

# ニトリグループ健康白書2023

Wellness Report

株式会社ニトリホールディングス ニトリ健康保険組合

### トップメッセージ

「お、ねだん以上。」は従業員と家族の健康から。

### ロマン(志)の実現に向け、健康でも新たな挑戦を

ニトリグループのロマン(志)とビジョンの実現には、従 業員一人ひとりのチャレンジが不可欠です。 グループの 成長が、皆さん一人ひとりの成長、ご自身のロマン(志)と ビジョンの実現につながっていくことが、私にとっての一 番の願いであり、よろこびです。その原動力は、皆さんの 健康です。

1967年、23歳の時に「似鳥家具店」として創業し、そ の後の55年間、皆さんと共にさまざまなチャレンジを 続けてきた結果、現在のニトリがあります。

振り返れば、その道程には苦難もありましたが、楽しみ に満たされてもいました。何よりも健康でいたからこそ、 今があります。

日々の筋トレを欠かさず、休日はゴルフでリフレッシュし ながら汗を流す。また、食事をはじめ生活習慣を意識 した毎日を過ごすことで、健康の増進に努めています。 この「健康白書」を、生活習慣や運動習慣を見つめなおし、 新たな健康づくりにチャレンジいただく機会とし、ロマン (志)の実現へ向け、一丸となって取り組んでいきましょう。



### 安心して働き続けられる環境づくりの推進

ニトリグループは、早くから、従業員の皆さん一人ひとり が健康を意識し日々過ごしていただけるよう様々な取り 組みを行ってきました。バス巡回型を中心に、各事業所 で健康診断を受けられる環境をつくり、また、多くのお客 様と接触する仕事柄、インフルエンザ予防接種費用の一 部を負担するなど、健康管理体制の強化、整備に努めて きました。

その一環として、2013年に、ニトリグループの自主性 を発揮し、新たな健康づくりを推進することを目的に二 トリ健康保険組合を設立しました。婦人科検診費用の 無償化をはじめ、オリジナル健康教育冊子の発刊、体 質改善や運動習慣の定着を目的としたキャンペーンの実 施など、取り組みを強化しています。

私自身、規則正しい生活を心がけ、大好きな水泳やウ オーキングで楽しみながら健康増進に努めています。 皆さんが一層、安心して働き続けるための環境をつくる ため、会社、労働組合、健康保険組合が一体となって 従業員とその家族の健康づくりを支援していきます。



# ニトリグループの目指す健康経営



ニトリグループでは長期ビジョン達成のために、従業員の健康が必要不可欠と考え、 2016年「健康経営宣言を制定」しています。

### 基本方針

### グループ ロマンとビジョンの実現

#### 健康増進

こころとからだの健康対策

グループ従業員・家族の健康 (経営資源のひとつ)

働きやすい職場づくり

ヘルスリテラシーの向上

ワークライフバランスの充実

健康情報理解・活用へ

### ニトリグループ健康経営宣言



#### 健康経営宣言(2016年4月1日制定)

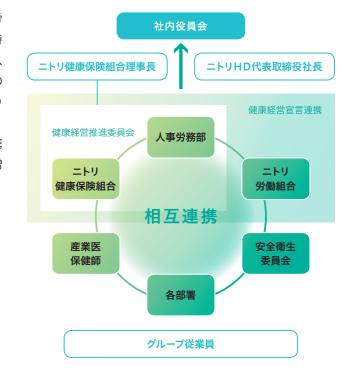
ニトリグループは、従業員の健康を重要 な経営資源のひとつであると考えます。グ ループのロマンとビジョンの達成と、従業 員の自己実現のため、会社、労働組合、 健康保険組合が一体となって従業員とその 家族の健康づくりを支援していきます。

### 健康経営体制

健康経営を推進するにあたり、健康経営推進委員会や労 働組合または、各部と連携して対応を行っております。特 に健康経営推進委員会では、従業員の健康増進とヘルス リテラシー向上のため、コラボヘルス事業や健康教育の 立案を行い、最終的には社内役員会の承認を得て、取り 組みを行っています。

