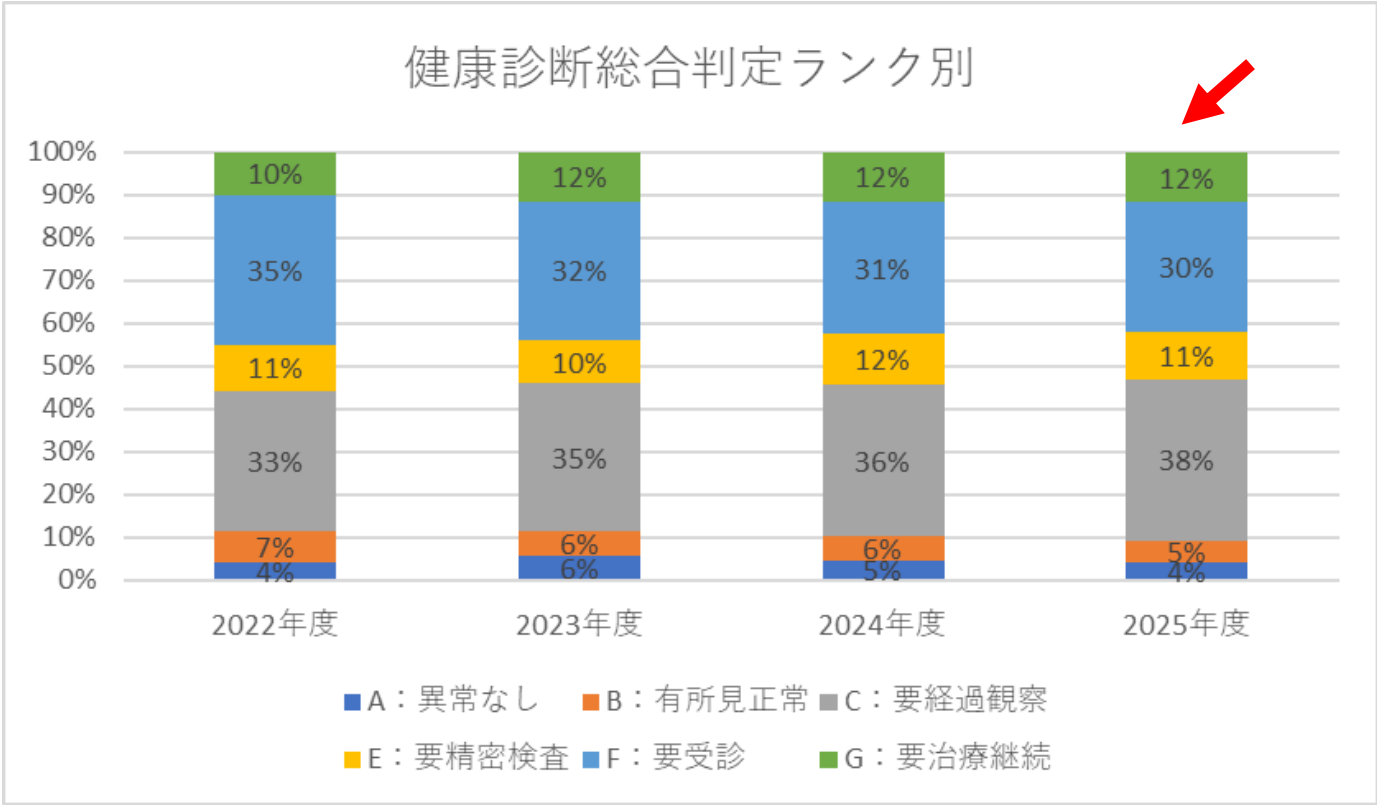


健康経営推進のための健康課題レポート

～2025年度版～



天竜厚生会の健康情報 定期健康診断結果



※受診率
2025年度 100%
(週30時間未満の雇用契約職員、産前・産後休業、育児休業、病気療養等により休業中の職員等は除く)

※参考数値
【2024年「定期健康診断結果報告」(厚労省)】
・有所見率59.4%

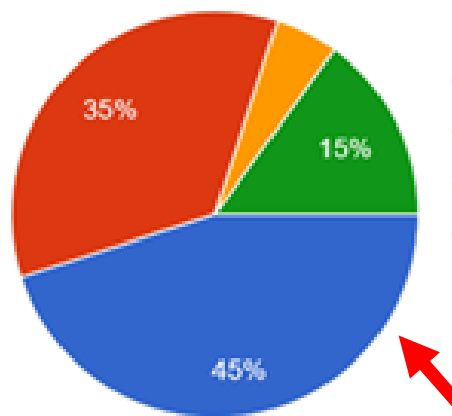
健康診断総合判定において、有所見率は41.6%(E＋F判定)であり、大きな変化はありません。
貧血判定ランクの有所見率は17.4%と前年度より0.7ポイント増加しており、月経による体調変化やホルモンバランスの影響が背景にあると考えられます。

女性ホルモン(エストロゲン)が減少し始めると、PMS・更年期症状・骨密度低下といった健康課題が生じやすく、これらの課題が重複しやすい満40歳の職員を対象に、健康意識を高めるための動画を視聴してもらい、希望者にはエクオール検査を実施しました。

●エクオール検査とは？

大豆イソフラボンから作られる成分「エクオール」を自分の体で產生できるか(產生に必要な腸内細菌を持っているか)を調べる尿検査。エクオールはエストロゲンに似た働きを持つ。

