

企業 / 事業所名	社会福祉法人青谷学園				
所在地	〒610-0113 京都府城陽市中芦原 14				
業種	社会福祉事業（障害者支援施設）				
従業員（常勤）	102 人（72 人）				
認証歴 / 受賞歴	平成 26 年度～令和 7 年度 / 平成 30 年度特別賞、令和元年最優秀賞				
定期健康診断結果の提出先（実施年度）	全国健康保険協会 京都支部（令和 6 年度）				
がん検診受診状況	肺がん	大腸がん	胃がん	子宮頸がん	乳がん
	100%	100%	100%	86.1%	89.5%
健康づくりの とりくみ	<p><b>組織的な運営</b></p> <p>■健康経営</p> <p>健康経営を中長期計画に掲げ、優良法人(大規模法人部門)の認定を取るべく、衛生委員会、安全衛生懇談会、健康経営会議のメンバー 12 人が月に 1 度、一堂に会して、健康経営の運営方針や実行方法を決定し、メンバー全員で取り組む体制を整えています。</p> <p>■がん対策推進企業アクション</p> <p>がん対策推進企業アクションパートナー企業に登録し、がん検診の受診奨励と、がんになった職員が治療を続けながら安心して働き続けられる職場づくりをしています。2026 年 8 月がん対策推進企業アクションの e ラーニング(知識習得)を全職員が受講し、認定証を受領しました。</p> <p>■がん治療特別休暇</p> <p>がん治療のための特別休暇(有給)を年に 15 日設けています。時間単位で取得できます。</p> <p>■がん検診</p> <p>受診費用の全額を法人が負担して、胃がん・肺がん・大腸がん・子宮頸がん・乳がん検診のほか 24 歳・30 歳・36 歳の女性にはマンモエコーによる乳がん検診を、男性には前立腺がん検診を 35 歳・40 歳・45 歳・50 歳以上は 2 年に 1 度受けることを奨励しています。</p> <p>■腰痛予防対策チーム</p> <p>介護による腰痛労災ゼロを目指して、介護福祉士や看護師からなる腰痛予防対策チーム 6 名が予防のための体操指導や、講習会を開催しています。</p> <p>■メンタルヘルス研修</p> <p>年に 1 回、集合形式でメンタルヘルス研修を行っています。勤務の都合等で参加できない職員も録画視聴により全員が受講しています。</p> <p>近隣の法人にも参加の声掛けをしています。2025 年度のテーマは「～アンガーマネジメント～」というテーマで、コミュニケーションに特化し、会話でもたらされる「怒り」のコントロール(相手に上手に感情を伝える)を知り、「怒り」の感情が起こる事自体を予防する、ワーク中心の体験型研修を実施しました。</p>				

	<p>■ストレスチェック</p> <p>週の労働時間が20時間以上の職員は全員が年2回のストレスチェックを受けています。このほかにショートサーベイも年2回あり、より早い段階で職場の状態を把握し、対策を立て対処しています。</p> <p>■インフルエンザ予防接種</p> <p>接種費用の全額を法人が負担して、すべての職員が予防接種を受けています。</p> <p>■産業医との健康相談</p> <p>健康に関する相談体制として、月1回、産業医と相談できる機会を提供しています。</p> <p>■食生活改善のための塩分濃度測定</p> <p>職員に塩分濃度計を貸し出し、自宅の味噌汁やスープの塩分濃度を計ってもらいました。普段の塩分濃度を知って減塩につなげるものです。すべての職員が計測し、その結果を一覧にして共有することで、良いコミュニケーションづくりにもなりました。</p> <p>■環境測定</p> <p>デスクワークや調理を行う場所の照度測定を年2回行っています。</p> <p>■健康給食の提供</p> <p>施設が調理している「1日の塩分6グラム」の健康的な給食を、朝・昼・夕のいつでも材料費だけの低料金で食べることができます。「朝食を抜くことがないように」と呼びかけも行っています。</p> <p>■年間休日173日</p> <p>1日10時間労働とすることで週休3日とし、ワークライフバランスの充実を実現しています。</p> <p>■勤務間インターバル</p> <p>11時間のインターバルを就業規則で定め、守られています。</p> <p>■1勤務の夜勤</p> <p>福祉施設の夜勤は2日分の勤務(16時間労働)が多い中、当法人は1勤務(10時間労働)とし、身体への負担を軽減しています。</p> <p>■時間外労働の削減</p> <p>定時ジャスト退勤を奨励しており、2024年度の月平均残業時間は8分でした。</p> <p>■年次有給休暇の取得率</p> <p>2024年度の取得率は98.3%です。</p> <p>■健康ファミリー青谷学園</p> <p>「健康ファミリー青谷学園」と称して、健康増進を職員だけで終わらずに、職員の家族や地域の皆様にも広げています。</p> <p>定期的な普及啓発活動</p> <p>■いきいき宣言</p> <p>全職員が年に1回、いきいきと日々を過ごすために何をするかを紙に書いて掲示</p>
--	--