また、安全衛生委員会では各部、産業医、保健師が連携 し、より現場目線での健康リスクの確認・防止、健康増 進に対する活発な意見交換を実施しております。





代表取締役会長

似鳥 昭雄

・ボクササイズ

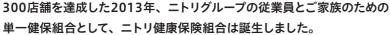
・スキューバダイビング

・ゴルフ

・ジム

### ニトリ健康保険組合誕生の歴史





#### ●女性の健康応援BOOK作成 単一健保組合として、ニトリ健康保険組合は誕生しました。 $(\sim 2022)$ ⇒P.13 健 ニトリ健康保険組合のあゆみとニトリグループの取り組み 体力つくり国民会議議長賞 ● 「マイヘルスウェブ」導入 健康経営優良法人 Health and ●「健康経営優良法人2019 ⇒P.11 ホワイト500」に認定 ● 禁煙マラソン(2023年現在継続中) ==ニトリグループの取り組み ●こころのサプリ作成 ⇒P.13 健=健康支援事業 ●「健康経営優良法人2017 健康経営優良法人 21=社外表彰 健診チャレンジ(2023年現在継続中) ホワイト500」認定 ●歯みがきキャンペーン(~2019) ●「健康経営優良法人2018 人=人事制度 禁煙教室、費用補助(~2021) ホワイト500」に認定 ●「健康経営優良法人2023」 ●「健康経営優良法人2020」 ●「健康経営優良法人2021 2018 健康経営優良法人 健 ホワイト500」に認定 ホワイト500 ウオーキングキャンペーン ●体成分測定会(~2020) 健康経営優良法人 健康経営優良法人 健康経営優良法人 (2023年現在継続中) 「くるみん認定」を取得 加入者数 8,301人 加入者数 15.000人 2017 2013 2019 2021 2014 2015 2016 2018 2020 2022 2023 (年度) 2012以前 加入者数 加入者数 21,000人 20.000 ジョブ・リターン制度導入 • 短時間PA健康診断実施 短時間勤務制度の拡大導入 介護への支援制度導入 • 健康と経営を考える会加入 ●ゾーン限定制度導入 •マイエリア制度導入 • 介護セミナー初開催 ●育児休業期間2年に延長 健診実施拠点への巡回 ダイバーシティセミナー初開催 勤務間インターバル制度を導入 不妊治療への支援制度導入 バス手配 ※法律では1年半であった時期 ●男性育休 取得促進 インフルエンザ予防接種 コロナワクチン職域接種 契約社員、パート・アル 一部費用負担 バイト社員の退職金制度 スポーツクラブとの提携 の導入 ニトリ健康保険組合設立 • 健康経営宣言 仕事と育児・介護・傷病との両立支援制度の拡充

### ニトリ健保の強み

● ダイバーシティ推進委員会発足

• 「ライフイベントガイドブック」創刊

ニトリ健康保険組合は、ニトリグループ だけで設立している単一健保です。会 社と従業員の皆さんから毎月いただい ている保険料をもとに運営しています。 単一健保の最大のメリットは、皆さん のために保険料を使い、運営できるこ とです。また、グループ全体の組織的 な協力を得て、効率的に保健事業を実 施しています。

### ライフスタイルに合わせた制度について

会社では、働き方が多様化する中、従業員の皆さんのライフスタイルに合わせ た育児・介護休暇制度について「HR PICKS」を通じて分かりやすく案内、活 用いただいています。ニトリ健保では、個人向け健康ポータルサイト「マイヘル スウェブ」を通じ、自身の健診結果、医療費明細などパソコンやスマートフォン からいつでも閲覧できるよう提供しています。また、会社との健康維持増進に むけた協業事業=コラボヘルス事業の一環として、健診チャレンジ、ウオーキ ングキャンペーンなどもサイト内から参加できる仕組みを作っています。