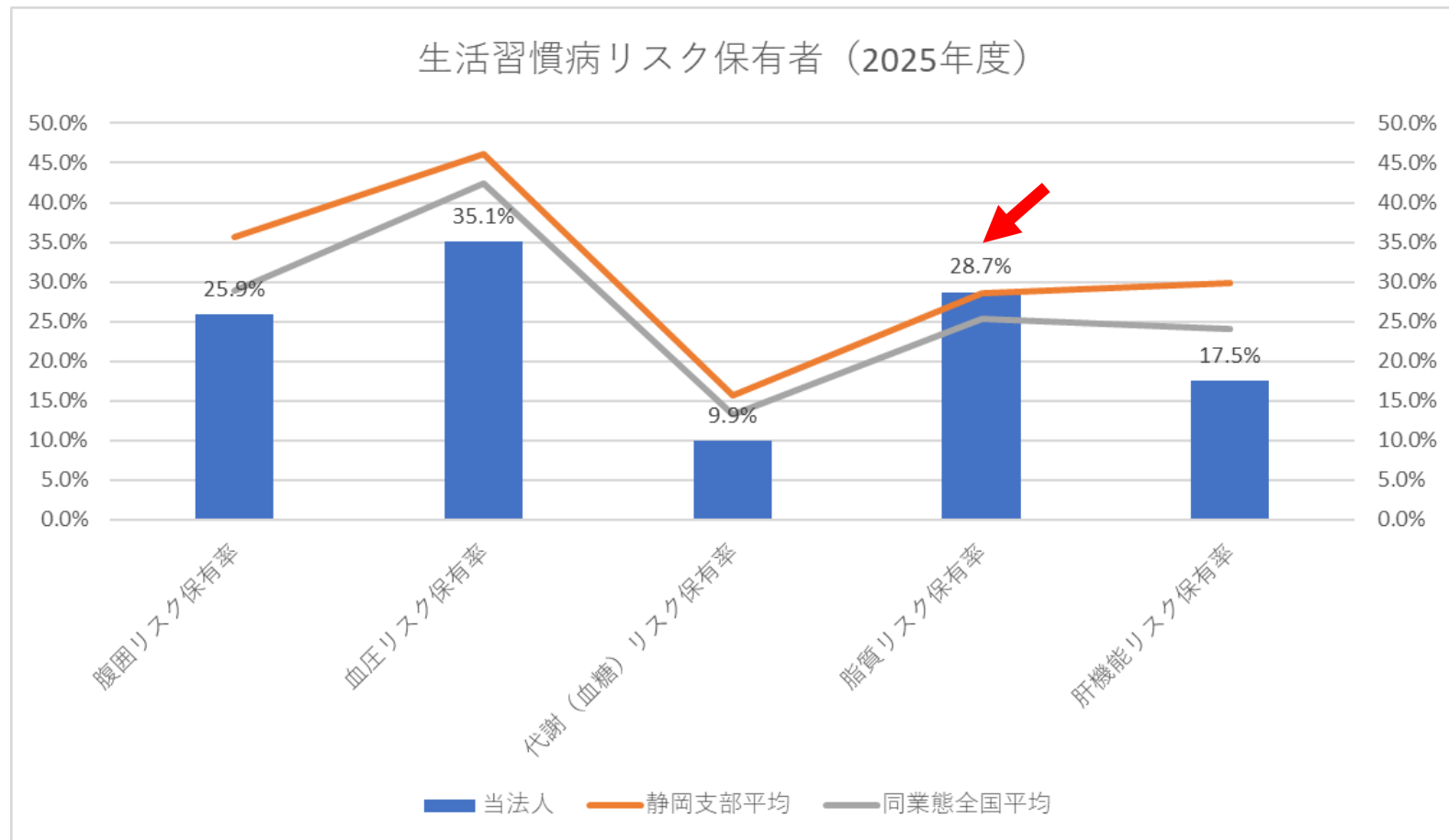
Q;エクオール検査によって
今後のセルフケアへの意
識は高まりましたか？



- ①とても意識するようになった
- ②やや意識するようになった
- ③どちらともいえない
- ④あまり変わらない

①と②を合わせて80%となり、一定の効果が確認されました

天竜厚生会の健康情報 生活習慣病リスク保有者



当法人の脂質リスク保有率は、協会けんぽ静岡支部平均および同業態の全国平均を上回っています。食生活の不規則さや運動不足といった生活習慣の影響が考えられます。

「Coke ON」アプリは、今日どれだけ歩いたかを記録し、日々の活動量を見える化します。

「あすけん」アプリは、今日何をどれだけ食べたかを記録し、食事バランスを見える化します。

「運動」と「食事」をまとめて管理することで、毎日の生活習慣を整え、将来の健康リスクを減らすことにもつながるウェルネスプログラムとして導入しました。

