A screenshot of a smartphone displaying the Instagram profile for "sanko_doboku". The profile picture is a green leaf logo. The bio reads: "愛知県日進市の建設会社！三幸土木(株)の公式Instagramです！「社員の健康は会社の健康！」をスローガン... 続きを読む" (Construction company in Hamamatsu City! This is the official Instagram account of Sanko Doboku Co., Ltd.! "Employee health is company health!" is the slogan... read more). The stats show 271 posts, 4,153 followers, and 4,041 following. The follower count is highlighted with a red box. Below the profile, there are various posts and navigation icons.

Instagram

4,153 フォロワー
※2025年9月現在

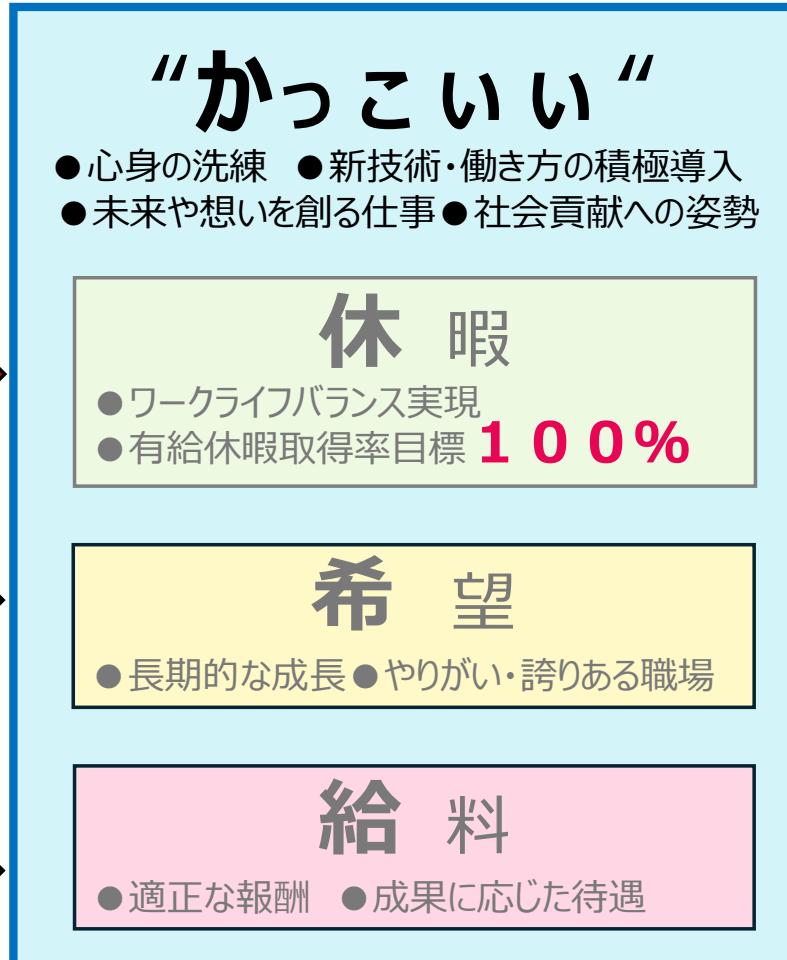
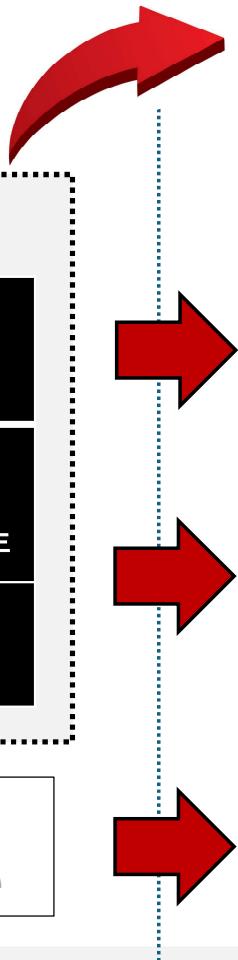


健康経営からプラチナ企業へ…三幸土木が目指す「社員の未来」

(ホワイト企業)

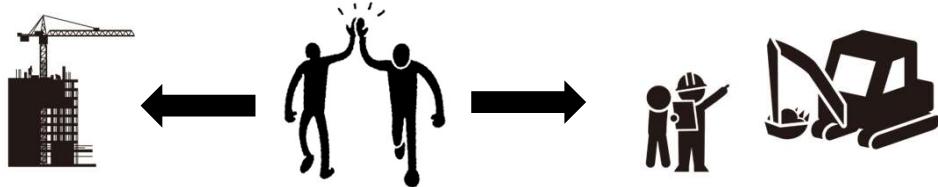


(従来の建設業イメージ)
※建設業が長年抱える課題

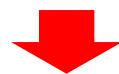


新たな価値観
4K

有給休暇取得率 100%に向けて



複数人が同じ業務を代替できるようにする（ダブルキャスト化）



その為には人材育成と仕事のパフォーマンス力向上が必要



有資格者の見える化



外部講師による講習



資格試験勉強会



TMO（※）による勉強会

※TMOとはTeam Management Officer（チームマネジメントオフィサー）の略称になります。

ご清聴ありがとうございました