

健康経営戦略マップ 2026

健康経営 取組詳細

からだの健康

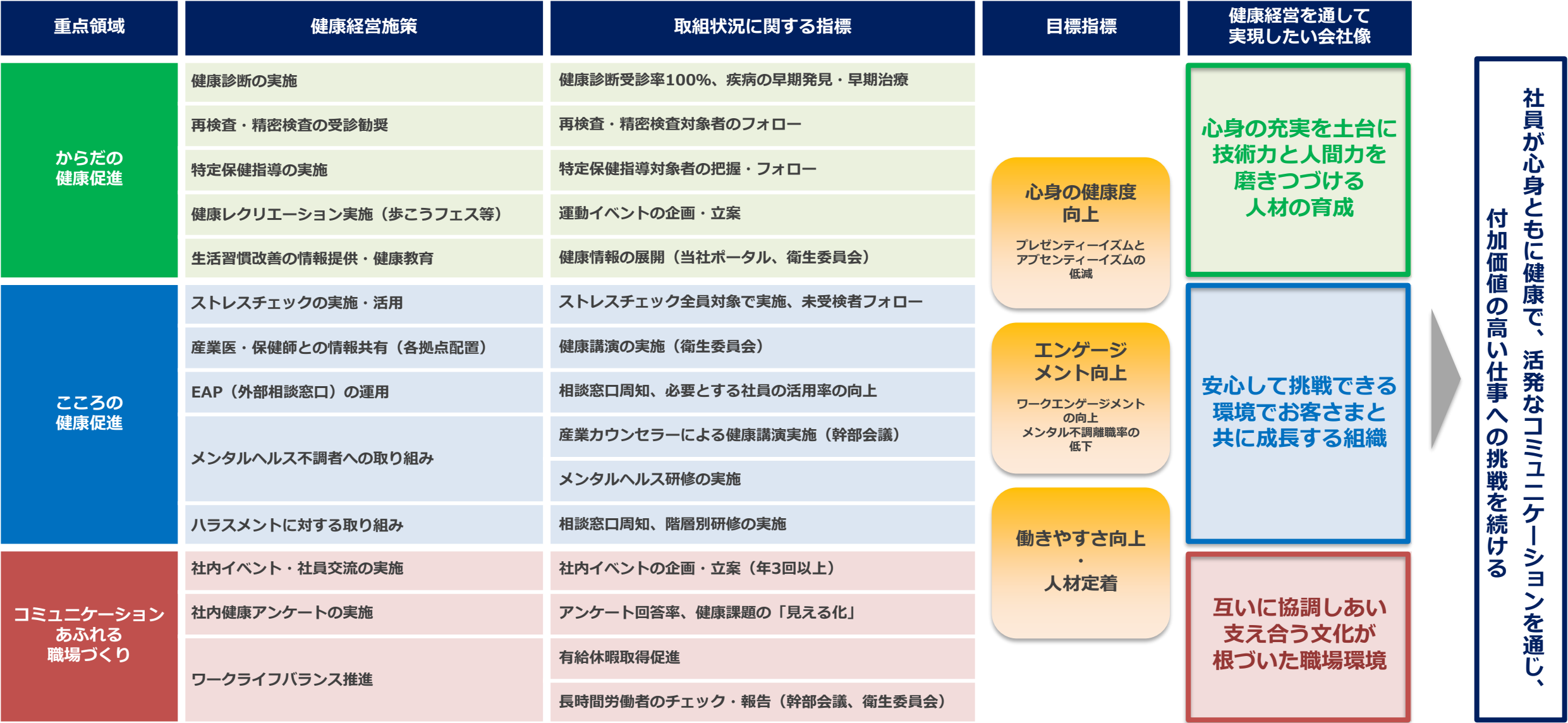
こころの健康

コミュニケーション

株式会社MJC

株式会社MJC 健康経営戦略マップ

経営理念「ITを通じた地域・社会への貢献」／ スローガン「ICTで命をまもる 未来を創る」



重点領域① からだの健康促進 ― 施策サマリ

身体面の健康リテラシー向上と、疾病予防・早期対応を推進

①健康診断の実施

全社員を対象に年1回の定期健康診断を実施し、受診率100%を維持しています。

②再検査・精密検査の受診勧奨

定期健康診断で有所見となった対象者に、総務部から個別に受診勧奨を行い、対象者フォロー率100%を目標に受診状況を管理しています。必要に応じて精密検査受診を推奨する運用も整備しています。