●スマートフォンだけで手軽に始められ、どちらも無料で利用できます。

ウェルネスプログラムとは？

2つのアプリを活用して日々の健康行動を意識し、習慣化することを目的としています。

あすけんアプリ

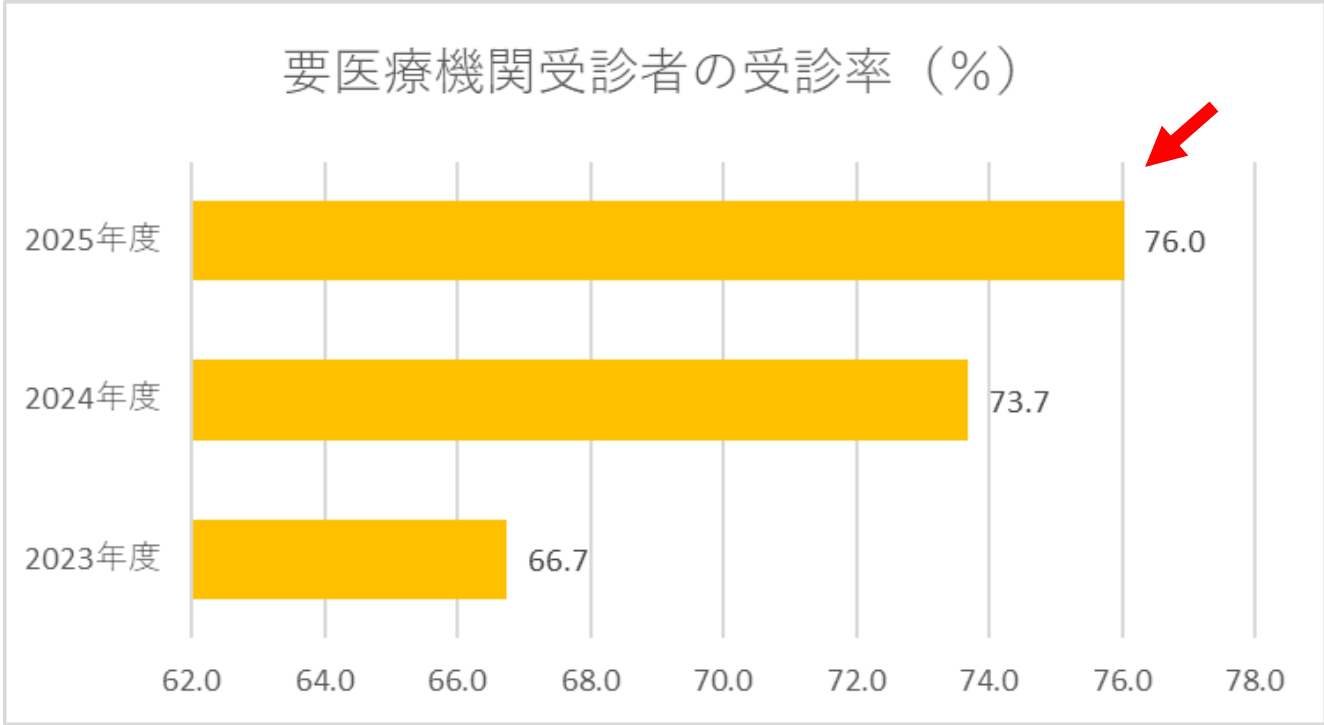
食事・運動・体重などを記録し、AI栄養士からアドバイスがもらえる！
簡単な健康チャレンジに挑戦！

Coke ONアプリ

あすけんアプリの健康チャレンジの達成で、Coke ONドリンクチケット獲得！（年4回）
※Coke ONアプリは、全国のCoke ON対応のコカ・コーラ自販機で利用できます

天竜厚生会の健康情報

要医療機関受診者の受診率



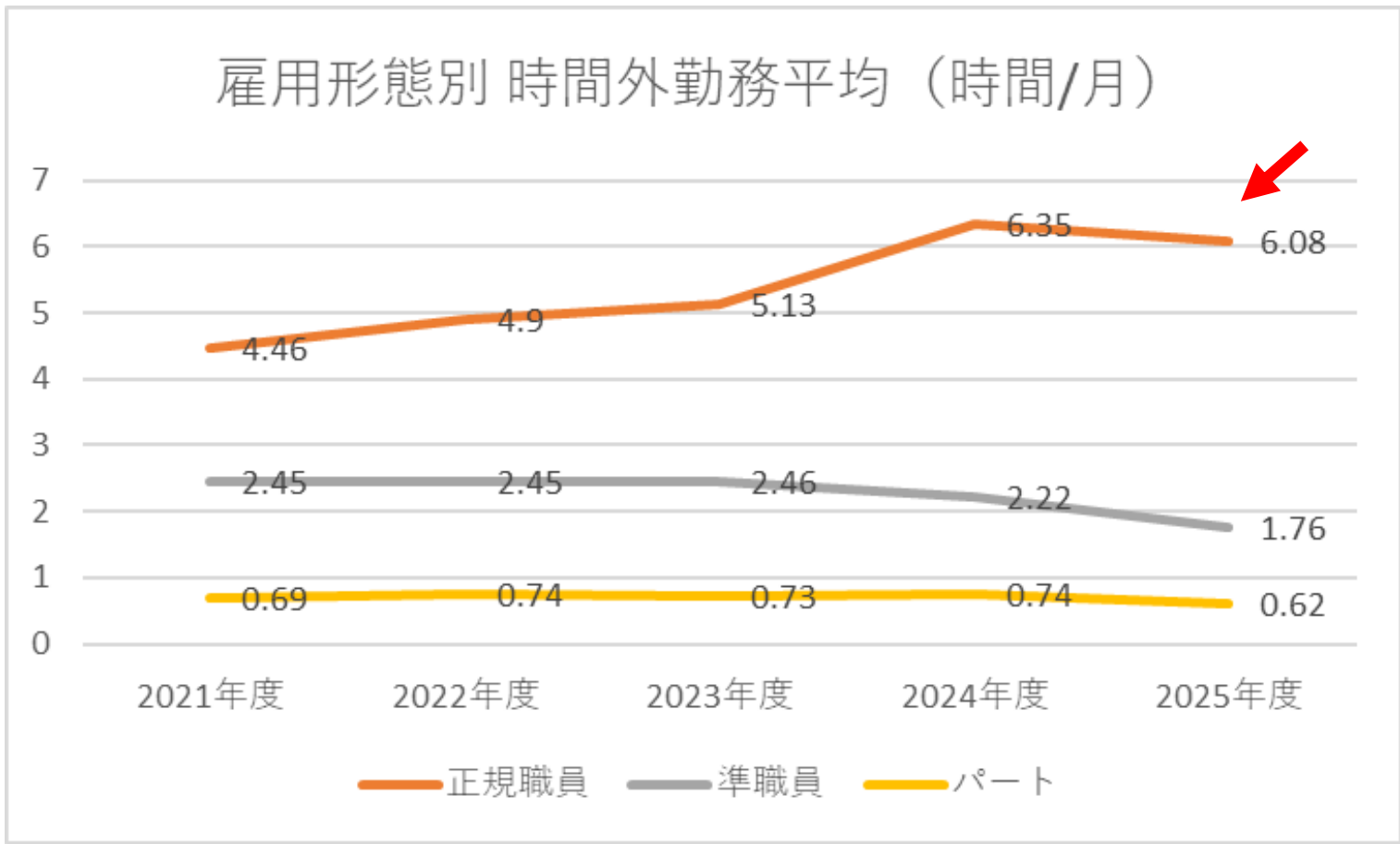
※天竜厚生会診療所における当法人職員の人間ドック受検者数
2023年度 133人
2024年度 154人
2025年度 161人
（全職員に占める割合は約6～7％）