短時間勤務者向けに在宅勤務制度導入

日祝託児費用補助制度の導入



### ニトリ健保のメリット

健

病気やけがなど予期せぬ事態で高額な医療費が発生して も、ニトリ健保独自の付加給付制度\*により自己負担額が 軽減されますので、安心して治療を受けられます。

また、皆さんに毎年受けていただく健康診断のうち、20 歳以上の女性加入者が受けられる婦人科検診は会社の協 力のもと全員無料で実施しています。

これからも皆さんとご家族の健康をサポートする身近な存 在として、積極的に事業に取り組んでいきます。

※付加給付とは、国民健康保険や協会健保にはない、組合ごとに定めることができる 給付制度です



50歳男性

心筋梗塞により入院9日間

医療費自己負担 …… 約550,000円



付加給付制度により

最終的な自己負担額 … 約25,000円\*

※報酬月額に応じた自己負担額を設定しています

# ニトリ健康保険組合 スコアリングレポート

健康スコアリングレポート\*は、40歳以上のニトリ健保加入者の健康診断結果と医療費の状況を、 全国の健保組合平均、業態平均と比較し見える化したもので「健康の通信簿」になります。 ここでは生活習慣項目を中心にお伝えします。

判定基準 全組合平均:100

### 生活習慣

喫煙率が全国比、同業種と比べ、高い傾向が見られます。 また、間食の多さ、就寝前2時間以内の食事など、食事 習慣についても見直し、改善が求められています。

### 喫煙 [判定 2]

			加入者全体	
		2019年度	2020年度	2021年度
現在、たばこを習慣的に	ニトリ健康保険組合	28.8%	28.4%	27.8%
吸っている者の割合 (加入者全体)	業態平均	28.6%	27.7%	26.8%
	全組合平均	24.8%	24.1%	23.3%

#### 飲酒「判定 4]

		加入者全体				
		2019年度	2020年度	2021年度		
適切な飲酒習慣を	ニトリ健康保険組合	89.6% 84.2%		89.3%		
有する者の割合	業態平均	88.5%	88.7%	89.1%		
(加入者全体)	全組合平均	87.1%	87.8%	88.4%		

### 特定保健指導

特定保健指導とは、国より健保組合で実施が義務付けられ ている40歳以上の従業員とご家族を対象にした保健指導で す。主に、糖尿病等の生活習慣病の発症者と予備軍を減少 させることと、生活習慣の改善指導を目的としています。

### 特定保健指導 [ 判定 2 ]

		加入者全体				
		2019年度	2020年度	2021年度		
特定保健指導の 実施率	ニトリ健康保険組合	20.8%	32.4%	21.5%		
	業態平均	17.8%	19.0%	23.2%		
	単一組合平均	34.4%	33.9%	39.8%		

### 食事 [ 判定 🕕 ]

		加人者全体				
		2019年度	2020年度	2021年度		
適切な食事習慣を	ニトリ健康保険組合	39.6%	43.0%	42.4%		
有する者の割合	業態平均	42.9%	44.5%	44.8%		
(加入者全体)	全組合平均	48.6%	50.5%	50.4%		

### 睡眠 [判定 2]

		加入者全体				
		2019年度	2020年度	2021年度		
問診項目で過半数が良 い取り組みの場合、適 切な睡眠習慣を有する 者の割合(加入者全体)	ニトリ健康保険組合	58.7%	62.0%	62.2%		
	業態平均	57.5%	61.6%	61.2%		
	全組合平均	60.4%	65.0%	64.4%		

### 運動「判定 5]

		加入者全体					
		2019年度	2020年度	2021年度			
適切な運動習慣を	ニトリ健康保険組合	43.2% 46.8%		47.1%			
有する者の割合	業態平均	33.4%	33.7%	34.5%			
(加入者全体)	全組合平均	32.3%	31.6%	32.5%			

### 医療費

全国、同業種と比べ、1人当たりの年間医療費は少ないも のの、健保加入者の平均年齢の上昇、医学の進歩に伴う 高度先端医療費、糖尿病、高血圧症などの生活習慣病発 症者の増加等により、年々医療費も増えています。 医療費の増加を抑えるために、一人ひとりが日々の健康 管理と病気の早期発見、治療を心がけてください。

