

健康経営活動報告書 2025

対象期間：2025.4.1～2026.3.31

作成日：2026.10.6

【健康経営宣言】

株式会社復建技術コンサルタントは、技術・人格・社会貢献を社是とし、防災や安全・安心な地域、社会づくりに日々「全員経営」で取り組んでおります。

最も重要な資産である社員が心身共に健康で生き活きと働くことができ、個々の能力が最大限発揮できる職場環境づくりに取り組みます。

健康経営優良法人 2026 に認定

経済産業省と日本健康会議が主催する「健康経営優良法人 2026 大規模法人部門」に認定されました。（2026.3.9 付 2018 から 9 年連続認定）

健康経営優良法人認定制度は、健康課題に即した取組や日本健康会議が進める健康増進の取り組みをもとに、特に優良な健康経営を実践している法人を顕彰する制度です。



健康経営に取り組む優良な法人を「見える化」することで、従業員や求職者、関係企業や金融機関などから「従業員の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組んでいる法人」として社会的に評価を受けることができる環境を整備することを目標としています。弊社では、経営方針の柱の一つとして「健康経営」を掲げ、常日頃より社員の健康の保持増進に努め、心身ともに健康で働くことのできる職場づくりを進めています。

【経営課題と健康経営】

・建設コンサルタント業界は年々高齢化が進み担い手の育成・確保が喫緊の課題となっています。それは弊社においても同様であり、課題解決のためには魅力ある職場環境の実現、労働環境の改善による従業員の健康の保持増進が必須となります。これら課題が改善されない場合、休業による長期離脱や離職に至る可能性があります。