※特定保健指導実施率（初回）
2023年度 0.6％
2024年度 3.5％
2025年度 0.6％

管理職による受診勧奨を継続した結果、受診率は年々向上しています。また、優先対象年齢の職員への勧奨により、人間ドックの受検者数も増加しています。なお、当法人は受検費用を全額負担しています。一方、特定保健指導を受けやすくするために、医師の直接指導に加えて職場訪問やオンライン指導を整備しましたが、実施率は低下しました。

天竜厚生会の健康情報 時間外勤務

正規職員の1人当たりの月間平均時間外勤務は6.08時間で、2024年度・2025年度ともに同程度の水準となっています。



※参考数値
【2026年3月「毎月勤労統計調査」(厚労省)】
・全産業平均(パートタイム労働者含む)12.7時間/月
・上記のうち一般労働者のみ13.6時間/月

【2024年度「介護労働実態調査」】
・1.7時間/週(全職種)
・1.4時間/週(介護職員)

天竜厚生会の健康情報 有給休暇取得率

2025年度 職種別有給休暇取得率

職種名称	2025年度	前年度比	平均比
ケアワーカー(介護職員)	62.7	2.5 ↑	-3.3 ↓
保育教諭	67.9	1.8 ↑	1.9 ↑
ソーシャルワーカー(生活相談員)	62.3	3.2 ↑	-3.7 ↓
調理員	61.0	5.7 ↑	-5.0 ↓
アテンダント	79.3	2.6 ↑	13.3 ↑
看護師	73.0	1.9 ↑	7.0 ↑
事務員	72.0	6.9 ↑	6.0 ↑
保育士	84.5	12.4 ↑	18.5 ↑
管理職	49.7	1.2 ↑	-16.3 ↓
ケアマネジャー	58.2	3.6 ↑	-7.8 ↓
准看護師	68.6	-1.3 ↓	2.6 ↑
管理栄養士	63.9	8.3 ↑	-2.1 ↓
ヘルパー	81.9	17.1 ↑	15.9 ↑
全体	66.0	3.3 ↑	0.0 =

※参考数値
【2025年度「就労条件総合調査」(厚労省)】
・全業種 66.9%
・医療福祉 68.4%
(取得日数12.1日÷付与日数17.7)
・企業規模1,000人以上 69.0%

・1企業平均年間休日総数(全産業) 112.4日
(企業規模1,000人以上 117.7日)

全体平均は 66% (取得日数10.60÷付与日数16.06)となり、前年度から3.3ポイントの向上がみられました。特に、ヘルパー・保育士では大幅に改善しました。全国平均は下回る結果となりましたが、当法人は年間休日(所定休日)が120日と多いことが影響していると考えられます。

労働時間の適正化と休暇取得促進の取り組み

- ①実態を踏まえたノー残業デー設定日の見直しおよび形骸化したノー残業デーの改善に向けた職員周知の取り組み(法人;第3水曜日+各部署;1日=月2日)
- ②勤怠管理システムの活用による時間外勤務の把握(退勤時刻の把握、月末だけではない日々の勤務時間数チェック等)
- ③管理職との面談実施(当該職員の健康状態の確認、業務分担の見直し等)
- ④有給休暇取得計画策定の徹底、有給休暇取得状況調査(年2回)による意識化
- ⑤上記を踏まえた法人としての対策展開(欠員状況の解消や適正な人員配置、選択的週休3日制【1日当たり所定労働時間10時間×週4日勤務】、勤務間インターバル制度の導入検討、生産性向上委員会との連携による業務改善等)

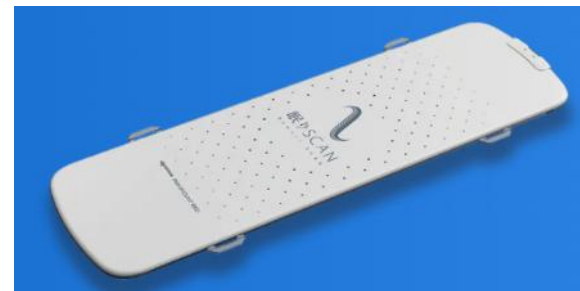
生産性向上委員会との連携による業務改善

障がい者・高齢者の入居施設を所管する入所支援課を中心に、各施設の生産性向上委員会と連携し、業務改善に資する先進的な福祉機器の「見える化」および評価を進めています。

