

CHAPTER 5

健康

健康 ありたい姿と取り組みテーマ

01 基本方針

02 健康教育と施策

03 健康ミッションアプリ

04 施策一覧

05 当社の取り組みへの外部評価

06 福利厚生

07 NECグループの保険制度

健康における現状と課題

全社的に健康経営を推進し、「ホワイト500」の認定を取得しました。一方、多くの受注案件により、高負荷・高プレッシャーな状況が継続しています。食事・運動・睡眠を改善し、社員全員が心身ともに健康な状態を目指す必要があります。

「健康」領域におけるありたい姿

社員一人ひとりが心身ともに健康で、安心して生き活きと働ける職場環境となっている。
また、一人ひとりが積極的に心身の健康づくりに取り組んでいる。

ワークライフ
バランスを
保つ時間の確保

アサーティブ
コミュニケーション
の導入

セルフ
コンディショニング
スキルの向上

01 基本方針

「幸せ」や「ワクワク」を感じられる健康経営を目指して

当社は、社員一人ひとりが主体性を持って生き活きと働ける会社風土の実現を通して、より社会に貢献することのできる企業を目指す「健康経営（Well-being経営）」に取り組んでいます。当社のWell-being活動は、次のような状態の実現を目的としています。

それは、“個人”、“組織・チーム”、“会社”の3つのWell-beingが一体となり、チームや一人ひとりが生産性高く生き活きと働き、仕事と私生活において、「幸せ」や「ワクワク」を感じられる状態の実現です。そのための施策を、「健康」「成長」「働きがい」から推進します。

最高責任者である社長に加え、各事業ラインからWell-beingリーダーを選出し、現場への浸透や、社員の声を施策に反映する体制を整えています。デジタルヘルスケアソリューションを担当する部門と連携し、Well-being経営におけるデジタル活用も進めています。

■NECグループの健康宣言

NECグループ健康宣言

Better Condition, Better Life

～一人ひとりのより良い人生、豊かな社会へ～

社員とその家族一人ひとりが、
自ら心身のコンディションを整え健康を大切にする文化、
夢に向かってワクワクとした気持ちで働く環境・状態を創造します。
すべての社員の健康や活力を原動力として、豊かな社会の実現に貢献します。

02 健康教育と施策

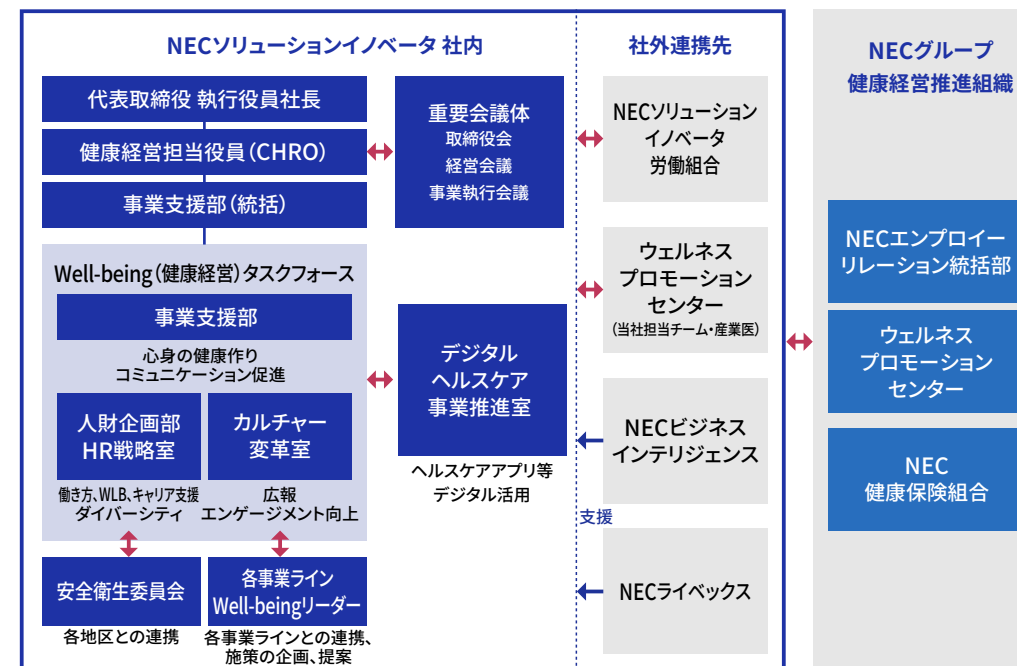
健康に働き続けてもらうための 様々な施策

一人ひとりの健康リテラシーを高めることの重要性を意識し、健康教育を行っています。定期健康診断に加えて、30歳以上の社員には人間ドックやがん検診受診に向けた、サポートを行っています。例えば、従業員の平均年齢の上昇や、テレワーク推進による運動不足などが原因となり、「健康診断結果の有所見率の増加」や「適正体重維持者率の減少」といった課題が生じています。