このような事態を招かないためにも、従業員の健康の保持増進を経営課題として位置づけ健康経営を推進しています。

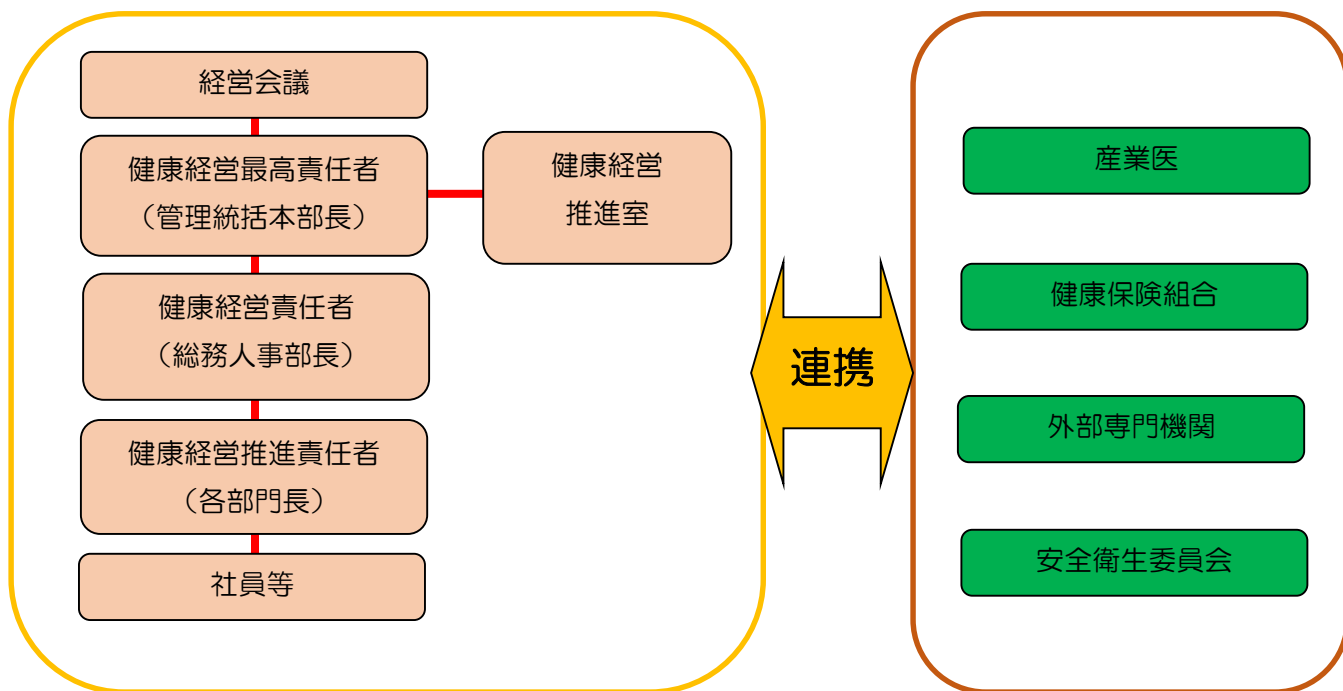
【取り組み方針】

- ・推進体制の整備・・・専属の部署を設置するなど健康経営推進のための組織体制を構築します。
- ・従業員の意識改革・・・研修会の開催や保健指導等を通じ、従業員の意識改革を促します。
- ・働き方改革の推進・・・長時間労働の解消やワークライフバランスの実現に向け、労使協同して施策を推進します。
- ・積極的な情報発信・・・健康経営の方針や取組み内容について、HP や取材等を通じ外部へ積極的に発信します。

【主な取り組み項目】

○経営トップを健康経営推進の最高責任者とする組織体制を構築します。

- ・社長を最高責任者、各部長をメンバーとした健康経営推進委員会を設け、健康経営の推進体制を構築しています。委員会では、健診の受診率、有給休暇の取得促進、長時間労働対策、メンタル不調対策など協議しています。



○産業医や健康保険組合と連携し、従業員の健康課題改善に取り組みます。

- ・健診結果に基づき、課題を抽出し改善策を検討・実施しています。
- ・2025年度は、社内での食生活を改善や体力増進の意識向上を図るべく健康測定会を実施しました。



○過重労働対策を解消するために、働き方改革を推進します。

- ・毎週水曜日はノー残業デーを実施し定時退社を促しています。
- ・休日出勤は原則禁止とし、やむを得ず出勤しなければならない場合は担当役員の許可制を導入しています。
- ・業務の見える化・言える化を実施し、特定の社員に業務が偏らないよう平準化を図っています。
《PC 強制シャットダウンシステム》
- ・2017年8月からPCの強制シャットダウンを実施。
時間に対する意識改革を促し不必要な残業を削減しています。



○コミュニケーション活性化のため各種行事を開催し従業員同士の交流を深めます。

- ・弊社では、全社を挙げた行事を開催しております。これまで全社忘年会やBBQ、ブドウ狩りなど家族も参加できる趣向を凝らした内容も盛り込んでおります。

2026年度に弊社創立80周年記念パーティーの開催が決まっていたため、2025年度の開催は見送られました。

○定期的に健康保持・増進に関する研修を実施します。

- ・4/8 健康保健組合の保健師を講師にお迎えし、新入社員を対象とした研修を実施しました。食事や運動習慣をテーマに体や心の健康を保つポイントなどについて学びました。