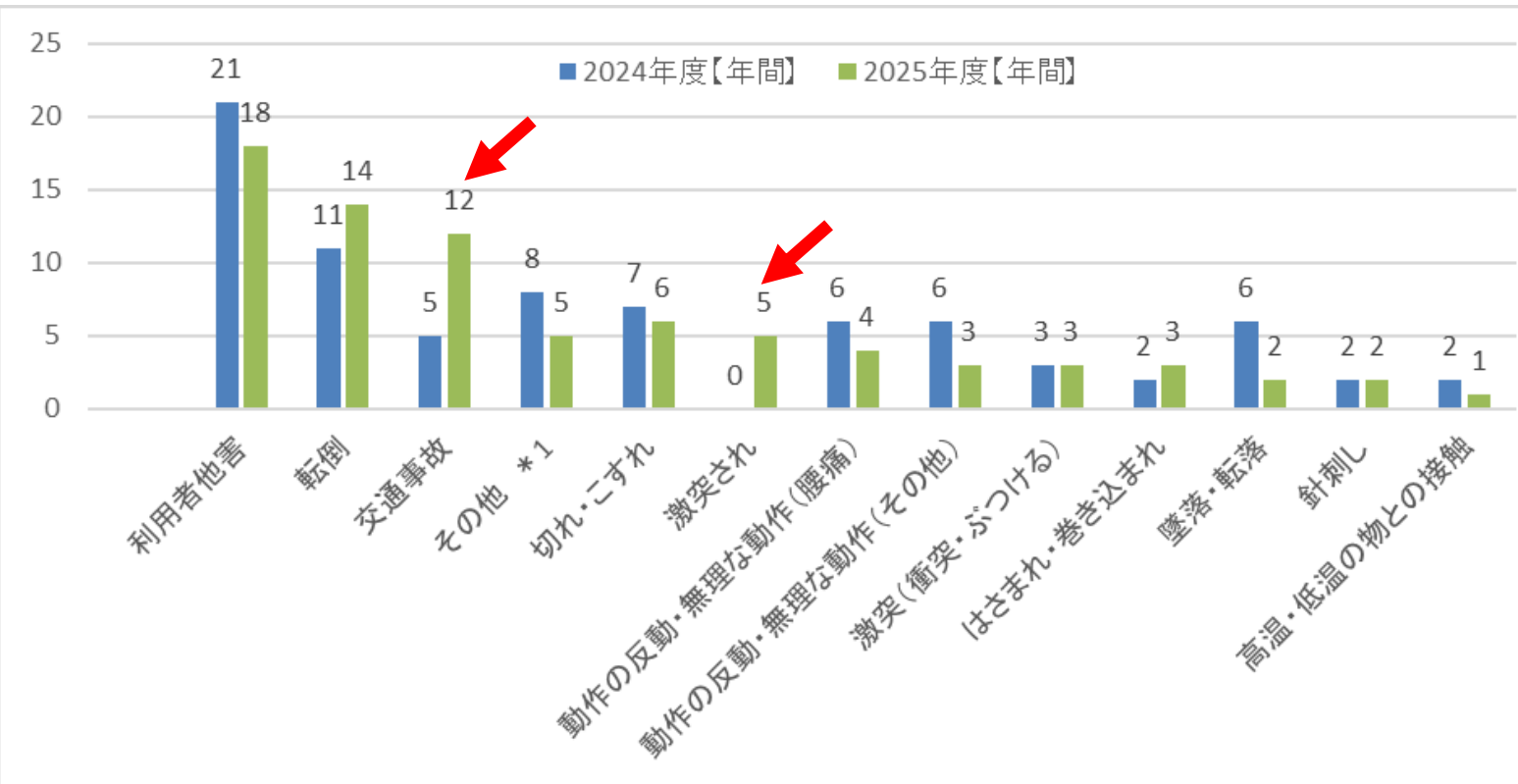


身体障がい者入居施設においては、大柄なご利用者ご本人および介助を行う職員双方の負担軽減を目的として、移乗用リフトの導入が積極的に進められており、3施設すべてで導入済みです。

特別養護老人ホームおよび介護老人保健施設においては、認知症のご利用者が突発的な行動に至りやすい特性を踏まえ、事故防止を目的とした見守り支援機器（眠りスキャンやセンサー内蔵ベッド等）の整備を優先的に実施しています。8施設中6施設において導入しています。



▲ 眠りスキャン
マットレスの下に設置し
寝返り・呼吸・心拍などの
体動を検出し、睡眠状態
を非接触で計測できます



*1 「その他」
5件内訳；目に
異物混入2件、
感染2件、ボー
ールが目にあた
る1件

*「休業なし」
は45件（全体
に占める割合
58%）
「休業あり」の
場合の年間日
数190日（1件
平均5.8日）

2025年度の全体件数は78件で、前年度から1件減とほぼ同数でした。「交通事故」は7件増で、そのうち58%が相手側の保険適用となり、回避が難しい事例が一定数みられました。「激突され」は5件増で、60%が子育て支援施設で発生し、いずれも子どもの予測しにくい動きが原因でした。

天竜厚生会の健康情報 ストレスチェック

2025年度 ストレスチェック「総合健康リスク」より

職場名	人数	仕事の負担	職場のサポート	総合
全国平均	537,962	98 (－1)	94 (－1)	92 (－2)
業種平均	117,865	101 (±0)	92 (±0)	92 (±0)
当法人	2,201	100 (±0)	90 (±0)	90 (±0)

