

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



三幸土木株式会社
Sanko Civil engineering co. ltd.

| | |
|------|------------------------------------|
| 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 |



会社概要

1965年重機土工事専門会社として創業
 1987年法人化後、工事を創設
 2014年健康経営スタート後現在に至る



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



健康経営取り組み前の課題



- ・ 野菜摂取量が少ない
(100g～270g／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。



- ・ 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



「野菜DE生活習慣病予防！」セミナー風景

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）

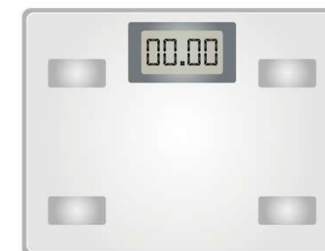
取組内容はたったの2つ！

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取入れ
- 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



社長のお願い de サウナ

健康経営を通じた組織の変遷



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



X (旧Twitter)

11,982 フォロワー
※ 2025 年 9 月 現在



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

3 K

き っ い

●長時間労働・重労働 ●休みが少ない

汚 い

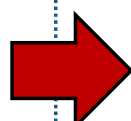
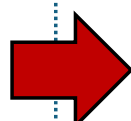
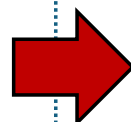
●現場作業・汚れやすい ●現場が不衛生

危 険

●劣悪な作業環境 ●事故のリスク

低賃金

●肉体労働に対する偏見 ●労働対価が低い



“かっこいい”

- 心身の洗練 ●新技術・働き方の積極導入
- 未来や想いを創る仕事 ●社会貢献への姿勢

休 暇

- ワークライフバランス実現
- 有給休暇取得率目標 **100%**

希 望

- 長期的な成長 ●やりがい・誇りある職場

給 料

- 適正な報酬 ●成果に応じた待遇



新たな価値観

4 K



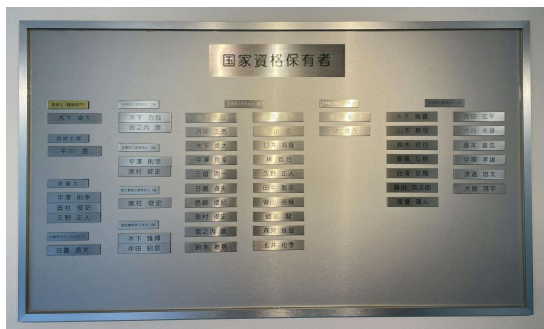
三幸土木株式会社
Sanko Civil engineering co. Ltd.

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