



「健康職場づくり」 事業者訪問



はじめに

近年、トラック運送事業においては、労働環境の改善および従業員の健康確保が喫緊の課題となっており、安全運行の確保と事業の持続的な発展のためには、健康職場づくりの一層の推進が強く求められています。とりわけ、長時間労働の抑制、生活習慣病対策、メンタルヘルス対策等については、事業者の責務として確実に取り組むべき重要事項です。

本冊子は、積極的に従業員の健康管理に取り組んでいる運送事業者の優良事例を紹介した、当協会機関紙『広報とらっく』の連載企画「健康職場づくり—事業者訪問—」に掲載された10社の取り組みを抜粋して一冊にまとめた第3弾で、トラック運送業界に健康管理の取り組みが広く浸透していくことを目的に紹介するものです。

事業者の皆様におかれましては、本冊子の内容をご参照いただき、適切な対応および主体的かつ継続的な取り組みを進めていただくよう求めます。

本冊子が、従業員の健康確保と安全で働きやすい職場環境の実現につながることを期待しています。

CONTENTS

目次

株式会社山本急行 （岐阜県恵那市）……………2 令和5年7月20日号掲載	株式会社光運送 （山口県光市）……………12 令和6年11月15日号掲載
湖南運輸株式会社 （滋賀県栗東市）……………4 令和5年9月1日号掲載	鮎川産業株式会社 （福岡県北九州市）……………14 令和6年12月10日号掲載
有限会社舞子運送 （兵庫県神戸市）……………6 令和6年2月1日号掲載	有限会社川滝運送 （愛媛県四国中央市）……………16 令和7年6月15日号掲載
株式会社トレンディ茨城 （茨城県水戸市）……………8 令和6年4月5日号掲載	有限会社マルエ運送 （宮城県石巻市）……………18 令和7年11月15日号掲載
有限会社青井運送 （熊本県人吉市）……………10 令和6年6月15日号掲載	株式会社丸二運送 （愛知県名古屋市）……………20 令和7年12月25日号掲載
	「健康経営」について ……………22
	「運輸ヘルスケアナビシステム®」のご案内 ……………24

〈お断り〉各社の取り組み内容および文末に掲載した「会社概要」は基本的に『広報とらっく』掲載時のものです。

生活習慣改善は 「ドライバーの健康づくり」の第一歩

岐阜県恵那市

株式会社 山本急行

山本 英史 社長



◆高齢化に伴い健康対策に踏み出す

（株）山本急行は、主に大型冷蔵冷凍車で生鮮食品や冷凍食品を東海地方の各地に輸送している運送会社である。

同社が従業員の健康づくりに取り組み始めた大きな要因は、ドライバーの高齢化にある。同社のドライバーの平均年齢は現在50歳弱である。同社のドライバーは荷役作業で身体を動かすことも多く、1日の歩数は1万歩程度と、運動量は決して少なくない。一方で、健康診断の結果を確認すると、高齢化が進むにつれて思わしくない結果の人が増えてきていた。

山本社長はこうした状況を踏まえ、従業員の健康づくりに取り組むことを決意。平成30年度に岐阜県がスタートさせた「清流の国ぎふ健康経営推進事業」に参加し、従業員の健康づくりに取り組み始めた。その後、令和3年には「健康経営優良法人」認定を取得した。

「ドライバーの中には自身の健康に対する意識が高くない人もおり、健診結果を放置してしまうことで、後々重大な状況に陥ってしまう可能性があります。経営者として従業員に対し健康への意識づけを行い、状況を改善することができなければ、将来的には事業継続が危ぶまれる事態にもなりかねません。担い手不足が一層加速化する中で、『当社で働いているドライバーに、いつまでも元気に働いてもらいたい』との強い思いで、健康対策に取り組むことを決意しました」（山本社長）

◆健診後のフォロー徹底でドライバーを守る

同社ではドライバーに対して、年間2度健診を



点呼などの際に健診の重要性などを説明し受診を促している

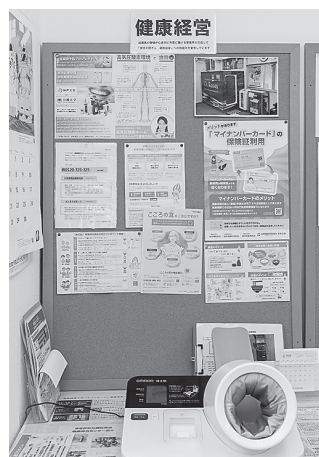
受診させている。令和4年からは血液検査について検査項目を増やし、病気の早期発見に繋げようとしている。基準値と照らし合わせることで、栄養状態をはじめ、肝臓病、腎臓病、糖尿病、高血圧、心臓病、高尿酸血症などの早期発見に繋げることができる。