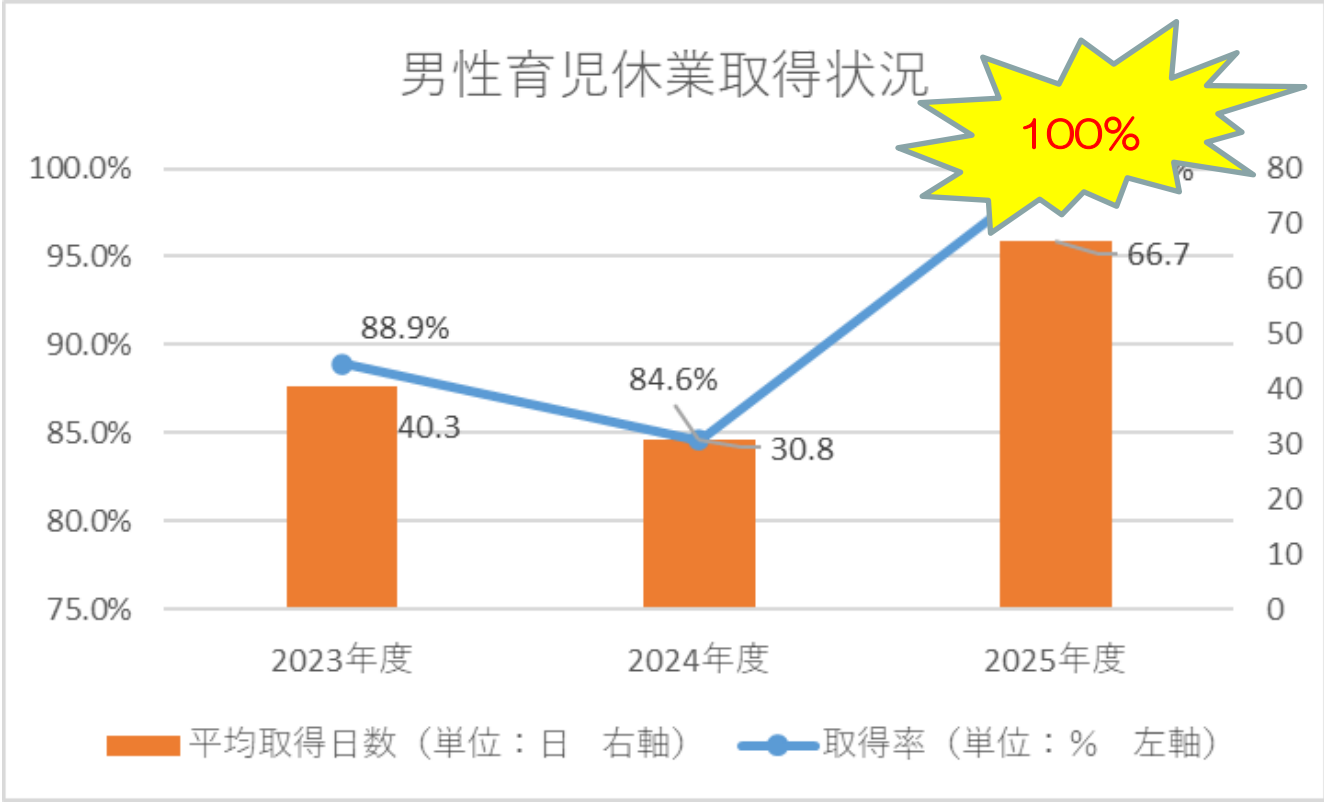
※回答率
2025年度
93.4%
(+1.8%)

※「仕事の負担」「職場のサポート」「総合」は、**全国平均を100とした場合の健康リスクを示す指標**です。**数値が小さいほど健康リスクが低く、良好な状態**を意味します。
()の数値は、2024年度との増減比較になります。

当法人では、「仕事の負担」は平均的である一方、「職場のサポート」は充実しており、総合的にも良好な結果となりました。

前年度と比較して変動はなく、良好な状態を継続しています。また、今年度は回答率が上昇し、より信頼性の高いデータとなりました。

天竜厚生会の健康情報 男性育児休業取得率



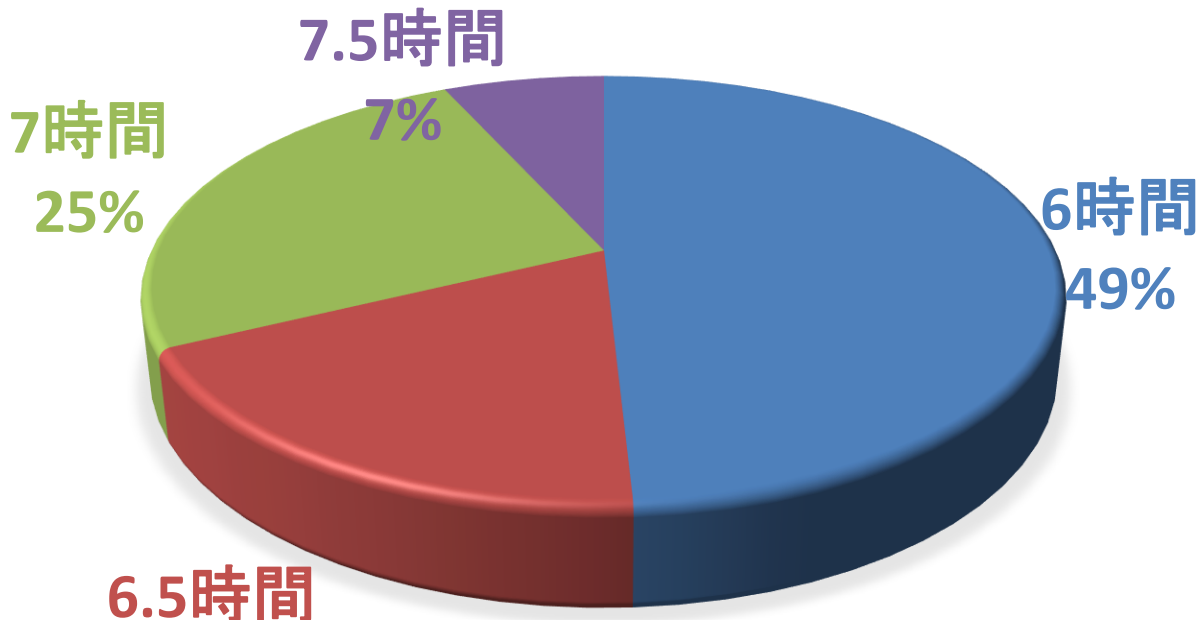
※参考数値
【2024年度「雇用均等
基本調査」(厚労省)】
・男性育児休業取得率
40.5%

