



『健康経営アクサ式』のご案内

企業の永続的な発展と
従業員一人ひとりの幸せな人生のために

※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

アクサ生命保険株式会社 HPM推進部
登録番号：AXA-A2-2506-0469/C0U

健康経営に取り組む上での課題

✓ 健康経営の実践として何をしたら良いのか（正解か）が分からない

✓ 社内で健康経営を推進する人員が足りない

✓ 健康経営にかけられる予算がない

✓ 従業員の健康意識、行動が変化しない



アクサ生命 健康経営支援プログラム



アクサ生命

健康経営支援プログラムのご案内

企業の持続的な発展と
従業員一人ひとりのウェルビーイングの実現のために

※「健康経営」は特定非営利活動法人健康経営研究会の登録商標です。© 2016 令和の創世社等。複製を禁じます。
※「ライフマネジメント®」はアクサ生命保険株式会社の登録商標です。

課題の把握と目標設定

Ⅰ アンケートの実施

- 生活習慣課題の特定
- 労働生産性とワーク・エンゲイジメントの現状把握

Ⅱ フィードバック

- 課題に基づく目標を設定します。

施策の実行

Ⅰ 実践コンサルティング

- 目標達成のため、何を投資(時間・空間・金銭)し、どのような取組みを実践するのかご相談に応じます。

Ⅱ 実践サポート

- 健康経営セミナー
- ライフマネジメント®サポート
- 従業員からの個別相談の受け付け
- 健康情報の提供

評価・改善

Ⅰ 健康経営優良法人 申請サポート

- 申請手続きのアドバイスを実施します。

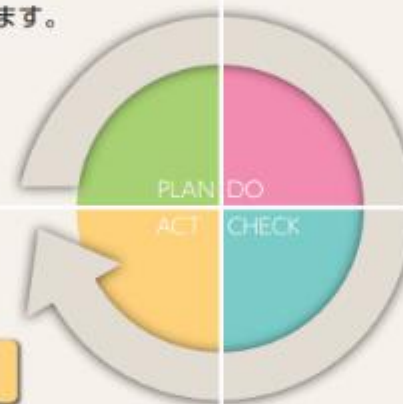
Ⅱ 次年度の取組み

- 本年度の効果検証の結果を受けて次年度の取組みを策定します。

効果検証

Ⅰ アンケートの実施

- 目標とした生活習慣の改善
- 労働生産性やワーク・エンゲイジメントの良化を確認



従業員向け健康習慣アンケート（Web回答）

従業員の7つの生活習慣を行動変容5段階のステージで見える化します。

飲み物

食生活

運動

喫煙

こころの健康

睡眠

適正飲酒

上記の生活習慣7項目を × 行動変容5段階に「見える化」

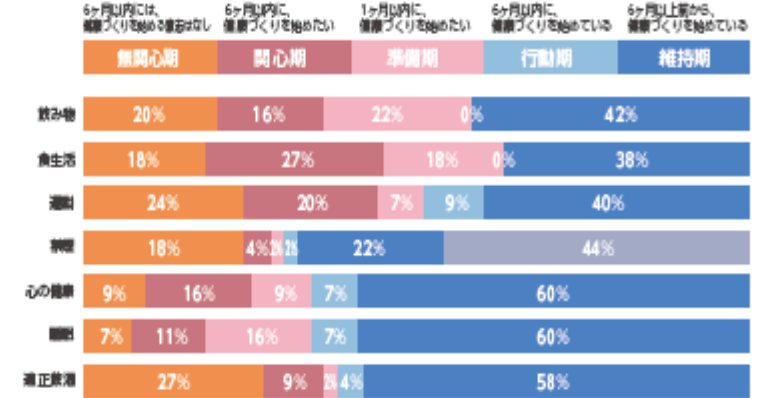
無関心期