版に張り出しています。自身の取り組みを宣言し公表することでモチベーションを高めて達成を目指すというものです。

#### ■ピンクリボン運動

10月を運動月間とし、施設の看板や玄関に大きなピンクリボンを装飾し、ホームページやInstagramでもピンクリボン運動の広報を行いました。来訪者への啓発では、J.POSHの「乳がん検査を受けましょう」と記したティッシュペーパーをお客様や職員の家族や大切な人に渡して欲しいと配布したりしています。

#### ■女性の健康についての座談会

昨年に続き、乳がんや子宮頸がんのほか、更年期やPMSについての座談会をもちました。2025年度は自由参加でしたが、若い女性職員も多数参加し、女性ホルモンとライフステージ「女性のうつ」についての動画を視聴したり、経験者の話を聞いたりしました。

26人の参加希望があり、座談会は3回に分けて行いました。

#### ■「働く人ががんを知る」の朗読

がんリテラシー向上のため、がん対策推進企業アクション発行の小冊子「働く人ががんを知る」の朗読を毎日続けています。1日2回のラジオ体操の前に、職員が輪番で1つの段落を全館放送で読んでいます。少しでも職員の記憶に残るように1週間同じ段落を読み続けるようにしています。

#### ■ラジオ体操

毎日、午前と午後の2回、一斉にラジオ体操を行っています。労働時間内で実施しているため、体操の出来を採点し、人事考課に反映させています。

#### ■腰痛予防体操

介護を担う職員は、始業時に腰痛予防体操を取り入れています。新しく腰痛予防体操の動画を作成し、全職員へ周知をはかっています。

#### ■スタンディングデスク

長時間座位による身体への負担を軽減するため、スタンディングデスクの使用を奨励しています。

#### ■体成分の測定

全職員が体成分分析装置を使って、水分量や筋肉・脂肪量の測定を年2回しています。筋力維持やフレイル予防に役立てています。

#### ■生活習慣病予防

日本生活習慣病予防協会が提唱する「一無・二少・三多」を職員に呼びかけています。2023年度から【節酒・減酒・休肝日+減間食キャンペーン!!】に取り組み始め、このキャンペーンは年々進化を遂げています。今年は、職員それぞれの健康課題を解決するため『みんなで考えよう!行動しよう健康ファミリー!青谷学園』を実施しました。活動テーマは「運動・減塩・睡眠・カロママアプリの利用促進・健康課題ならなんでもOK」の5つです。職員は取り組みたいテーマを選び目標を立て、LINE WORKSのグループトークルームで活動内容や応援メッセージを投稿しまし