社会的意識の変化により男性職員の育児休業への関心が高まる中、当法人では取得しやすい制度の整備と職場内の支援体制の強化を進めてきました。その結果、男性職員の育児休業取得率は初めて100%を達成し、平均取得日数も66.7日へと大きく伸長しました。

2025年度 育児短時間勤務利用率(女性職員)

お子さんの年齢	利用率
3歳未満	89%
3歳以上	43%

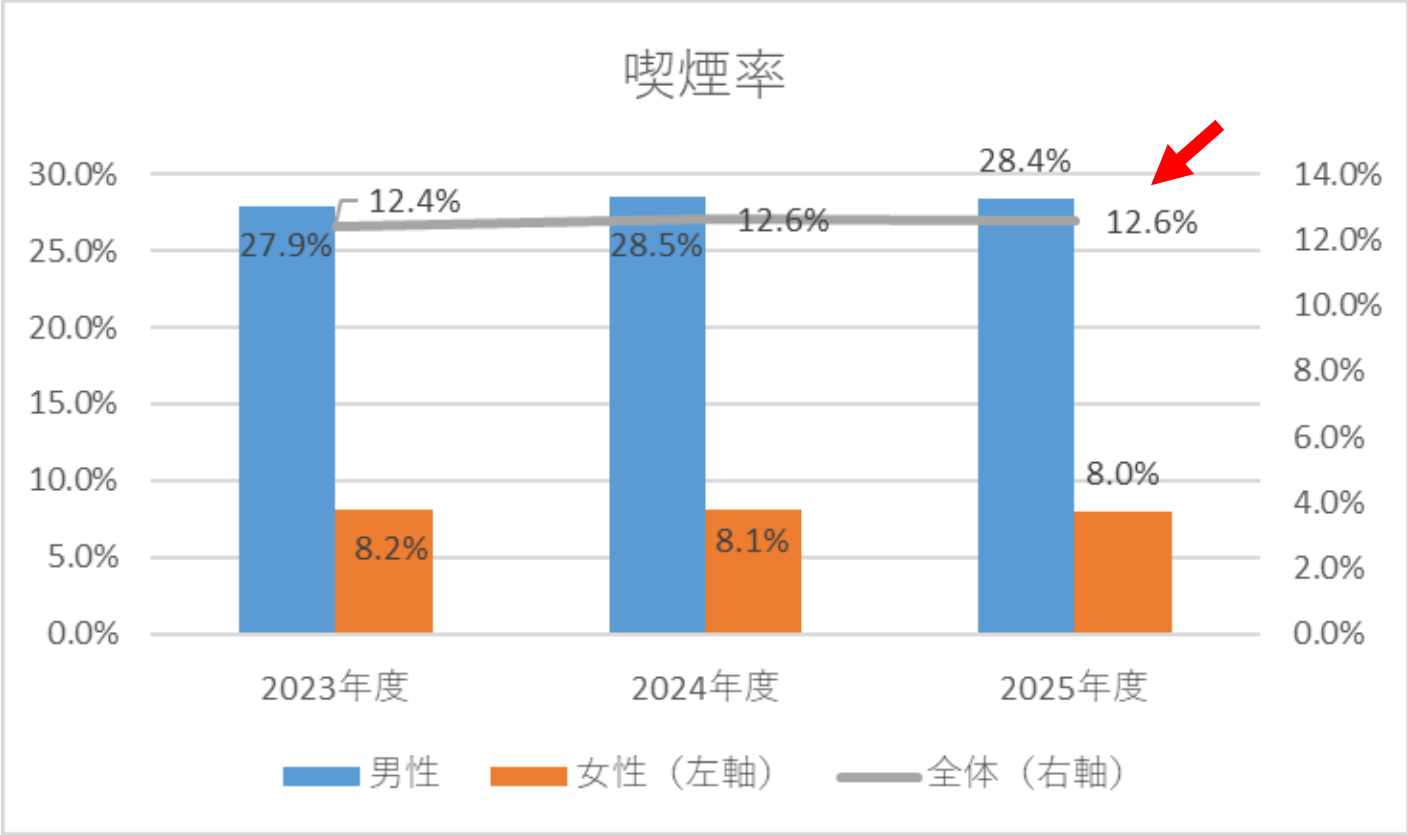
育児短時間勤務者の勤務時間内訳



当法人では、2025年10月の育児・介護休業法改正を踏まえ、小学1年生修了時までのお子さんを対象に、短時間勤務と時差出勤を組み合わせる制度を、同年4月より前倒しで導入しました。

