

【健康宣言】

わたくしたちインテックは、豊かなデジタル社会の一翼を担うことを使命としています。その使命を果たすのは社員であり、社員一人ひとりが、現在はもちろん未来にわたり、心身ともに健康で充実した社会生活を営めることが重要だと考えます。生活習慣病対策、メンタルヘルス対策、長時間労働対策などさまざまな施策を実施し、社員の健康保持・増進に努めることを宣言します。

代表取締役社長
疋田 秀三

健康経営優良法人 2024（ホワイト500）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 2024 大規模法人部門（ホワイト500）」に認定されました。



健康経営優良法人認定制度は、健康課題に即したと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施している法人を顕彰する制度です。

健康経営優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1つとして「健康経営」を掲げ、「からだ」、「こころ」、「健康増進」に資する健康投資を行い、健康第一の風土醸成と「働きがい」、「労働生産性」の向上という経営課題の解決を図る取り組みを行っております。

今回の認定は、このような取り組みが評価されたものと考えております。

ー主な取り組み項目ー

【2023年度】

◆フィジカル（からだ）への対策

○健康相談窓口

○特定保健指導、任意健診（がん検診）など

産業医や健康保険組合と相談の上、従業員の健康課題改善に取り組んでいます。

○健康診断 受診勧奨

検診結果に基づき、課題を抽出し改善策を検討、実施しています。

○禁煙対策

◆メンタル（こころ）への対策

○ストレスチェック

「ストレスチェック」はセルフケアの一助で、
安衛法で定められているところの健康診断となります。

○健康相談窓口

○外部相談窓口

○メンタルヘルスケア（ラインケア）研修

○メンタルヘルスケア（セルフケア）研修

○セルフケア研修（中堅向け）

○過重労働者への対応

◆健康増進

○オンライン健康セミナーの開催（弊社主催）

<実績>

2023年06月 「だからBMIが高いのか!数字で読み解く体重管理のポイント」セミナー

2023年08月 「今年こそは脱メタボ!!今日からはじめるゆるゆるダイエット」セミナー

2023年09月 「睡眠×メタボ 眠らない人がどんどん太る理由」セミナー

2023年11月 健康診断結果の見方セミナー

2024年01月 「そういうことだったのか!意外に知らない高血圧対策」セミナー

2024年02月 女性のための乳がんセミナー 女性限定

○イベントの開催

・カロママ プラス

従業員が毎日の食事や運動、睡眠などのライフログを管理できる「AI健康アプリ」を導入し、従業員が生活習慣を振り返る機会を増やし、健康増進のための意識改革、行動変容につなげることを期待し、アプリを活用したイベントも実施しています。

<活動実績>

2023年06月 アバター総選挙

2023年09月 セミナー動画を見て健康チャレンジ!+健康スコア対決

2023年11月 健康スコア対決の授賞式、カロママアンバサダーの任命式

2023年12月 アンバサダーメンバーの社内周知

・健康組合ウォーキングイベント

○その他

・スポーツ大会の開催

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ております。弊社では、全社を挙げた行事を年1回開催しており、2023年度は、ソフトボール大会を開催しました。全国各地の事業所から従業員が集まり、本選では当社から140名が参加し、大いに盛り上がりました。

【2022年度】

◆フィジカル（からだ）への対策

○健康相談窓口

○特定保健指導、任意健診（がん検診）など

産業医や健康保険組合と相談の上、従業員の健康課題改善に取り組んでいます。

○健康診断 受診勧奨

検診結果に基づき、課題を抽出し改善策を検討、実施しています。

○禁煙対策

◆メンタル（こころ）への対策

○ストレスチェック

「ストレスチェック」はセルフケアの一助で、安衛法で定められているこころの健康診断となります。

○健康相談窓口

○外部相談窓口

○メンタルヘルスケア（ラインケア）研修

○メンタルヘルスケア（セルフケア）研修

○過重労働者への対応

◆健康増進

○オンライン健康セミナーの開催（弊社主催）

<実績>

2022年04月 トランポリン日本代表選手のトランポリンストレッチ動画公開

2022年06月 食生活セミナー

～健康づくり&メタボ予防に役立つ！食事のカロリーコントロール術～

2022年08月 健康診断結果の見方セミナー

2022年11月 健康診断結果の見方セミナー

2023年02月 今の私が気を付けたいこと～女性のライフステージ別健康管理と対策～
(女性限定)

○イベントの開催

・カロママ プラス

従業員が毎日の食事や運動、睡眠などのライフログを管理できる「AI健康アプリ」を導入し、従業員が生活習慣を振り返る機会を増やし、健康増進のための意識改革、行動変容につなげることを期待し、アプリを活用したイベントも実施しています。

<活動実績>

- 2022年08月 チーム対抗健康スコア対決
- 2023年02月 兎にもかくも運動強化 Challenge
- ・健康組合ウォーキングイベント

【2021年度】

◆フィジカル（からだ）への対策

- 健康相談窓口
- 特定保健指導、任意健診（がん検診）など
産業医や健康保険組合と相談の上、従業員の健康課題改善に取り組んでいます。
- 健康診断 受診勧奨
検診結果に基づき、課題を抽出し改善策を検討、実施しています。
- 禁煙対策

◆メンタル（こころ）への対策

- ストレスチェック
「ストレスチェック」はセルフケアの一助で、安衛法で定められているこころの健康診断となります。
- 健康相談窓口
- 外部相談窓口
- メンタルヘルスケア（ラインケア）研修
- メンタルヘルスケア（セルフケア）研修
- 過重労働者への対応

◆健康増進

- オンライン健康セミナーの開催（弊社主催）

<実績>

- 2021年07月 睡眠負債の解消セミナー
- 2021年12月 ちょっと気になる女性のカラダとココロのカルチャー（女性限定）
- 2022年02月 健康診断の結果見方セミナー