### 1人当たりの医療費

[ 2021年度 ] ニトリ健康保険 143,234F	 <sup>美態平均</sup> 5,127円	全組合平均 163,376円
[参考]2021年度	性152,685円 女性159,880円 女	

### 年代別、配属別の傾向



食に関する生活習慣と健康との関わりを見ると、配属を問わず、全体的に40代から健康意識の 上昇が見られますが、年齢を重ねるにつれ、身体は徐々に変化しています。

健康リスクが高まらないよう、10・20代の若年層から生活習慣に関心をもってください。

●=本社・本部動務 ●=現場動務 ※注マークは、配属先で違いが出ている箇所に設置しています ※ほとんどない=週に2日以下

### 食事

#### 朝食を抜くことは週にほとんどない 該当者(%)

67.4 72.2 78.5 85.8



集中力が上がらず 思うようなパフォー マンスが発揮でき

ないことも。 代以上

### 就寝前の2時間以内に夕食をとることはほとんどない

51.6 57.1 59.4 62.2 66.7 60.2

代以上

就寝前の食事は脂 肪として蓄積され やすいのに加え、睡 眠の質も下げます。

#### 食事は早食いではない

該当者(%)



満や急激な血糖値 の上昇による血管 へのダメージにつ ながります。

### 間食をすることはほとんどない

10.20



カロリーオーバー による肥満の原因 60 40 50 になります。 代以上

### 健診結果

#### BMI25以上

該当者(%)

体重÷(身長の2乗)=BMI



### メタボリックシンドローム基準該当

該当者(%)

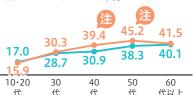
ウエスト:男性85cm以上、女性90cm以上 血圧・血糖・脂質の3項目うち2つ以上が基準値から 外れる場合



### 脂質異常

該当者(%)

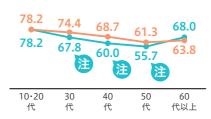
中性脂肪150以上 またはLDLコレステロール140以上 またはHDI コレステロール40未満



### 生活習慣

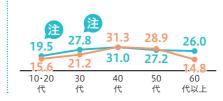
### 睡眠で休養がとれている

該当者(%)



### 喫煙をしている

該当者(%)



ニトリ健保では、自分の体の状態や 食事・運動などのデータを記録・管 理するツールとして「マイヘルスウェ ブ\* |を導入しています。健康状態や 生活習慣を見える化し、ご自身の健 康意識を高める第一歩として、活用 してください。

※マイヘルスウェブの詳細は、11ページにて説明して います

※厚生労働省、経済産業省、日本健康会議が協働で作成し、全ての健保組合に通知されています

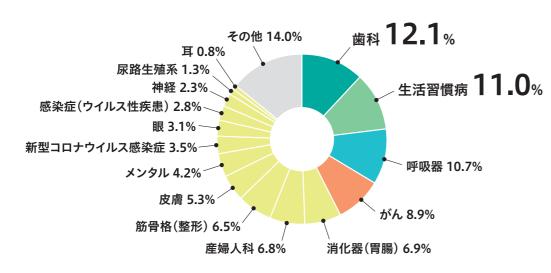
# ニトリグループで働く皆さんの健康をサポート しています!



ニトリグループには、医療職スタッフ(産業医と保健師)がおり、働く皆さんの健康を応援しています。 ここでは、疾病対策を中心に医療職の業務と、健保、会社との取り組みをお伝えします。

### 知ってほしい ニトリグループの特徴

### ニトリ健保の医療費に占める疾患の割合(2022年度 被保険者、被扶養者)



### 第1位は歯科

ニトリ健康保険組合をはじめ全健保組合の疾患別医療 費のトップは、歯科医療費になっています。

歯は、食事の他に、話し方や見た目にも影響します。 大人の歯は28~32本ありますが、80歳で自分の歯が 20本残っている人は約2人に1人と言われています。\*\* 歯がないと、ステーキやお煎餅といった噛み応えのある もの、好きなものが食べられず、将来的に認知症のリス クも高まります。しばらく歯医者に行っていない、歯の 痛みや口臭が気になる等は早めの対策が必要です!