③特定保健指導の実施

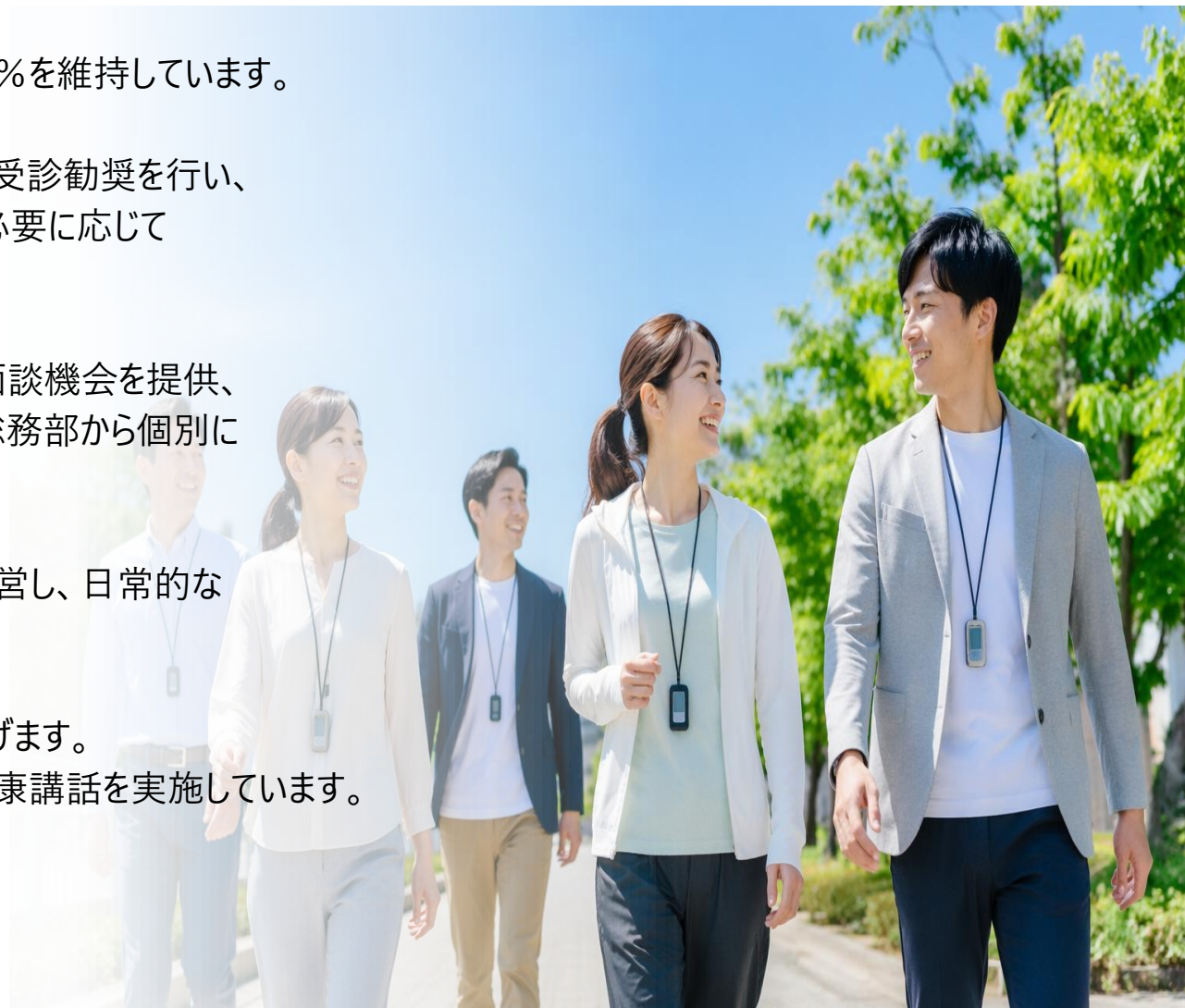
協会けんぽと連携し、40歳以上の対象者に特定保健指導の面談機会を提供、生活習慣病リスク者の改善につなげています。未実施者には総務部から個別に勧奨し、実施率の向上を図ります。

④健康レクリエーション

参加型のイベント・レクリエーション（歩こうフェス等）を企画・運営し、日常的な運動習慣の定着を促します。

⑤生活習慣改善の情報提供

社内ポータルで健康情報を発信し、ヘルスリテラシー向上につなげます。
全社衛生委員会でも骨健康測定・食生活など季節テーマの健康講話を実施しています。



重点領域② こころの健康促進 – 施策サマリ

早期発見・早期対応と、相談しやすい仕組みの整備

①ストレスチェックの実施・活用

全社員を対象に年1回実施し、2025年度は受検率98.7%、2024年度は98.5%を達成しました。集団分析と高ストレス者への産業医面談につなげています。未受検者には受検期間中に複数回フォローを行っています。