関心期

準備期

行動期

維持期



仕事満足度・家庭満足度 ワーク・エンゲイジメント・職場の創造性

◎ 家庭生活に満足していますか？



★ 3.0 3.06

◎ あなたの仕事についてうかがいます。最も当てはまるものを選択してください。
【ワーク・エンゲイジメント】

自分の仕事に誇りを感じる



★ 2.9 2.52

◎ 職場の創造性

仕事について新しいやり方を提案している



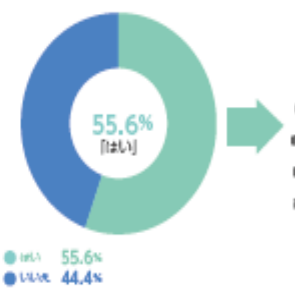
★ 2.7 2.67

出典：労働生産性・健康・生活習慣調査結果

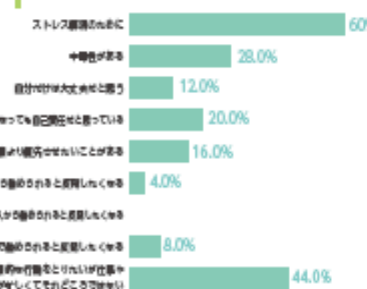
健康づくりを促進するプラス要因 健康づくりを妨げるマイナス要因

不健康行動をとる原因は、「ストレス解消のため」がトップになることがほとんどです。ストレスはこころの健康です。こころの健康が身体的不健康行動の原因になっていると考えられます。

生活習慣が悪い、健康を損なう可能性があることを知っていても、変えていない、ついやってしまう生活習慣がありますか？（喫煙、飲酒、運動不足）



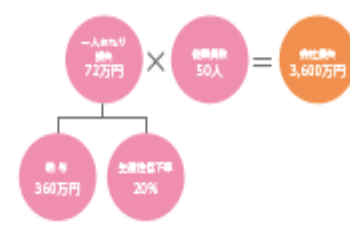
健康を損なうことを知っていても、変えていない、ついやってしまう原因について最大3つまでを教えてください。



労働生産性損失額 アブセンティーイズム・プレゼンティーイズム

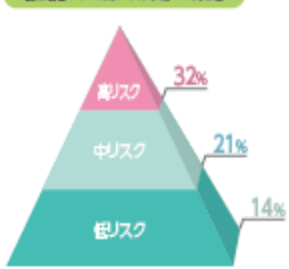
一般的に、高リスク者は低リスク者に比べて、労働生産性低下率により大きな影響を与えます。

※従業員の平均給与360万円と仮定した場合の試算



上記、生産性低下率は、「病気やけががないときに健康で仕事をする状態を100%として、過去4年間の最悪の仕事を評価してください（1～100%）」（※大企業経営者調査研究ユニット性・健康・生活習慣調査結果）に基づき算出されたものです。アブセンティーイズムコストの算出は、アブセンティーイズムコストより大きくなることを示唆する複数の先行研究があります。

生産性低下率と健康リスク評価との関係性



従業員の健康リスクを評価し、3段階に分けた場合（高リスク～低リスク）、高リスク層は低リスク層よりも生産性低下率（健康損失コスト）が大きいことを示唆する先行研究があります。