### 第2位は生活習慣病

生活習慣病とは、不規則な食生活、運動不足、睡眠不足、喫煙などで起こる病気の総称です。生活習慣病と呼ばれる高血圧症、糖尿病、脂質異常症等は、動脈硬化を進行させ、脳卒中や虚血性心疾患といった命に関わる病気の原因になります。特に、20代から「食事は1日1食だけ」「お酒やたばこは欠かせない」「体重が増えてきた」等の心当たりがある方は要注意です!





東京本部 産業医

星山先生

### 産業医からのメッセージ

こんにちは。ニトリホールディングスで産業医をしております、星山と申します。

日本人の2人に1人ががんにかかると言われていますが、その人その人で発症リスクに差があるのは御存じでしょうか?例えば、胃がんは圧倒的にピロリ菌に感染している方に多いため、感染しているかを調べる事でリスクを計る事ができます。また、子宮頸がんや乳がんは他の癌より若い年齢層に発症しやすいため、働く年齢層の方も注意が必要です。節目健診やシニアの方はもちろんですが、リスクが高い方や発症しやすい年代の方も、積極的にがん検診を受けていただきたく思います。

※(参考文献)厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイト「8020運動とは」

### 従業員一人ひとりの健康が守られるフォローアップ体制の確立

### ■1■ 健診事後措置と階層別の健康支援

ニトリグループでは、従業員の健診結果を独自の判定 基準により、疾病レベルごと、適切な保健指導を実施 しています。医療職とニトリ健保で、従業員の健診結果 を経年管理し、受診勧奨、保健指導による重症化予防 策の実施を一元管理。特に健康診断の事後措置と特定 保健指導を含めた保健指導は、医療職、健保、関係担 当者で共有することにより、従業員一人ひとりに最適な 指導と経過観察を行っています。今後は40歳以上の特 定保健指導対象割合を減らすためにも、医療職にて40 歳未満の若年層への保健指導を実施していきます。

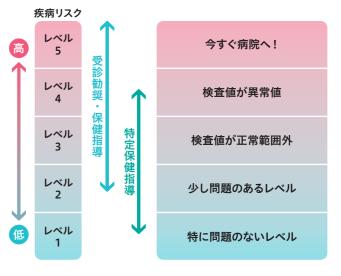
## 2 安全衛生委員会

毎月開催している安全衛生委員会は、議題内容を社内 イントラにて掲載し、従業員の皆さん一人ひとりの安全 と健康に役立つ情報を提供しています。



### 4 ラジオ体操・腰痛体操・熱中症予防対策

ラジオ体操は、本社、本部では2002年以来、毎日朝礼時と15時30分の2回実施しています。また、ニトリ台湾、NTL、ニトリファニチャーベトナム(バリアブンタウ)、島忠などニトリグループ各社でも実施。運動機能の向上、コミュニケーションの促進、従業員の心と身体の健康維持に取り組んでいます。物流拠点では従業員の腰痛の改善、予防を目的とし、毎日朝礼時に腰痛体操を実施しています。更に、熱中症対策の一つとして、従業員への空調服を貸与しています。空調服には腰の部分に左右2つの小型ファンがついており、暑い倉庫でも涼しく汗を抑えられます。作業の効率化とともに、安全で快適な職場環境対策に取り組んでいます。



#### 3 従業員食堂

本社、本部、物流拠点に設置している従業員食堂では、 栄養成分5項目の表示、日替わり健康米、油の吸収率が 低い米粉を使用した天ぷら、体調に考慮したヘルシーメ ニューを取り揃え、自身でカロリー計算できる仕組みを 提供。食からも皆さんの健康管理をサポートしています。







08

### 取り組みの全体像



ニトリグループでは、1年を通して会社とニトリ健保とのコラボヘルス事業を実施しています。 これからも、実施と検証を繰り返し、皆さんの健康維持増進とヘルスリテラシーが向上するよう 取り組んでいきます。