そうした課題の解決を図るため、「NEC健診結果予測シミュレーション(自社システム)」を導入しました。社員自身がWeb上で、健康リスクの提言や生活習慣を改善した場合に期待できる効果をシミュレーションできます。また、一人ひとりの健康診断の結果に応じて自動的に生成される「その人だけの健康アドバイス」という動画を見ることで、その人の課題となる検査項目の現状や、その検査項目が悪いことで懸念される健康リスクなどを知ることができます。

さらに「リスクシミュレーション」では、現状の生活を続けた場合の将来予測と生活を見直した場合の将来予測を可視化し、比較検討できます。こうした様々な施策により、健康課題のある人に対して行動変容を促す働きかけを行っています。こうした施策は、今後さらに進化させていく計画です。

■健康経営推進体制



■健康診断受診率

	2021年度	2022年度	2023年度
定期健康診断受診率	100%	100%	100%
定期健診後の精密検査受診率	49.0%	38.8%	57.1%

■ストレスチェック受検率

2021年度	2022年度	2023年度
79.0%	82.5%	92.0%

03 健康ミッションアプリ

健康行動の習慣化を図るための 独自アプリを開発

様々な健康施策を行う中で、「瞬間的な意識の高まりを作るのではなく、健康行動を継続し、習慣化してもらうにはどうしたらよいか」と考えてきました。そこで、健康行動が自然と身につくような行動変容を目的とする「健康ミッションアプリ」を独自に開発し、2020年度から定期的にイベントを開催しています。

イベント期間中、生活習慣を改善するための様々なミッションが発信されます。それをクリアするとコインを獲得でき、ゲーム感覚で楽しみながら生活習慣の改善に取り組むことができます。

チームによる参加も可能です。メンバー同士で声を掛け合いながら続けられる仕組みにすることで、健康行動を続けやすい環境を創出しています。アプリの利用者同士でQRコードの交換を行うとコインを獲得できたり、他事業部の社員と交換するとコインが倍になるなど、社員同士のコミュニケーションを活性化させる仕組みも持っています。仲間と一緒に小さな達成感を積み上げることで、健康行動を習慣化できることを目標に活動を行っています。

本取り組みにより、「WELLBEING AWARDS 2023」で「活動・アクション部門／ゴールド・アウトカム賞」を受賞しました。

■健康ミッションアプリ参加延べ人数

2021年度	2022年度	2023年度
1,718人	2,387人	2,864人

■健康ミッションアプリ利用イメージ



04 施策一覧

健康的に働ける環境を複数の施策でサポート

従業員の健康を維持向上させるため、複数の施策を展開しています。安全衛生委員会は「NECグループ労働安全衛生マネジメントシステム」を軸に活動しています。メンタルヘルスケア、新入社員の健康サポート、各種イベント、セミナー、勉強会などを展開し、従業員の健康意識を向上さ

せる取り組みを進めています。こうした施策の効果を客観的に把握するため、社員のパフォーマンスの状況を表すプレゼンティーズムと、従業員の定着率に影響するエンゲージメントスコアをモニタリングしています。

安全衛生委員会	2022年度より、以前認証を受けていたOHSAS18001をベースにしながら、厚労省の指針に沿って構築したNECグループ労働安全衛生マネジメントシステムによって、各部門の労使代表による安全衛生委員、人財企画部、事業支援部、そしてウェルネスプロモーションセンターが連携し、安全衛生活動を推進しています。対象拠点においては、定期的にリスクアセスメントを行い、事故発生予防を徹底しています。毎月の安全衛生委員会では、産業医や保健師が時節に応じた健康教育を行ったり、健康診断結果の分析結果を報告するなどして、社員の健康意識を高める活動を行っています。
メンタルヘルスケアの取り組み	厚生労働省策定の「労働者の心の健康の保持増進のための指針」に基づき、社員が心の健康を損なうことなく、健康で生き活きと会社生活が送れるよう、多方面から施策を行っています。また「心の健康支援プログラム」を導入し、不調により休職した社員が復帰して再び働けるよう支援する体制を整備しています。 ■施策紹介 ・ストレスチェック ・管理職向けメンタルヘルス研修 ・全社員向けメンタルセルフケア研修 ・社内外相談窓口の設置 ・こころコンディショナーの提供（認知行動療法に基づくメンタルケアのチャットボット）
新入社員の健康サポート	新入社員全員を対象にフレッシュャーズ面談（入社直後の産業医の健康講話、配属後の保健師・看護師による保健指導）を行い、入社後の体調等の相談ができる環境を整えています。