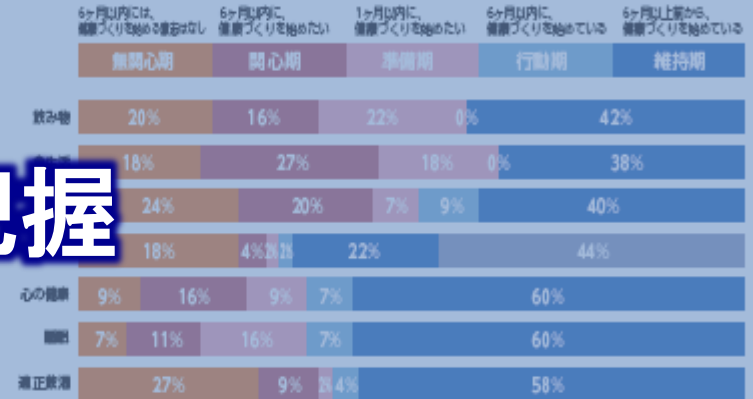
従業員向け健康習慣アンケート（Web回答）

従業員の7つの生活習慣を行動変容5段階のステージで見える化します。

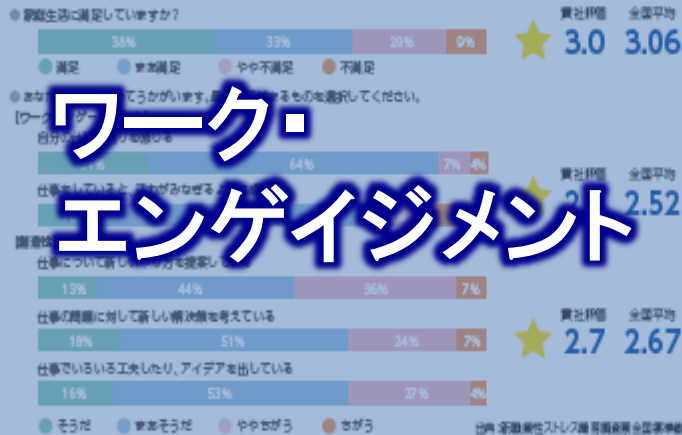


上記の生活習

生活習慣課題の把握



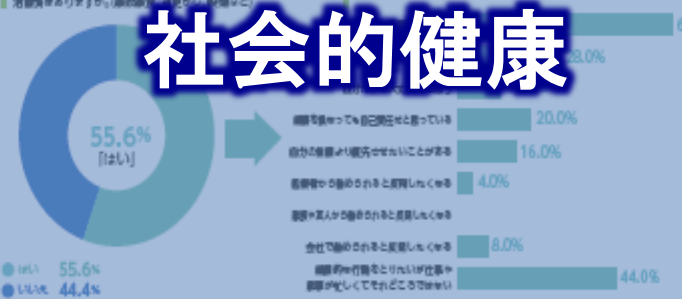
仕事満足度・家庭満足度
ワーク・エンゲイジメント・職場の創造性



健康づくりを促進するプラス要因
健康づくりを妨げるマイナス要因

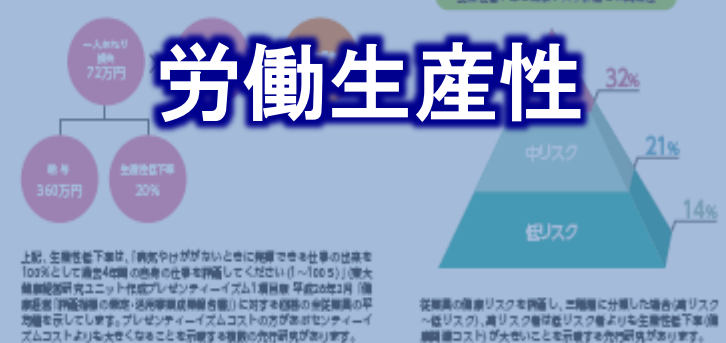
不健康行動をとる原因は、「ストレス解消のため」がトップになることがほとんどです。ストレスはこころの課題ですが、こころの課題が身体的不健康行動の原因になっていると考えられます。

日常生活において、健康を損なう可能性があることを知って
いながら、避けて行っていること、いついつやってしまう生
活習慣に気がつく。健康を損なう原因は、生活習慣にある。