○全国土木建築国民健康保険組合が実施するヘルスアップチャレンジ2025に参加しました。

健康事業所宣言

社員が心身ともに元気に働ける事業所を目指して、健康づくりに取り組むことを宣言します。

取り組み項目

①健康診断の実施

目標：社員に対して健康診断を100%実施します。

結果：100%実施！

※弊社では30歳以上の社員に対し、通常の定期健康診断よりも検査項目の多い1日ドックを会社負担で実施しております。

②社員の生活習慣改善を支援

目標：健診結果に基づく保健指導及び特定保健指導を対象者全員が受けられるよう努めます。

結果：健康保険組合の保健師による指導を就業時間内に実施しました。改善には時間がかかることから、対象者へのフォローを今後も継続していきます。

③検査・治療の勧奨

目標：健診結果等で再検査や治療の必要があった場合、対象者全員に医療機関を受診するよう勧めます。

結果：対象者全員に受診勧奨を行い、その後の追跡調査を実施しました。（再受診に要する時間は有給扱い）。

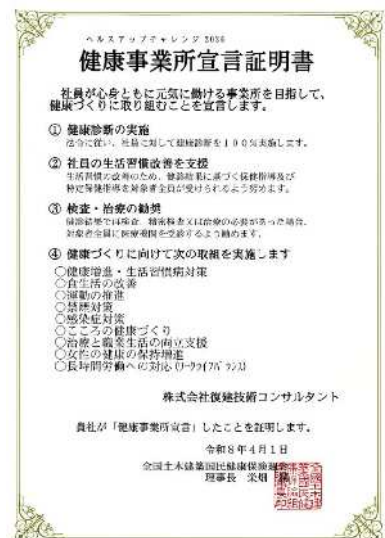
④健康づくりに向けて次の取組を実施します

○健康増進・生活習慣病対策

- ・上記②に記載の通り

○食生活の改善

- ・保健指導や研修会を通じて生活習慣及び食生活の改善について啓発を図りました。



○運動の推進

- ・エレベータの自粛を呼びかけ、階段利用を促進しました。
- ・近距離の移動は車ではなく社有自転車の利用を促進しています。



○禁煙対策

- ・受動喫煙対策（敷地内での全面禁煙）及び喫煙時間を設け、タバコによる健康被害の低減に努めました。
- ・喫煙率が高まっていることから、2018 年度から禁煙外来の補助金制度を導入しております。
- ・受動喫煙防止宣言施設登録制度（実施：宮城県・仙台市・全国健康保険協会宮城支部）に2023 年4 月1 日付で登録（登録番号：S97 区分：屋内禁煙）しました。



○感染症対策

- ・毎年インフルエンザ予防接種を就業時間内に社内で行っています。（11 月～12 月にかけて計3 回実施）
- ・出入口に消毒薬、給湯室にうがい薬を配置し予防に努めました。



○こころの健康づくり

- ・6 月中旬～7 月中旬にかけてストレスチェックを実施しました。また、集団分析結果に基づく職場の環境改善や産業医との面談も実施し、メンタル不調による休職者の未然防止に努めています。（回答率 96.0% 前年 90.3%）

対外活動

○スマートみやぎ健民会議への参加

弊社はスマートみやぎ健民会議の会員団体（優良会員）として、従業員等の健康づくりを推進しています。

《スマートみやぎ健民会議とは》

宮城県は、メタボリックシンドローム該当者及び予備群を合わせた割合が平成 20 年度から平成 25 年度まで 6 年連続で全国ワースト 2 位、平成 26 年度から平成 27 年度までワースト 3 位（特定健診結果）、歩かない人が多い、塩分過剰、喫煙者が多い（国民健康・栄養調査）など健康課題が山積みです。

そこで、企業、保険者、医療・保健・産業分野の機関・団体、大学等研究機関、報道機関、行政等の参画と協働により、県民の健康と幸せを実現するための県民運動を推進することを目的に、「スマートみやぎ健民会議」を平成 28 年 2 月 9 日に設立しました。

健民会議は、目的を達成するために次の活動を行うこととしています。

- ◆ 県民の健康と幸せを実現するための健民運動の推進に関すること。
- ◆ 県民の健康づくりに関する情報の提供や理解の促進に関すること。
- ◆ 会員相互の情報共有、情報交換に関すること。
- ◆ 健康づくりに関する表彰に関すること。
- ◆ その他県民の健康づくりの推進に関すること。

会員は、次の活動を行うこととしています。

- ◆ 各会員の事業、活動及びサービス等を通じて、適正体重の維持を主眼に、県民への健康づくりの意識を浸透させる。
- ◆ 各会員の構成員等を対象とした意識啓発等を通じて、適正体重の維持を主眼に、構成員等への健康づくりの意識を浸透させる。

（出典元：宮城県ホームページ スマートみやぎ健民会議）

○元気！健康！プロジェクト 健康みやぎサポーターズへの参画

《健康みやぎサポーターズとは》

宮城県が抱える健康課題の改善を目指し「健康経営」の実践により、職場における健康づくりへの取り組み推進を呼びかけるプロジェクト

（出典元：健康みやぎサポーターズホームページ）

○青森県健康経営事業所に認定

《青森県健康経営認定制度とは》

青森県の働き盛り世代の健康づくりを推進するため、従業員の健康管理を経営的視点から考え、戦略的に実践する「健康経営®」に取り組む県内事業所を、「青森県健康経営事業所」として認定します。

（出典元：青森県ホームページ 青森県健康経営制度）

健康目標と達成状況

項目	実績					2024 目標	2025 目標
	2021	2022	2023	2024	2025		
①定期健康診断受診率（％）	100	100	100	100	100	100	100
②特定保健指導実施率（％）	71.4	76.5	60.9	55.3	集計中	76.5	76.5
③肥満有所見率（％）	35.6	34.0	34.8	32.7	集計中	34.0	30.0
④血圧有所見率（％）	24.0	19.3	17.6	18.8	集計中	19.3	17.0
⑤喫煙率（％）	27.4	24.0	24.3	23.0	23.8	24.0	21.0
⑥運動習慣率（％）	25.8	30.0	29.1	29.1	26.0	30.0	31.2