	<p>た。職種や役職を超えたトークや「お勧めの健康グッズを試しました」といった情報交換もありました。お互いが声を掛け合い、モチベーションを維持しながら目標達成を目指しました。結果として、全職員がこの活動に参加しました。</p> <p>「生活のリズムを整えるきっかけになった」「食生活の改善につながった」という感想が多く、それぞれの健康課題の解決に繋がりました。減塩テーマの際に、職員から様々な減塩レシピを投稿してもらい、そのレシピをまとめた『AODANI 減塩レシピブック』の作成に至りました。</p> <p>■健康アプリの活用</p> <p>食事・運動・体重・睡眠・気分など、「健康」に関わるライフログを記録することで、パーソナルAIコーチが、より健康になるためのアドバイスや、献立・食材の提案をしてくれるので、生活習慣の改善を図ることができます。この健康アプリの利用促進月間を設けて普及を図っています。アプリは、週労働時間が20時間以上の職員が利用できます。</p>
各種団体との連携	<p>■献血運動</p> <p>日本赤十字社京都府支部様のご協力により、年2回、当法人において献血バスによる献血を行っています。社会貢献と自身の健康維持につなげています。近隣の施設や取引業者の方もお誘いしています。</p> <p>■福祉ふれあいまつりに健康測定ブース</p> <p>城陽市社会福祉協議会様が毎年11月に開催する「城陽福祉ふれあいまつり」に健康ブースを出展しています。体成分分析装置による身体計測や、乳がん触診モデルに触れる体験をしてもらっています。60名の方が立ち寄られました。</p> <p>■協会けんぽ京都支部とコラボ事業</p> <p>地域の方に施設のことを知っていただく機会となる「施設公開」の日に、健康測定ブースを設置して、来訪者への健康測定や乳がん触診モデルに触れる体験など、健康増進の取り組みをしています。その際、協会けんぽ京都支部様に脳の健康チェックができるBHQ測定機器を持ち込んでもらい、職員のほか来訪者にも測定をしていただきました。健康ブースには57名の方が立ち寄られました。</p> <p>■京都府山城北保健所とコラボ</p> <p>来訪者が多くなる献血運動の日に設置する健康測定ブースに、京都府山城北保健所様からお借りした健康機器や測定器を用いて、ロコモ度チェックや握力測定、筋肉、血管モデル、塩分量を明示した食品サンプルの展示を行い、健康意識を高める活動をしています。</p>
退職前・退職時の健康づくり指導	<p>■退職者に献血の案内</p> <p>年2回、当法人内で行っている日本赤十字社による献血の案内をしています。献血では血液検査により健康状態を知ることができます。また、この献血の日に合わせて、当法人が健康測定ブースを設置し、体成分分析装置による身体測定や、健康関連器具による体験など、健康について知る機会を提供しています。献血ができない人でも健康測定ブースに来られることをお勧めしています。</p>

健康づくり担当者の設置	健康経営会議、衛生委員会(法人本部・障害者支援施設青谷学園)、安全衛生懇談会(障害者支援施設DO)
受動喫煙対策	健康増進法に基づく受動喫煙防止対策の必要な措置を講じている。
違反規定	過去5年間に重大悪質な事案により、法令違反し処分等を受けたことがない。
ホームページ	<a href="https://aodani.or.jp/">https://aodani.or.jp/</a>
メッセージ(R7)	<p>正規職員も非正規職員も、男性も女性も、すべての職員が健康で長く働き続けることができることを願って健康経営に取り組んでいます！全ての職員が「いきいき宣言」をして、活気にあふれ、生気がある日々を過ごす工夫をしています。</p> <p>まずは、食生活の改善！塩分濃度計で自宅の味噌汁の塩分濃度を測ったり、チェックシートで自己評価したりして、全員で減塩中！職員の投稿を集めた「青谷減塩レシピブック」まで作りました！</p> <p>1日2回の本気のラジオ体操！100点満点の体操を目指して全職員が汗をかいています！事務員はスタンディングデスクで腰痛知らず！</p> <p>五大がん検診費用は全額法人負担！大きなリボンとティッシュでピンクリボン運動を大啓発！</p> <p>健康習慣は自分への投資。一無・二少・三多(無煙、少食・少酒、多動・多休・多接)を普及中！2023年度から献血バスによる献血運動をはじめました。自身の健康チェックと社会貢献に取り組んでいます。</p> <p style="text-align: right;">社会福祉法人青谷学園 理事長 白樫 忠</p>