労働生産性損失額
アブセンティーズム・プレゼンティーズム

※従業員の人件費を360万円と仮定した場合の計算

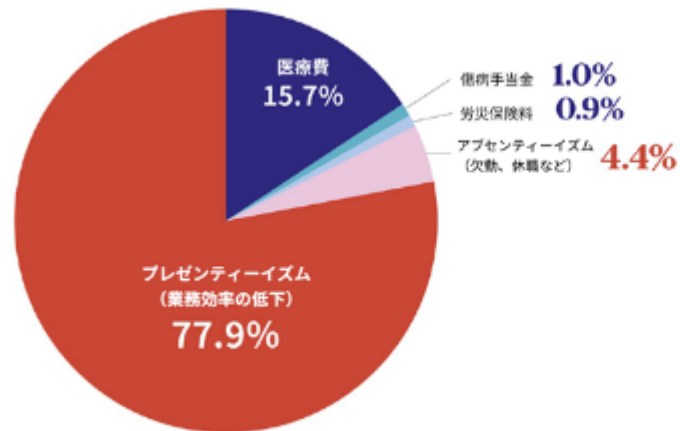


労働生産性損失額

アブセンティーイズム → 病気で欠勤・休業している状態

プレゼンティーイズム → 目に見えにくい体調不良

何らかの疾患や症状を抱えながら出勤しているがパフォーマンスが低下している状態



直接費用	間接費用
医療費(健康保険料) 傷病手当金 労災保険料	アブセンティーイズム プレゼンティーイズム
18%	82%

私たちが調べて分かったこと

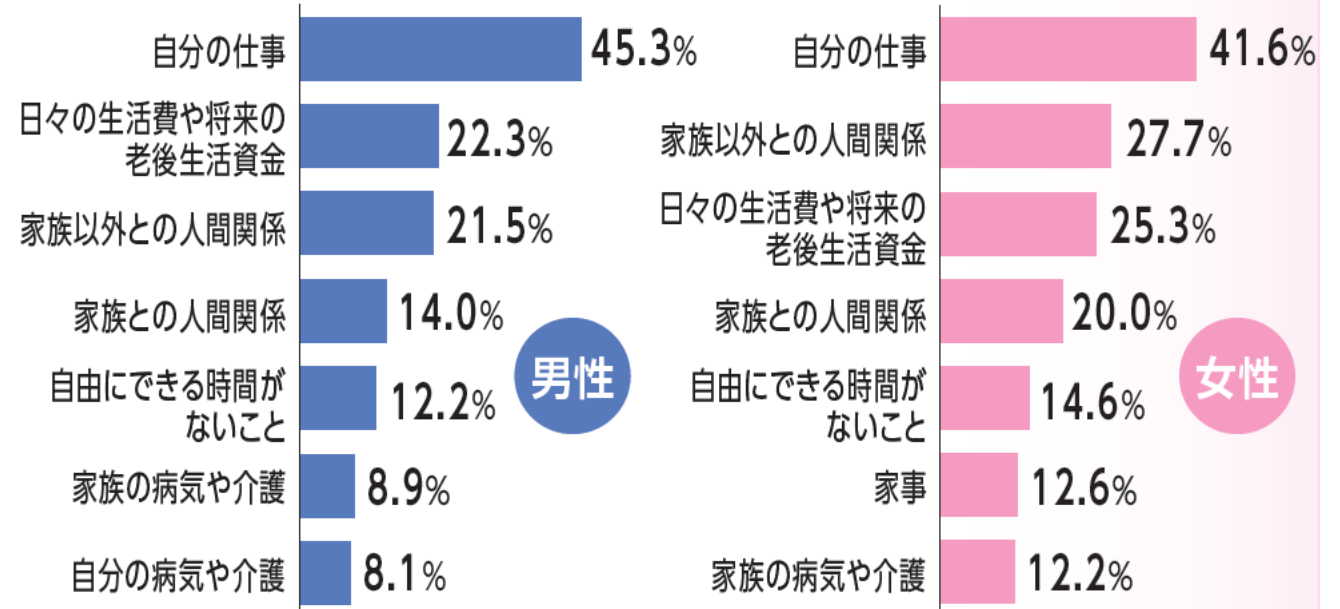
