

健康経営[®]に取り組む企業紹介

株式会社金山産業

「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

はじめに



富山県滑川市にある金山産業では、解体・土木工事からその後の処理やリサイクル、さらには解体後の土地利用まで一貫してご提案する事業を行っています。創業から40年以上のノウハウの蓄積により、プロフェッショナルの誇りを持って働く企業です。事業面だけでなく滑川の地域に根ざし、地域の除雪活動への協力など、滑川の町並みを守るために、修復し継承する活動などの地域貢献も地元企業の大きな役割だと考えています。

健康経営の目標設定と取り組み内容



健康課題を明らかにするため、健康習慣アンケートを実施しました。当社では「睡眠の質の向上」「禁煙

への意識向上」「病気の重症化予防」

が健康課題であることがわかりました。睡眠の質改善に効果があるとされるヤクルト1000を従業員に毎週配布する、禁煙ガムを職場で自由に使用できるようにするなど、従業員が無理なく取り組める、取り入れやすいものを活用しながら健康についての意識付けを進めていきました。

当社は、従業員やその支えとなるご家族の健康が仕事や生活の土台であると考えています。健康経営に積極的に取り組むことで、従業員一人ひとりが健康でいきいきと働ける環境を整備し、企業の持続的な成長を目指しています。具体的には、健康診断の実施・女性の健診項目の充実・インフルエンザ予防接種の支援・『LINE WORKS』を活用した社内コミュニケーションの促進など、さまざまな施策を実施しています。

健康診断の実施と充実



健康診断(再検査を含む)の受診を徹底し、受診率100%を目標にしています。また、産業医からの保健指導により「疾病の予防と低減」「疾病の早期発見・早期治療」「日常生活に潜む健康リスクの周知」を推進しています。

さらに、定期的な健康診断の実施に加え、女性特有の検診項目を充実させることで、従業員の健康状態を把握し、早期発見・早期治療に繋がっています。また、健康保険組合や労働組合と連携することで従業員の健康課題を明確にして、課題に対しピンポイントにアプローチして質の良い改善に繋がっています。

ストレスや心の健康対策



ストレスチェック・職場分析・メンタルヘルス研修・こころの健康相談窓口の設置により、従業員一人ひとりがいきいきと働ける職場環境を目指しています。当社は50名未満の事業所であるため、ストレスチェック実施の義務はありませんが、専門家に協力を依頼し、3年ほど前から心の健康問題への取り組みを実施しています。外国人の従業員にも心の健康に関心を持ってもらうために、ストレスチェックは各国語の翻訳を用意したり、こころの健康相談窓口を利用しやすいように、英語やイラストを使って周知するなどの工夫をしています。

今後の取り組みについて



今後もネクスストブライト1000の連続認定、ブライト500の認定を目指し「心身の不調による生産性低下から脱却するために、従業員一人ひとりがいきいきと働ける職場環境をつくり、地域社会で活躍し続ける！」ことを実践してまいります。

事業所概要

- 所在地
[本社]
富山県滑川市中川原181番地
- 従業員数
47名(2025年現在)

事業内容

建設、土木、一般廃棄物収集運搬・処理、産業廃棄物収集運搬・処理、家屋解体工事、宅地造成工事など

コミュニケーション活性化のために

何でも相談できる風通しの良い職場環境には、職場内のコミュニケーション活性化が重要だと捉えています。

テレワークを導入する際、コミュニケーションがとりにくくなるという懸念がありましたが、『LINE WORKS』という社内コミュニケーションツールを活用することで、従業員間のコミュニケーションを円滑にし、孤立を防ぐよう努めています。

毎年7月には、当社の恒例イベントとして、定期健康診断の後にバーベキュー大会を実施して

います。従業員が一同に集まり、和気あいあいと笑顔で楽しい時間を過ごしています。今年のバーベキュー大会の前には、運動指導の専門家を招き、正しい動きを学びながら運動する機会を設けました。日頃、運動をあまりしないという従業員も、真剣な表情で取り組んでいました。