### ニトリグループ健康づくりカレンダー

#### 職域接種の実施

ニトリグループでは、従業員とご家族の命と健康を守り、新型コロナ 感染症対策に貢献できるよう、2021年9月、11月に札幌本社、東 京本部で新型コロナウイルスワクチン接種を実施しました。近隣店 舗、島忠の従業員とご家族の皆さんにも接種いただいています。





項目	内 容	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	定期健康診断			5/1~9/30 バス	巡回健診、施設健診	・人間ドック							
	深夜業務/有機溶剤健診			: 1 <sub>□</sub>	目 定期健康診断と	同日実施					2回目	バス巡回健診、施	設健診
法定業務	特定保健指導		$\longrightarrow$						面談の日程	: ≧調整、初回指導~総 :	送続フォロー ―――	:	:
	健康診断事後措置								健診結果の確認、	: , 紹介状の送付、産! :	業医・保健師面談 -	:	:
	ストレスチェック								<b>校查</b> 実施、希望者	: 面談 集団分析活用 :			
	ウオーキングキャンペーン		1回目					2回目					
ニトリの社内イベント (健康づくり啓蒙活動)	健診チャレンジ			定	期健康診断実施期間	5/1~9/30	)			結果発表			
	禁煙マラソン				1回目					2回目:			
	メンタルヘルス(自己学習)			メンタル・	ヘルス ラインケア・	セルフケア	(Eラーニング)		:			-	
,,	メンタルヘルス(研修)	役職者認定	役職者認定	店長			役職者認定	新入社員			店長		
疾病予防・教育	予防接種								インフルエンサ	: げワクチン接種 :			
	フィジカル			:		保優	<b>はいから毎月健康情報</b>	吸の配信(ヘルスレタ	: 7—)				:

### 健康診断・特定保健指導

従業員の健康保持・増進の基本として、健診受診 の必要性を周知し、受診の促進を行っています。 また、健診結果情報は個人向けポータルサイト内 で健康状態や将来的なリスクを確認できます。 40歳以上の方を対象に健康診断の結果から、 生活習慣病を発症するリスクが高いと判定され た方に対して行われる、生活習慣改善のための サポートが特定保健指導です。特定保健指導に は、すべての人に行われる「情報提供」のほかに、 「動機づけ支援 | 「積極的支援 | という2つのプラ ンがあります。内臓脂肪のつき具合(腹囲)と右 図の判定値のうち該当するリスクの数で、あなた のプランが決まります。



### タイプ1 [リスクの数] なし→情報提供 1個 →動機づけ支援

タイプ 2

3個以上→積極的支援

2個→積極的支援

### [ リスクの数 ] な し→情報提供 1~2個→動機づけ支援

個人向けポータルサイト マイヘルスウェブ

従業員の健康リテラシーが向上し、自分自身にとって健康に 良い行動を実践していけるよう、2018年より個人向けポー タルサイト「マイヘルスウェブ」を導入しています。スマート フォンからもアクセス可能で、健診結果や医療費通知、ジェ

もとより、健康づくりアドバ イスなど、加入者が健康に 関するあらゆる情報にいつ でもアクセスできる環境を 提供します。また、利用に 応じて「MYポイント」がたま り好きな健康アイテムと交 換できます。

ネリック医薬品差額通知は

一元管理 ●基準値から外れて いる検査項目が一 目で分かります

86.5%

検査項目、疾病リ スク、病気の解説 が表示されます

健診結果を経年で

・生活習慣改善アド バイス情報が確認 できます

10

## コラボヘルス事業の一例



コラボヘルスとは、会社と健康保険組合が積極的に連携し、 明確な役割分担と良好な職場環境のもと、 従業員と家族の健康づくりを効果的に行うことです。

### 健診チャレンジ

従業員の健康意識の向上を目的に、2021年からスタートしたオリジナルイベントです。日々の生活習慣で改善できる項目をピックアップして、昨年と今年の健診結果を比較し、改善度を評価します。改善した方はもちろん、正常値を維持している方へのインセンティブもあります。2023年度は従業員の約3割にあたる4,500名の参加がありました。