●「健康無関心層」は、働く人の約66%



●長生きしたくないと思う働く人は、およそ半数



●日常生活の悩みやストレスの要因には、仕事・お金・人間関係・自由な時間・健康に関することが上位を占める。



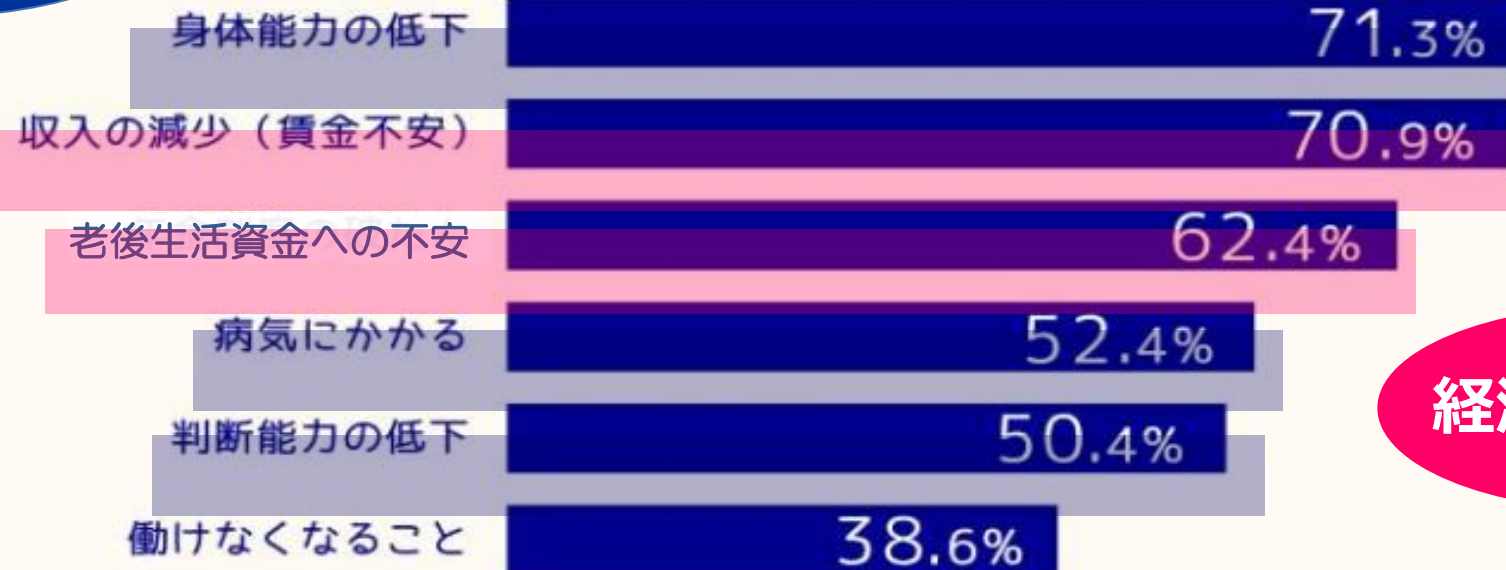
アクサ生命の実施した健康習慣アンケート(2021年8月2日~2021年12月1日) 企業数1,335社 従業員数41,518名の結果より算出

従業員は長生きすることに不安を抱えています

Q. 長生きすることは、リスクになると思いますか？

(20代～60代男女 / 1,000名)

健康面の不安



経済面の不安

(アクサ生命保険調べ)