②産業医・保健師との情報共有（各拠点配置）

宮崎本社・東京支社・大阪支社・福岡支社の全4拠点に産業医を配置し、拠点ごとに面談機会を提供します。衛生委員会での健康講演を通じて、健康意識の向上につなげます。

③EAP（外部相談窓口）の運用

外部の専門相談窓口を導入し、電話・メール・オンライン等で相談できる環境を整備しています。社内ポータル等での周知を継続し、必要とする社員の活用率の向上を図ります。

④メンタルヘルス不調者への対応

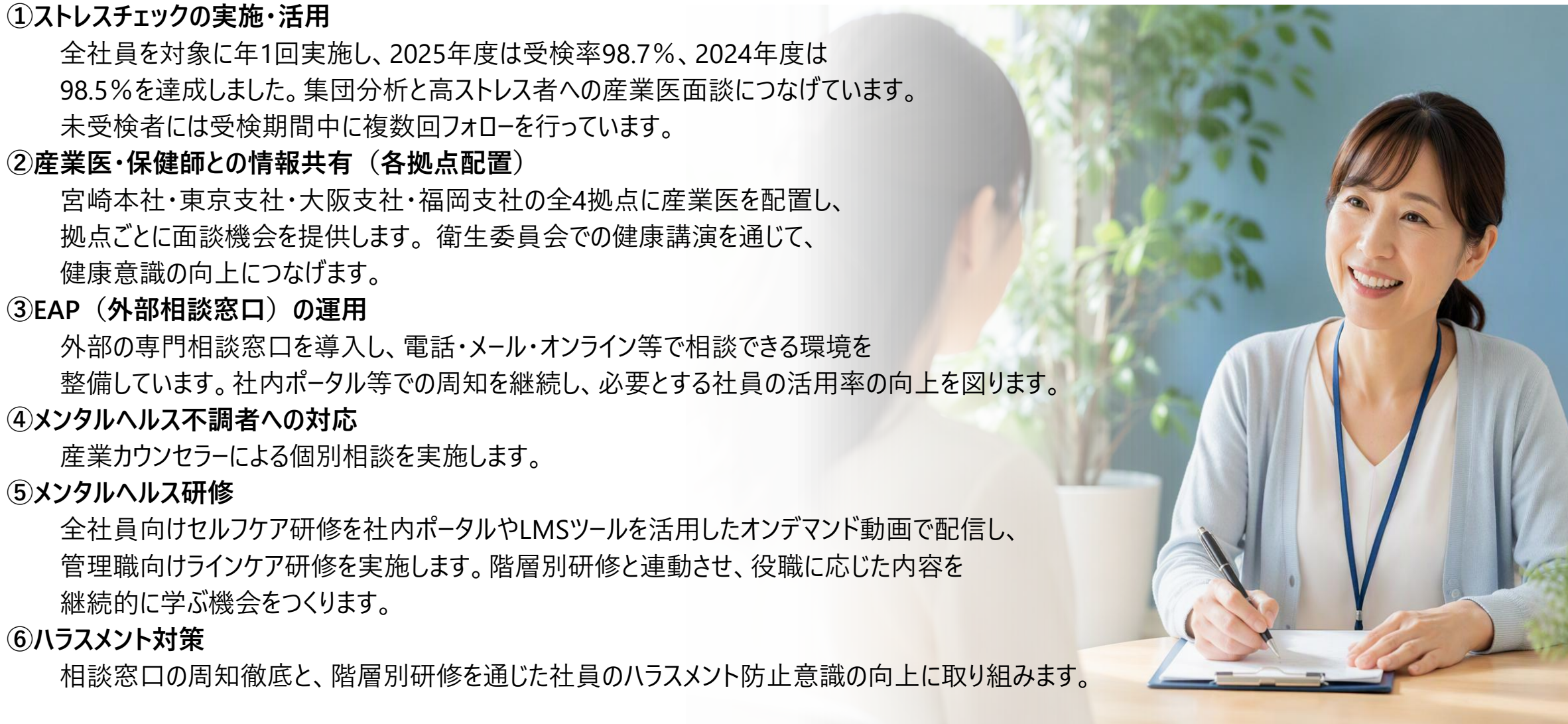
産業カウンセラーによる個別相談を実施します。

⑤メンタルヘルス研修

全社員向けセルフケア研修を社内ポータルやLMSツールを活用したオンデマンド動画で配信し、管理職向けラインケア研修を実施します。階層別研修と連動させ、役職に応じた内容を継続的に学ぶ機会をつくります。

⑥ハラスメント対策

相談窓口の周知徹底と、階層別研修を通じた社員のハラスメント防止意識の向上に取り組めます。



重点領域③ コミュニケーションあふれる職場づくり – 施策サマリ

対話と協働、そしてワークライフバランスの実現

①社内イベント・社員交流

社員会「情友会」を中心に、BBQ大会・歩こう会・ミニバレー大会などの交流イベントを企画・運営しています。業務外での接点を通じて、日常的なコミュニケーションの活性化につなげます。

②社内健康アンケート

全社員対象の健康習慣アンケートを実施しています。集計結果から全社・部門ごとの健康課題が見える化し、翌年度以降の施策検討に反映します。

③ワークライフバランス推進（有給休暇取得促進）

時間・半日単位の有給制度や計画休を活用し、付与日数消化率78%を達成しています。取得状況は幹部会議や衛生委員会で共有し、上長を通じて計画的な取得を促す運用を行っています。

④ワークライフバランス推進（長時間労働対策）

社員の労働時間状況を幹部会議や衛生委員会で共有し、業務量調整・健康管理の両面から対策を検討します。

