２０２６年９月２９日

ドリコ株式会社　衛生管理者

健康課題・健康課題改善目標・健康課題解決への取組について

当社の従業員は全体的には極端な肥満者は少なく、生活習慣関連項目も良好な項目が多いため、生活習慣リスクは全体的に低いといえます。ただし40歳未満の食事習慣と、年齢問わず運動習慣に問題が見られるため、このままでは生活習慣病が増える可能性があります。

【重要テーマ】

・食生活の改善

・運動習慣の定着

【当社の健康課題】　（40％以上を黄色マークした）

①朝食欠食率

健診年度	全年齢	40歳未満	40歳以上
2024年度	26.7%	41.7%	22.9%
2025年度	23.4%	33.3%	20.4%

②就寝前2時間以内に夕食を食べる社員

健診年度	全年齢	40歳未満	40歳以上
2024年度	33.3%	41.7%	31.3%
2025年度	32.8%	20.0%	36.7%

③１日１時間以上の運動習慣のない社員

健診年度	全年齢	40歳未満	40歳以上

2024年度	55.0%	58.3%	54.2%
202 5 年度	43.8%	46.7%	42.9%

昼夜にまとめて飲食→血糖値上昇、この結果として健康診断項目では「BMI」「血圧」「糖代謝」「肝機能」の数値が悪くなってしまう傾向があります。

【健康課題解決への取組み】

◆現在行っている取組み

①全員参加型（オンライン）によるセミナー

・管理栄養士による食育セミナーを実施

・ヨガインストラクターによるマインドフルネスセミナーを実施

・毎月の安全衛生委員会で産業医による健康促進の講話を実施

・２か月ごとに社内メンタルヘルスセミナーを実施

②運動機会の増進に向けた取組み

・「ウオークラリーイベント」を開催

・「ぶら下がり健康器」「バランスボール」を安全に十分配慮しながら事務所内に設置

・ストレッチ動画の配信（毎週木曜日11:50に全社員へ）

◆主な施策への参加状況

リアル開催での参加率は25%程度であるが、オンライン併用とすることで後日誰でも視　　聴できるような体制を構築しています。バックナンバーについては社員であればいつでもどこでも閲覧できるような体制を構築しています。

◆2025年度取組の成果

1ページ　表①、表②、表③から、数値は改善してきており、施策の効果が出てきていると判断していますが、40歳以上では就寝前2時間以内に夕食を食べる率が

悪化しており、ワークライフバランスを取る事と同時に、管理栄養士による食育セミナーの強化を図っていきます。一例として、2026年5月には、コンビニエンスストアやスーパーの総菜コーナーを上手に活用し、電子レンジだけで調理可能なメニューの実演を行いました。

◆健康経営の方針に関する理解度アンケート結果（任意回答）

「健康経営の取組の認知度について」の設問に対する従業員の回答

	2026年実施	2025年実施	2024年実施
以前からよく知っている	36%	29%	31%
以前は知らなかったが、定期的なセミナー等の案内により理解が深まってきた	53%	63%	54%
以前も今も良く分からない	11%	8%	15%

ー昨年度実施分に比べて、「以前も今も良く分からない」の割合は減少傾向となっており、一定の成果が見られます。

◆今期の重点課題

①「食生活の改善」「運動習慣の定着」を挙げ、以下のKPI・KGIを設定します

【202６年度ドリコグループ健康課題KPI】・・・2025年度の継続

① 朝食摂取率　　７5%以上

② 健康増進イベント参加率　50％以上

③ BMI（A判定＋B判定者）　95%以上

②全社員が個人目標を立て、実践、自己評価します

「食生活の改善」「運動習慣の定着」それぞれ、合計２つの目標を立てます。

【目指すべき姿(KGI)＝ ホームページに掲載している「健康経営宣言」】

ドリコグループでは、社員の健康を重視し、健康管理を経営課題として捉え、その実践を図ることで社員の健康の維持・増進と健全且つ持続可能な事業運営を目標にしています。今後もライフワークバランスの改善を目指し、社員の健康リテラシーを向上させることで、心身ともに健康で安心して働く事が出来る職場環境を社員と一体となり作り上げていきます。

以上