調査名：人生100年時代に関する調査

調査期間：2018年6月20日～6月26日

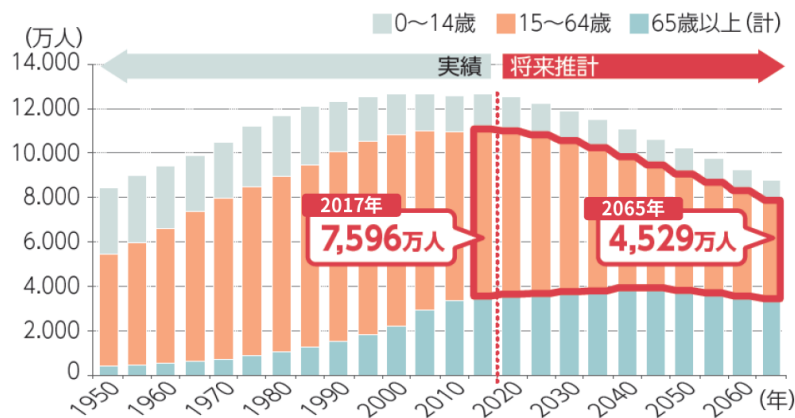
対象者：20代～60代男女1000名

実施方法：Webアンケート調査

従業員向けセミナー（健康経営について理解を深める）

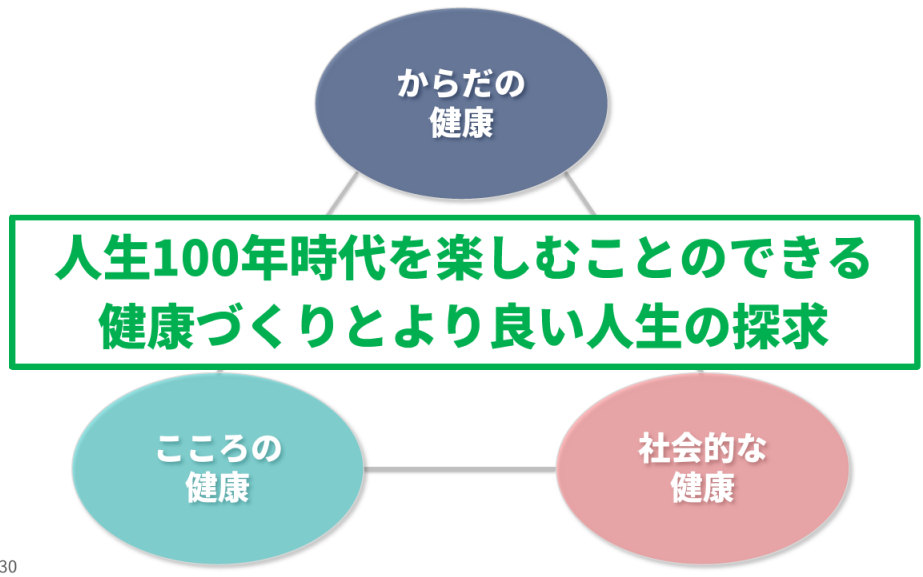
健康経営に取り組まれている背景

それは**少子高齢化！**
およそ50年で生産年齢人口(いわゆる働き手)が**40%減**



出典：国立社会保障・人口問題研究所「日本の将来推計人口(平成29年1月推計)」、総務省「

皆さまにとっての健康経営とは



平均寿命

健康寿命とは、「健



健康寿命 **72.68 歳** ← **8.73年** (平均寿命と健康寿命の差)



健康寿命 **75.38 歳** ← **12.06年** (平均寿命と健康寿命の差)

出典：厚生科学審議会(健康日本21(第二次)推進専門委員会)第16回(令和3年12月20日開催)健康寿命の令和元年値について

健康経営セミナー

これから目指すべき「健康」とは？

アクサ生命保険株式会社
講師名：アクサ生命保険㈱
連絡先：アクサ生命保険㈱
作成日：2024年09月
AXA-A2-2408-0555/C0U

※「健康経営」はNPO法人健康経営研究会の登録商標です。

従業員向けセミナー（健康について考える機会の提供）



従業員向けセミナーの様子 （2020年からWebでも開催）

- ・従業員アンケートの結果は？自分の健康へのヒントは？
- ・今後少子高齢化の中で訪れる社会の変化を生き抜き、生き生きと生きるため何が必要か？
- ・なぜ「健康」でなくてはならないのか？