（全国土木建築国民健康保険組合 事業所健康度分析資料より）

以上

① 定期健康診断受診率

年度初めに健診機関の受診予約を行い、社員に早期受診の呼びかけを行いました。定期的に受診状況をモニタリングし、未受診者には部門長から直接指導するよう働きかけた結果 2025 年度も受診率 100%を達成しました。

②特定保健指導実施率

本社がある宮城県はメタボ予備群＋該当者の割合が高い県になっております。そんな不名誉な記録を脱するために当社も積極指導・動機づけの区分に関わらず、原則対象者全員指導を受けてもらうよう取り組んでいます。メタボ解消には比較的長い期間がかかるため、複数年にわたって対象となる社員も多くいます。今後も根気強く勧奨することで受診率向上を図るとともに、対象者減となるよう努めてまいります。

③④肥満有所見率・血圧有所見率

現在集計中（健康保険組合からのデータ提供待ち）のため、判明次第更新いたします。

⑤喫煙率

がんや脳卒中、心疾患など数多くの病気の原因となる喫煙率を低下させるべく様々な取り組みをしております。社員に占める高齢者数も年々高まっている中で喫煙率を低下させることは、健康経営を推進する上でも重要と位置付けております。

ここ数年少しずつではありますが、施策の効果が出ております。2025 年度は喫煙率が前年比で 0.8%増加してしまいましたが、さらに喫煙率を下げるべく啓発ポスターの掲示、禁煙セミナーなどにより意識の啓発を図っていきたいと考えております。

また、喫煙者だけでなく非喫煙者の受動喫煙を防止すべく受動喫煙防止宣言施設にも登録の他、2025 年度には本社敷地内の喫煙スペースを撤去し、敷地内完全禁煙としています。

⑥運動習慣

業務の性質上、デスクワークが中心で社員は運動不足になりがちです。運動不足解消のため徒歩・自転車通勤の推奨、社内クラブ活動やスポーツクラブ等の利用への補助、運動会の開催を行うなどした結果、2020年度から社内の運動不足解消の意識向上により運動習慣率が増加傾向となりました。2022年度から2024年度に掛けては30%程度で横ばいを続けていましたが、2025年度は26%と前年度と比べて3%と大きく落ち込む形となりました。これを受け現状の取り組みの維持だけでなく、新たな施策の検討も進め、運動習慣率の向上を図っていきます。

⑦仕事への満足度

健康経営の施策の効果を総合的に測るため、社員の満足度を一つの指標としました。こちらは毎年実施するストレスチェックの回答から平均値を算出し、その上下を見て施策の強化、見直しを検討し、より効果的な健康経営を推進していきます。

2025年度～2026年度の目標

上記施策と実績を踏まえ、目標のレビュー（見直し）を実施しました。目標必達に向けて施策を推進していきます。

※「仕事への満足度」は2026年度以降の目標を上方修正しました。

項目	実績					2026	2027
	2021	2022	2023	2024	2025	目標	目標
①定期健康診断受診率（%）	100	100	100	100	100	100	100
②特定保健指導実施率（%）	71.4	76.5	60.9	55.3	集計中	76.5	76.5
③肥満有所見率（%）	35.6	30.0	34.8	32.7	集計中	30.0	30.0
④血圧有所見率（%）	24.0	17.0	17.6	18.8	集計中	17.0	17.0
⑤喫煙率（%）	27.4	21.0	24.3	23.0	23.8	21.0	21.0
⑥運動習慣率（%）	25.8	31.2	29.1	29.1	26.0	31.2	31.2
⑦仕事への満足度	2.1	2.5	2.2	2.2	2.1	2.0	2.0

おわりに

2025年度は前年度と比較して喫煙率や運動習慣率の悪化が見られました。禁煙セミナーや禁煙外来の補助、スポーツクラブ等への補助金の利用促進や、体力測定会等の実施といったこれまでの取り組みの他、効果的な施策を検討し、社員ひとりひとりの健康意識の向上に力を入れていきたいと考えています。

今後も健康経営の取り組みを通じ、従業員が心身ともに健康で安心して働くことのできる職場環境づくりを推進していきます。