

# 従業員の自己管理後押し

## 「ブライト500」取得

【新潟】三福運輸（五月女奈緒美社長、新潟県新発田市）は社員  
健康管理に注力している。食事や生活習慣など、各自に目標を設定し  
てもらい、後押しする。これらが評価され、3月に日本健康会議（三  
村明夫共同代表、日本商工会議所会頭）から「健康経営優良法人20  
21（中小規模法人部門）ブライト500」の認定を受けた。県内では  
6社あるが、このうちトラック事業者は同社のみ。（河野元）

三福運輸

## 禁煙外来受診料を助成



認定証を手にす  
る五月女社長

20年に中小法人部門で認  
定され、更に取り組みを強  
化。全従業員に専用の手帳  
を配布し、週1回以上の体  
重の測定、記録を義務付け  
た。個々でベストな体重を  
決め、維持管理する。特に  
メタボリックシンドローム  
が懸念されるケースでは、



所属営業所長に結果を見せ  
て、助言を受けるようにし  
た。

このほか、50%ある社内  
喫煙率を30%に引き下げる  
ため、積極的にサポート。  
紙タバコから加熱式タバコ  
への切り替えを勧めなが  
ら、禁煙の意思があれば1  
年後の完全禁煙、ない場合  
は本数半分以下を目指す。

3カ月単位で管理者に進ち  
よく状況を報告し、指示を  
仰ぐ。禁煙外来受診料の助  
成制度も設け、初診時に2  
万円、達成できれば残額分  
を支給する。

これらの推進により、従  
業員の意識が徐々に変わ  
り、「健康診断でも数値が改  
善する人が増えた」（五月  
女社長）という。今春から  
は万歩計を持たせ、1日の  
歩数を計測する新たな試み  
も開始した。「ドライバーは  
業務によって歩数に差が出  
る。中には、ウォーキング  
を始めた人もいるという。  
五月女氏は「以前からが  
ん検診やインフルエンザ予

防の費用補助を手掛けてい  
たので認定されるのではと  
思い、申請してみた。ブラ  
イト500については、認  
定証が届いて初めて知っ  
た。会社が健康に気を配る  
と、従業員の家族からも感  
謝される。これを励みに、  
引き続き努力したい」と話  
している。

2021. 7.13

物流ニッポン 10面