**従業員の行動変容を促します。
そして健康経営の参画意識を醸成します。**

会社は従業員の「幸福な将来のために」健康経営を実施しているのだというメッセージ

セミナー参加者の声（サポート企業より）

からだの健康
の大切さ

Q3. セミナーを聞いて、健康に関する気づきや、今後ご自身の健康に関して取り組みたいことはありますか？

ベジタイルファースト、
歩数計で7000~9000歩数を目指す。
人生の3大費用を明確にする、貯蓄。

将来の夢やイベ
ントの実現

Q3. セミナーを聞いて、健康に関する気づきや、今後ご自身の健康に関して取り組みたいことはありますか？

健康で長生きしたい理由が見つけられたので、
目標を探るところから取り組みたいです。

目標や生きがいは社
会的健康を促します

人生100年時代
今の生活習慣が
健康寿命の延伸
となる

Q3. セミナーを聞いて、健康に関する気づきや、今後ご自身の健康に関して取り組みたいことはありますか？

自分の健康は今後ついてまわるので、
30分以上の運動ウォーキング等をおこなってこうと思います。

Q3. セミナーを聞いて、健康に関する気づきや、今後ご自身の健康に関して取り組みたいことはありますか？

・ベジタイルファースト。
・妻がたっぴをたよで、いはい歩いちゃうと思う。

家庭満足度アップ！

定期的な健康情報の提供

食事・運動・睡眠など、健康に関する情報をお届けします。

食事

運動

心の健康

女性の健康

適正飲酒

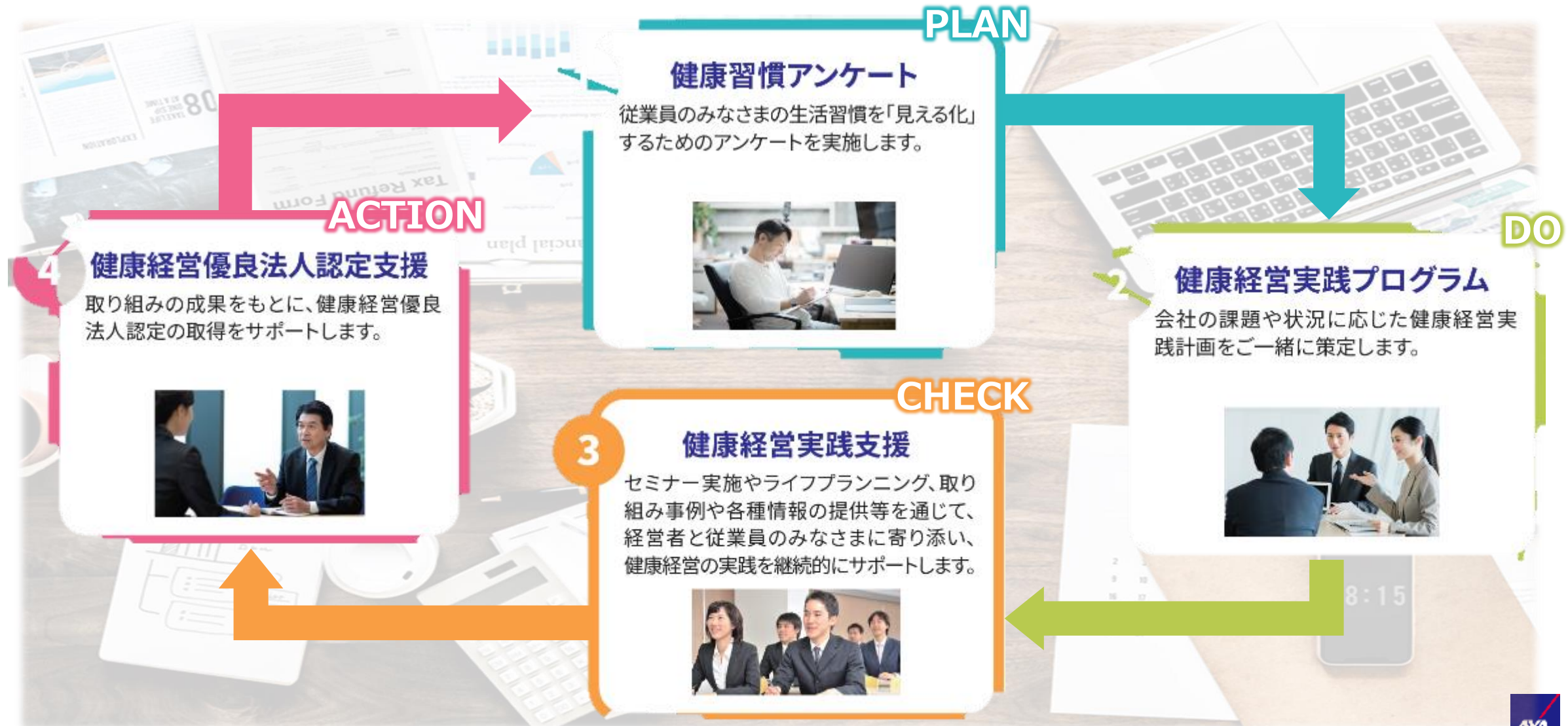
受動喫煙防止

睡眠

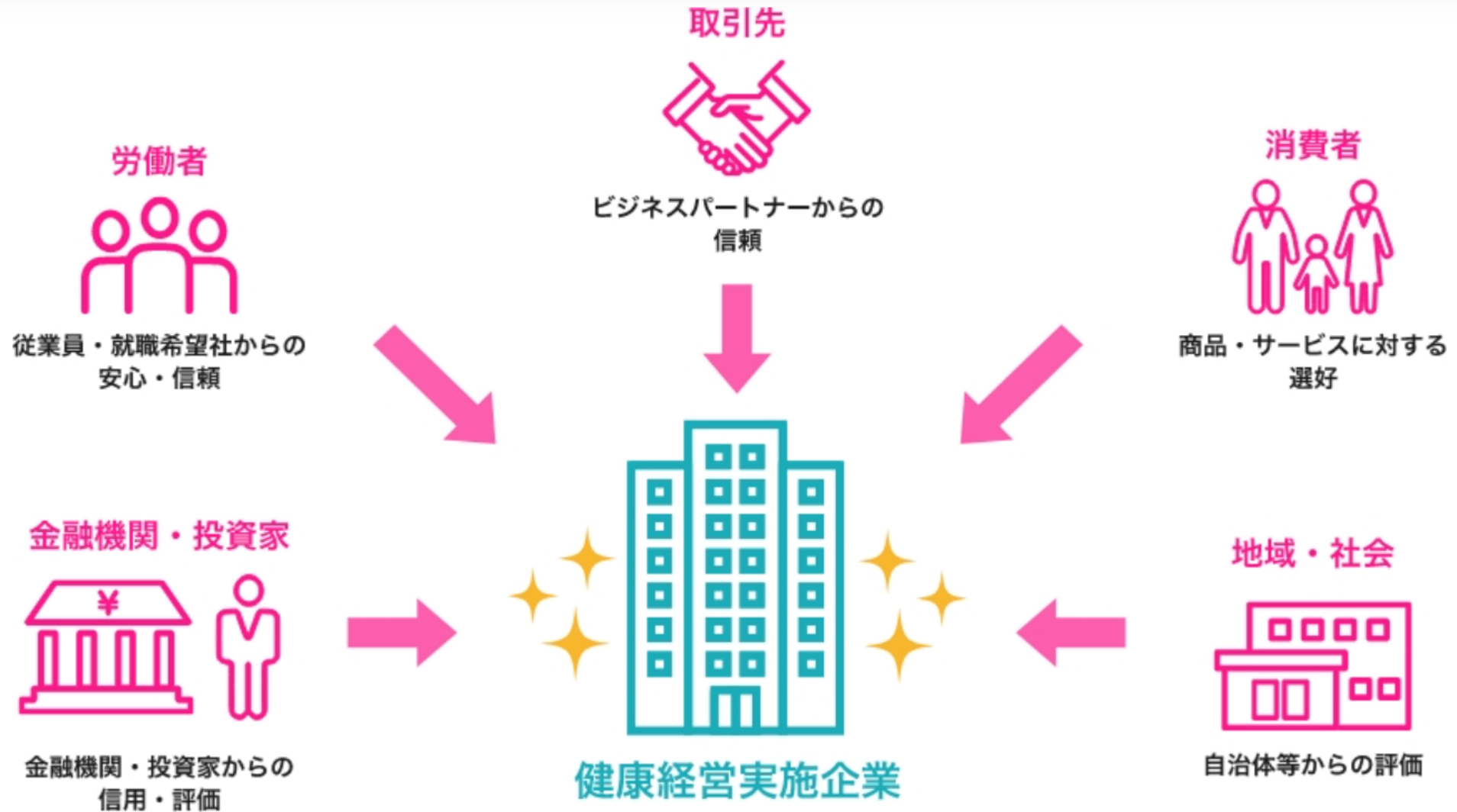
健康診断



アクサ式健康経営支援プログラム（まとめ）



健康経営を実践してイメージアップ°



Thank you