### ニトリグループ **健診チャレンジ2023**



#### 上位者の改善率一例

	血圧上	血圧下	HbAlc	ВМІ	中性脂肪	尿酸	yGTP
2022年数值	116	86	5.6	24.3	66	4.9	31
2021年数値	152	104	6.7	28.4	171	7.8	133
改善率	23.7	17.3	16.42	14.4	61.4	37.2	76.7

※改善率(昨年数值-今年数值)÷昨年数值×100

### ウオーキングキャンペーン

従業員の運動習慣の定着を目的に、2016年から毎年開催しています。

一日8,000歩を目標に個人で気軽に参加、チームで励まし合いながらの参加、どちらも可能です。また、ウオーキング中に出会った風景の写真や日記を投稿できるので、楽しみながら参加できます。2023年春の参加者の一日あたり平均歩数は9,691歩でした。

- 2田植えの時期ですね
- 3今日は友達とその子どもとグリーンパークに行って遊んできました





### 禁煙マラソン

喫煙者を対象とした、禁煙に本気で取り組むイベント「禁煙マラソン」を2022年度より年2回のペースで開催しています。参加者には12週間禁煙に取り組んでもらい、禁煙に成功すると健康アイテムと交換できるMYポイントが付与されます。励まし合うイベントを開催するなど、禁煙達

成に向けて全力でサポートする健康イベントです。なお、禁煙に関わる費用のうち5,000円を上限として、健康保険組合へ補助金の申請ができます。



### ニトリ保健師のHEALTHレター

ヘルスリテラシー向上策として、ニトリグループ保健師より、個人向け健康ポータルサイトに毎月定期配信しています。従業員アンケートをもとに、配信内容を制作。健康診断結果の見方、生活習慣の改善、こころの健康と、各種保健事業のキャンペーンを取り入れた健康維持増進策など、従業員の皆さんが元気に安心して働けるよ

う、今すぐ実践できる「知ってほ しい」「やってほしい」ことを中心 にお伝えしています。

社内ポータル→人事労務部の疑問解決→ バックナンバー→保健師からのヘルスレター



### ストレスチェック

ストレスチェックは労働安全衛生法の改正により、常時50人以上の従業員がいる事業場に対して実施が義務化されている制度ですが、わが社においては、より全社の傾向をつかむために50人未満の事業場についても実施しています。ストレスチェックの結果から、高ストレスと判定された事業場の共通点の洗い出しと、高ストレス者の多い

事業場へのフォロー体制を関連部署と協議しながら行っています。2022年度の実施率は84.4%で実施率の向上と事業場ごとの実施率の格差を少なくすることが課題です。

	2020	2021	2022
非高ストレス者割合	86.4%	85.2%	84.1%

### メンタルヘルス対策

メンタル不調に陥る前に未然に部下の変調に気づくための、現場マネジャーを対象としたコミュニケーション研修の実施や、若手社員を中心としたメンタルへルス研修を開催しています。また相談窓口やこころの健康について記載した、こんな時はどうしたら良いかを分かりやすく解説したガイドブック「こころのサプリ」を作成し、従業員の皆さんに配布しています。セルフケア・ラインケアのEラーニングでの動画提供も行い、従業員の皆さんのメンタルへルス維持に取り組んでいます。





社内ポータル→みんなの法務室サイト→学べる!こんぷラーニング→ その他→これってパワハラ?