健康イベント・セミナー	社員の健康増進をサポートする各種セミナー、イベントを定期開催しています。 ■開催実績 ・廣瀬さん（元レッドロケッツ選手）と体をほぐそう！リラックスストレッチ ～首、肩ほぐし編～ ・愛しの女性ホルモンちゃん 第2弾 ～更年期を知って、より自分らしく輝こう！～ ・これまでの常識を変える！新時代のオーラルケアセミナー ・精神科医、ベストセラー作家の樺沢紫苑先生が教える健康セミナー
Well-being勉強会	健康経営をさらに発展、深化させたWell-being経営に取り組むにあたり、有識者による勉強会を定期開催しています。 ■開催実績 ・教えて内田先生！"つながりの資本"から見る日本社会の幸福感について（講師：内田由紀子先生） ・教えて前野先生！社会や組織におけるWell-beingと個人の幸福とは？（講師：前野隆司先生） ・教えて石川先生！社会価値創造とWell-beingの関係について（講師：石川善樹先生）
コミュニケーション促進	コミュニケーションの機会提供を積極的に行い、テレワークでコミュニケーション不足にならないよう施策を行っています。定期的な上司と行われる1on1は、業務以外のカジュアルな話もでき、互いを知ったり、気軽に相談ができる場となっています。またeスポーツ大会を開催し、勤務地に関わらず全員で楽しめる機会を作っています。

05 当社の取り組みへの外部評価

経営戦略と健康経営の連動、 全社的な取り組み推進が高評価

当社は、経済産業省および日本健康会議が共同で実施する「健康経営優良法人2024（ホワイト500）」に認定されました。3,500を超える企業の中から認定され、総合順位は151～200位でした。

当社の強みの源泉である、12,000名超の社員一人ひとりのパフォーマンスを高めていくことや、人材定着・採用力向上は経営上の重要課題であると考えています。

認定においては、経営戦略と健康経営が連動し、全社的に取り組みを推進している点や、前項でご紹介したような幅広い内容の施策を展開している点、健康データの利活用ができていた点が高く評価されました。



06 福利厚生

必要な福利厚生サービスを選択

従来の福利厚生制度を再編し、2021年4月より「カフェテリアプラン」を導入しました。社員一人ひとりに毎年一定額のポイントを付与し、その範囲内で社員が主体的に使い方を考え、必要な福利厚生サービスを利用できる制度です。

全社員の自己成長を促し、安心して働ける環境を整え、人生を豊かにしていくことを目的としています。基本ポイントとして、全社員に年間86,000ポイント(86,000円相当)を付与します。

メニューの種類には「成長」「健康」「財産形成」「住宅」「ライフ」「リフレッシュ」「育児」「介護」があり、基本ポイントは全てのメニューに利用できます。

育児や介護を行う社員に対しては、育児ポイントや介護ポイントを付与します。これらは指定されたメニューや対象のみに利用できます。2023年度の利用率は88%となっています。

また、通常は1ポイント＝1円換算となりますが、成長カテゴリーは2倍(2円)、健康カテゴリーは1.2倍(1.2円)として“Growth & Well-being”実現を支援しています。

■ポイントを利用可能なメニューの例

成長	健康	財産形成
101 スキルアップ 102 リカレント教育 103 書籍購入	201 健診費用(本人) 202 健診費用(家族) 203 スポーツ奨励 204 健康サポート 205 差額ベッド利用料	301 財形掛け金補助 302 DC年金マッチング拠出補助 303 積立貯蓄掛け金補助 304 保険加入補助(給与控除) 305 保険加入補助(給与控除以外)
住宅	ライフ	リフレッシュ
401 家賃 402 住宅ローン 403 住宅改修費	501 家事代行サービス 502 食材宅配サービス利用 503 メモリアル 504 ライフサポート 505 IT機器環境整備 506 コミュニケーション費用 507 ボランティア 508 募金 509 ホームヘルパー 510 NECスポーツ	601 宿泊費／交通費 602 レジャー施設 603 リラクゼーション施設 604 グルメ
育児	介護	
701 育児サービス／保育施設 702 子女教育費用 703 時短家電アップグレード 704 育児応援依頼旅費	801 介護サービス／施設 802 介護用品の購入・レンタル 803 介護環境整備 804 要介護者との面会のための旅費・介護転居費用 805 介護サポート 806 差額ベッド利用料(介護ポイント用)	

07 NECグループの保険制度

すべての社員が 安心して働ける環境を

NECグループ社員向けの保険制度を、福利厚生の一環として運営しています。

安心して働き続けることができるよう、社員のニーズにあわせて多様な保険を整備しています。

■NECグループ現役社員・退職者向け

車・バイクの保険／病気・ケガの時の保険(現役社員)／病気・ケガの時の保険(退職者)
働けなくなった時の保険／介護に備える保険／住まいの保険(現役社員)
住まいの保険(退職者)／旅行・スポーツ・レジャーの保険／ペットの保険

■NECグループ団体保険の特長

メリット 1
NECグループのスケールメリットを活かした保険料
メリット 2
保険料は給与控除で安心
メリット 3
1年ごとに補償(保障)の見直しが可能
メリット 4
家族の加入も可能
メリット 5
年末調整等の手続きが簡単