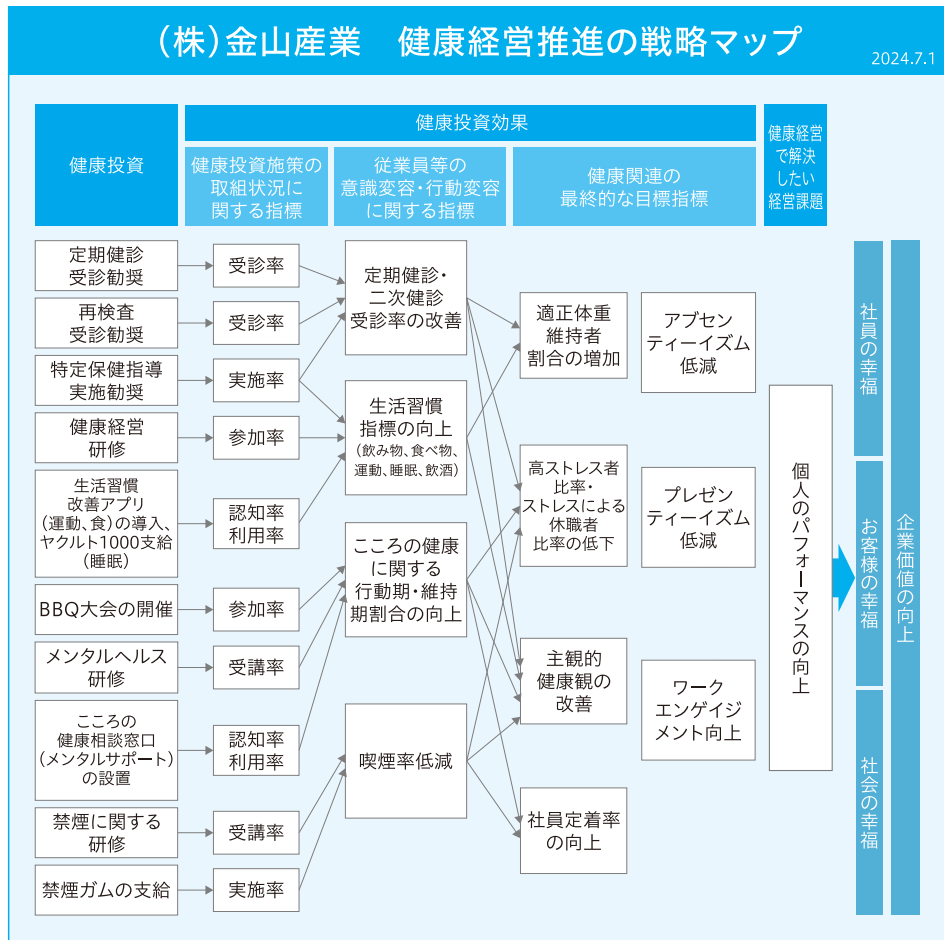
▲従業員が自由に使用できる体力づくりコーナー



▲こころの健康相談窓口とセミナーの案内



▲外国語やイラストを使ったこころの健康相談窓口の周知



第53回（令和7年度）

富山県産業安全衛生大会が開催されました

第53回（令和7年度）「富山県産業安全衛生大会」が7月18日（金）「ゴルフアートとやま」において開催されました。第一部では表彰式典、第二部では事例発表、特別講演が実施されました。

大会の内容

◆富山労働局長表彰

安全衛生水準が良好で他の模範と認められる事業場として、今年は4社が奨励賞を受賞されました。

また、長年にわたり安全衛生関係の業務に従事し、安全衛生水準の向上発展に多大な貢献をされた、元一般社団法人富山県労働基準協会富山支部事務局長の橋向隆夫氏が安全衛生推進賞を受賞されました。

◆事例発表

昨年度に奨励賞を受賞された明興工業株式会社北陸事業所から、安全衛生に対する取り組み内容の発表がありました。社員の安全と健康の確保等を目的とし、個人ごとにヒヤリハットを提出して話し合ったり、1カ月の期間を定めて社員全員で毎朝5分のウォーキングを行う「歩数チャレンジ」など、社内一丸で労働安全や社員の健康管理に取り組んでいる様子が発表されました。

◆特別講演

現役とび職人であり、株式会社Office Hit代表取締役の多湖弘明氏による、「安全にやり過ぎはない～世界一の現場で働く職人たちの安全管理～」と題した講演が行われました。日々、建設現場で「当たり前にある安全」に対する意識の質を保つよう努めている多湖氏自身の、これまでの体験や経験が多く詰まった講演でした。

◆富山県THP推進協議会による企画

事務局である北陸予防医学協会 富山市角川介護予防センターの健康運動指導士による「ストレッチ体操」の実演がありました。また、「健康づくり相談コーナー」では、血流スコープを用いて、指先の毛細血管を観察していただきました。ご自身の血管の状態から、日ごろの生活習慣を見直すきっかけとなるようなアドバイスをを行いました。



奨励賞

株式会社ナチ八尾ベアリング
株式会社タカギセイコー 氷見事業所
佐藤鉄工株式会社 本社・立山工場
鹿島興亜電工株式会社 となみの庄

安全衛生推進賞

元一般社団法人富山県労働基準協会
富山支部事務局長
橋向隆夫氏



▲講演する多湖弘明氏

保健師コラム

一般財団法人 北陸予防医学協会
保健師 古家 郁江

腎臓は、大きさは握りこぶしよりやや大きめの臓器で左右に2つあります。「沈黙の臓器」とも呼ばれ、不調があっても自覚症状が出にくいのが特徴です。

令和5年度に北陸予防医学協会が実施した人間ドックでは、6,588人中2,196人(33.3%)の方が腎・泌尿器の検査で「有所見」でした。

腎臓は一度悪くなると完全に治すことが難しいため、腎臓の不調を知らせるサインを見逃さないこと、そして健康診断を活用することが大切です。

腎臓の3つの働き

- ①老廃物や余分な水分をろ過して体から排出する
- ②血圧を調整するホルモンや、赤血球を作るホルモンを産出する
- ③体内の水分量やイオンバランスを調整する

年1回の健康診断を活用しましょう！

腎臓病を予防しよう！

腎臓の検査

◆尿検査

主に「尿蛋白^{たんぱく}」「尿糖」「尿潜血」「尿沈渣」について調べます。それぞれ、基準値の範囲内であれば陰性(-)、基準値を超える量が検出されれば陽性(+)と判定されます。