より柔軟に働ける環境を整えることで、子育て期の職員を積極的に応援しています。

天竜厚生会の健康情報 喫煙率



※参考数値
【2024年「国民生活基礎調査」(厚労省)※国立がん研究センター「がん情報サービス」喫煙率統計】
・喫煙率 14.8%

喫煙率は前年度と同じでしたが、「以前は喫煙していたが、この1か月は喫煙していない」と回答した職員の割合は、過去3年間で9.1% → 9.8% → 10.0% と改善傾向がみられます。

あなたのため、そばにいる人のため

禁煙は愛

あなたの大切な人たちを
悲しませないために。



190,000

喫煙による年間死亡者数

YouTube 動画

愛煙家の高崎さん
3歳の孫のために
禁煙できるか！



ご意見募集中

6/12(金)まで
匿名 OK
1分で完了！



5月31日は世界禁煙デー 5月31日～6月6日は禁煙週間です

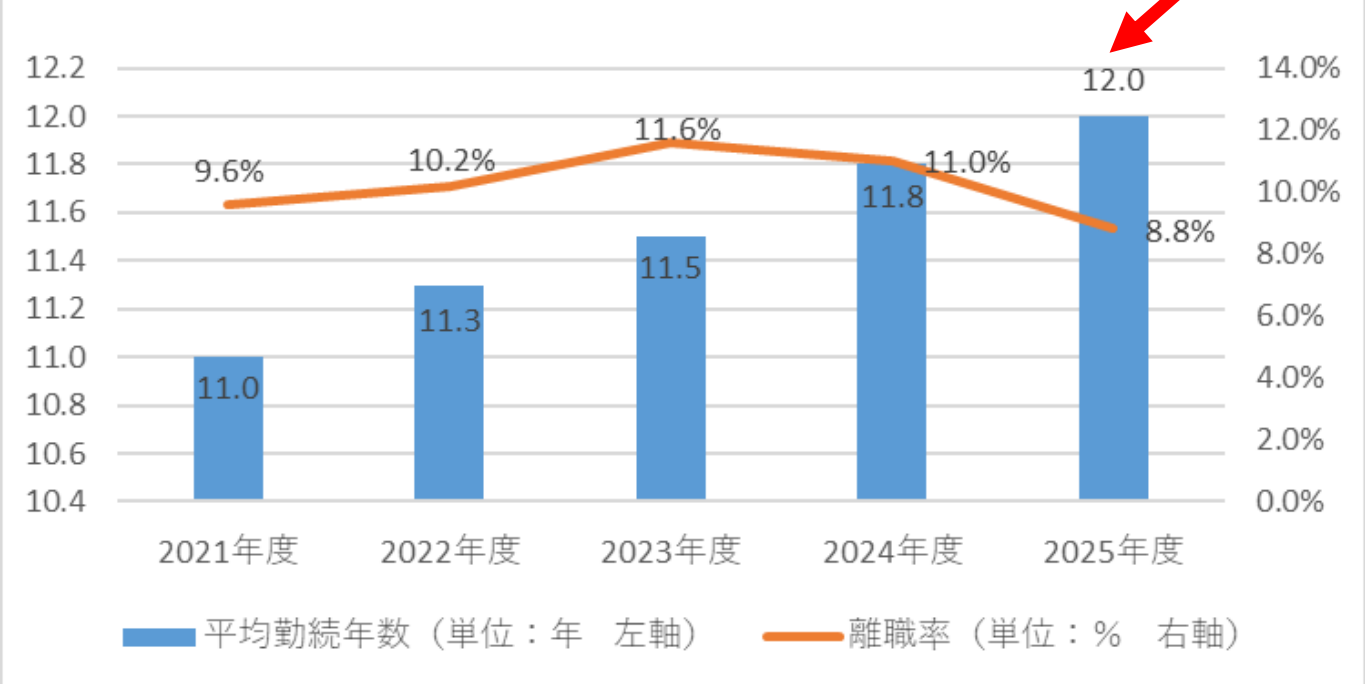
今、吸っていても大丈夫。
喫煙中のすきま時間で OK。
動画を見て、あなたの感じたこと
を教えてください。

これまでの研修は、対象職員を指定し、受講していただく形式でしたが、今年度は過去の反省を踏まえ、ナッジ理論（人の行動を強制せず、自然と望ましい選択へ導く行動科学の考え方）を活用し、より自由度の高い研修参加の促進を目指しています。職員自身が「自分ごと」として健康に向き合うことを期待しています。

例）喫煙所にポスターを掲示し、QRコードから喫煙中でも見られる短い動画を視聴してもらう
その感想をGoogleフォームに気軽に“つぶやく”ように投稿してもらうことで、評価につなげる

天竜厚生会の健康情報 平均勤続年数と離職率

平均勤続年数と離職率



- ※参考数値
【2024年度「介護労働実態調査」】
離職率
介護分野全体 12.4%
・介護職員 12.8%
・訪問介護員 11.4%
・看護職員 15.9%
・生活相談員 10.7%
・ケアマネジャー 8.2%
・管理職 6.1%

平均勤続年数は2018年度以降、増加傾向が続いています。
離職率は一時上昇傾向にありましたが、2024年度以降は下降に転じています。

※2025年度 正規職員離職率 5.0%【前年度比較2.7%改善】
2025年度 契約職員離職率 12.6%【同 1.8%改善】