### 女性の健康対策

ヘルスリテラシー向上策、健康経営の推進に向け、ニトリグループでは、オリジナル冊子を制作しています。女性の健康応援BOOKは、女性特有の健康課題、男性の更年期、がんの予防と治療への理解など、性別、年齢を超えて、皆さんとご家族に知っていただきたい内容をお届けしています。①生活習慣編②幸せホルモン編③がんと就労編







社内ポータル→人事労務部の疑問解決→その他→女性の健康応援BOOK

12

# グループ各社の取り組み

グローバルの発展とともに、従業員の皆さんの健康維持増進策にも務めている海外法人、 グループ会社の取り組みを3社紹介します。

### ニトリファニチャーベトナム

NITORI **FURNITURE** 

業員が毎年健康診断を受診。その結果を受けて、異 常が見られた従業員を対象に、社内看護師が個別に 対面、または電話にて健康アドバイスを実施していま

ニトリファニチャーベトナムでは、約5,000人の全従 す。実施内容は、再検査受診勧奨、生活習慣の改善提案、 社内クリニックでの定期チェックなどが含まれます。更に、 全従業員の健診結果のデータより、職場環境の改善提案 を行っています。











**NITORI** 宜得利家居

テストを行うことにより、健康教育に務めています。 ルスリテラシー向上策を推進しています。

ニトリ台湾では、毎月、従業員へFormsにて健康と また、歩数アプリを用いた健康促進活動の他、2023年の 労働安全に関する宣伝と注意事項を案内し、簡単な 健康診断時には野菜不足数値の検査を実施。従業員のへ









### 島忠



統合前より加入している健康保険組合と連携をとりなが ら、ニトリグループの一員として従業員が主体的に心身の 健康づくりに取り組める環境の提供と、パフォーマンスの

島忠では、2018年に「健康経営宣言」を制定しています。 高い活性化された組織作りを行っています。特に、本社の「健 康オフィス化 | では、歩く機会を増やす、姿勢を意識させるレ イアウトと、業務チェアの一部をバランスボールへ変更し、仕 事をしながら体幹トレーニングができる環境にしています。









### 今後の展望、目標値



ニトリグループでは以下の項目を目標に掲げ、 皆さんの生活習慣改善と健康維持増進に向けた支援に、 会社、健保、労働組合と連携し取り組んでいきます。

#### 生活習慣

	実績				目標		
	2020	2021	2022	前年判定	5年後 2027	10年後 2032	
<ul><li>①生活習慣改善への意識が向上</li><li>⇒生活習慣の改善に取り組んでいる</li></ul>	75.0	74.9	74.5	低下×	80.0	90.0	
②運動習慣定着率が向上 ⇒1日1時間以上の歩行などの身体活動をしている	70.9	69.9	69.7	低下×	80.0	90.0	
③睡眠の質の向上 ⇒睡眠で休養がとれている	67.6	66.7	67.5	向上〇	80.0	90.0	
4朝食はほぼ毎日食べる	68.5	68.4	70.1	向上〇	80.0	90.0	
●非喫煙率の向上	73.0	73.8	74.3	向上〇	80.0	90.0	

### 健康診断

	実 績				目標	
	2020	2021	2022	前年判定	5年後 2027	10年後 2032
●再検査・精密検査受診率	69.1	24.9	54.7	向上〇	80.0	90.0
<b>②</b> 特定保健指導基準対象者率	14.2	13.6	12.5	向上〇	11.0	10.0



株式会社ニトリホールディングス 常務執行役員 ニトリ健康保険組合 理事長 大木 満

――[ ご自身の健康法 ]―― 楽しい食事とウオーキング

### 理事長メッセージ

ニトリグループの成長と共に、ニトリ健康保険 ラボヘルス事業の企画、実行をしています。 したが、今では14,900名まで増加しています。 「ヘルスリテラシーの向上と、楽しみながら健 さんとご家族の健康を支援してまいります。 康・体力づくりができる従業員へ」をモットー に、健保設立当初より毎月欠かさず健康経営 推進委員会を開催。従業員と組織のためのコ

組合が歩み続けて10年がたちました。2013 ロマンとビジョンの実現のため、ニトリグルー 年4月、約7,900名の被保険者数で始まりま プ躍進の原動力となるのは、皆さんひとり一 人の健康です。これからもニトリグループは皆 最後に、皆さんとご家族が健康的で幸せな生 活をお送りいただけるよう切に願っております。