◆尿素窒素

体内のたんぱく質がエネルギー源として使われた後にでてくる、いわば「燃えかす」が尿素窒素です。腎機能の働きのほか、体に重要なたんぱく質の代謝を把握することができます。

◆クレアチニン

腎臓の働き、尿管、膀胱、尿路の障害を知るための検査です。

◆eGFR

老廃物を尿へ排出する能力についての指標です。

◆尿酸

体内で産出された尿酸は腎臓から尿中に排出されます。腎臓の働きが悪いと尿酸が排出されず数値が高くなります。

胃X線検査のすすめ 胃がん・ピロリ菌感染胃炎検診



一般財団法人 北陸予防医学協会 高岡総合健診センター
センター長 増山 喜一

胃がんの原因「ピロリ菌」 除菌で死亡者数が減少

日本における胃がんの原因のほとんどがヘリコバクター・ピロリ(H.pylori)、通称ピロリ菌の感染です。このピロリ菌を除菌することによって、胃がんになるリスクを低下させられることがわかっています。

2013年2月から、ピロリ菌感染胃炎への除菌治療に健康保険が適用されるようになりました。この保険適用拡大により、日本でのピロリ菌除菌治療を受ける人が急速に増えました。その結果、2010年頃には年間約50,000人だった胃がんによる日本の死亡者数は、2023年には38,771人まで減少しています。

ところで、実際に健康保険を使ってピロリ菌の除菌治療を受けるためには、まず内視鏡検査で「ピロリ菌感染胃炎」と診断される必要があります。当協会では人間ドックなど任意型の内視鏡検査を受け、「ピロリ菌感染胃炎疑い」と診断された場合、血液検査でヘリコバクター・ピロリ抗体検査を行い、確定診断をします。その後、専門医を紹介し、除菌治療へと進んでいただきます。

胃X線検査で「要経過観察」と 言われたら？

胃X線検査を受けた場合は、日本消化器がん検診学会の「胃X線検診のための読影判定区分(カテゴリー)」によって判定が行われます。胃がんや胃潰瘍など、治療が必要と疑われる所見を認めた場合には「要精検」と判定され、精密検査として専門医による内視鏡検査を受けることになります。

一方、ピロリ菌感染胃炎を疑われた場合、基本的には「要経過観察」と判定されます。ここで注意してほしいのは「コメント」です。もし、「要経過観察」と

判定されても、コメントに「次回は内視鏡検査を勧める」や「除菌を勧める」と書かれている場合は、専門医による内視鏡検査の受診をお勧めします。判定が「要経過観察」だからと安心して、翌年も胃X線検査を受けることは避けたほうが良いでしょう。コメントの指示に従って内視鏡検査を受けてみましょう。ただし、現在ピロリ菌に感染している現感染と除菌治療等によりピロリ菌がいないものの萎縮性胃炎を認めるもの(既感染)もあるので、ご不明な点があれば当協会までご相談ください。

胃がんの早期発見・早期治療のために… 胃X線検査の重要性

専門医による内視鏡検査を受けることにより、胃X線検査では指摘できないような早期の胃がんが発見され、早期治療につながることもあります(胃がんの2次予防)。また、ピロリ菌感染胃炎が認められた場合には、除菌治療によって胃がんの発生をある程度抑制することができます(胃がんの1次予防)。つまり、胃X線検査は、内視鏡検査と同様に胃がんそのものを発見するとともに、胃がん発生のリスクであるピロリ菌感染胃炎を見つけ出し内視鏡検査へ導くことで、胃がんの1次および2次予防を行い、胃がんの撲滅を目指すことになります。

したがって、胃X線検査は内視鏡検査を受けるべき人を効率的に見つけ出すための検査ともいえます。

内視鏡検査に抵抗を感じる方はまず、胃X線検査を受けてみてはいかがでしょうか。胃X線検査も難しいと感じる方は「胃がんリスク層別化検診(ABC検診)」もありますが、いくつかの注意事項がありますのでご相談ください。



広報誌に関するご意見・ご要望等は健康推進課 南義・上田までご連絡ください。
TEL 076(436)1281 FAX 076(411)9075

ご相談・お問い合わせは健康推進課まで▶▶▶ TEL 076(436)1281