同社では血液検査に関する検査項目を増やした結果、これまで健診結果に問題がなかった従業員の中にも要経過観察や要精密検査と判定された人もいたという。

一方で、健診において異常所見があったり、再検査や要精密検査と判定されても、それらを放置してしまっただけでは意味がなくなってしまう。同社では4年から、健診結果の事後措置の徹底

を図るため、全日本トラック協会が構築した「運輸ヘルスケアナビシステム®」を活用し、健康管理の充実を図っている。

同システムでは、各ドライバーの健診データをNPO法人ヘルスケアネットワーク（OCHIS）に送付すると、ドライバーの健診結果が、エクセルをフォーマットとした統一データの形でまとめられる。データ分析により、健康起因事故の大きな要因である肥満や高血圧、脂質異常、高血糖といった病気を抱えるハイリスク者をピックアップす



点検場には健康経営に関するポスターなども貼り出している

ることができる。また、再検査や要精密検査とされたドライバーへの受診勧奨と再受診結果の把握も簡単にできるため、健診結果の事後フォローを効果的に進めることができる。

「同システムを活用して毎年の健診データを蓄積していくことで、ドライバーの健康状態の変化を経年で追うことができるため、健康づくりに向けた適切な指導が可能となります。また、再検査や精密検査などの受診状況を確認できるため、健診後のフォローの徹底にも繋がりました。『健康起因事故防止を目指す』というトラック運送事業者に特化したシステムは他になく、当社でも同システムを有効に活用しています」(同)

さらに、同社では脳疾患リスクの早期発見に繋がる脳ドックについて、受診料として1万円を補助し、受診を促進している。今年は5人のドライバーが脳ドックを受診しており、今後も未受診者に対して順次脳ドックの受診を促していく予定である。

◆安全会議や点呼で健康の重要性を説明

健康づくりを継続的に進めていくためには、「従業員の健康に対する意識づけ」も重要である。

同社では、毎月1回実施している安全会議の中で、健康管理の重要性について管理者からドライバーに話しているほか、年に1、2度ほど生命保険会社の担当者を招き、健康管理の重要性について説明受けている。

なお、同社では生命保険会社と契約し、健康経営のスタートから実践までのサポートを受けることができるサービスに加入。ドライバーは、生命保険会社が提供する「24時間健康相談」や「メンタルサポート」などの電話相談を利用できる。

また、毎日の点呼の際には、再検査や精密検査の必要があるドライバーに対して、それらの検査の重要性について説明し、受診を促している。

さらに、同社の点呼場には血圧計を設置し、点呼ごとに血圧を測定しているほか、点呼場の目立つ場所に健康経営に関するポスターやリーフレットを貼り出すなど、ドライバーに常日頃から健康を意識させるようにしている。



エアロバイクや腹筋用ローラーなどのトレーニングマシンを揃えている

◆生活習慣改善に向け新しい工夫も取り入れ

さらに会社敷地内に、運動や疲労回復を図ることができる施設を整備した。エアロバイクやダンベル、腹筋用ローラー、ストレッチ器具などのトレーニングマシンを揃え、多くのドライバーがそこで汗を流している。また「酸素ボックス」を設置し、酸素を効率良く体内に取り入れることで、疲労回復を図れるようにしている。

なお、地元の恵那市体育連盟では、市内企業の従業員の健康増進を支援するために「まきがねde社員も会社も健康増進！事業」を展開しており、同社も参加。参加企業の従業員は、市内にあるまきがね公園の体育館健康体力センター内のトレーニングジムを無料で利用することができ、会社が休みの時に利用しているドライバーも多い。

「健康づくりを通じての日々の『生活習慣の改善』が健康への第一歩であり、当社の従業員が職場で長く元気に活躍できるための唯一の手段ではないかと考えています。当社では今後も、健康づくりの重要性を従業員に対して積極的に発信していきたいと考えています」(同)

株式会社 山本急行

[山本 英史 社長]

本社 岐阜県恵那市長島町永田 307-139
 設立 平成2年4月10日
 資本金 1,500万円
 従業員数 30人(うちドライバー27人)
 車両数 19台

ドライバー不足のなか、 従業員はかけがえのない財産

滋賀県栗東市

湖南運輸 株式会社

清水 温子
執行役員管理部長



◇「幸せに働くことのできる」会社を目指す

湖南運輸(株)は、運輸・倉庫保管・流通加工を一般的に請け負う運送会社である。運輸部では、近距離ならびに首都圏までの長距離便などを運行し、書籍類や自動車部品の輸送が多い。

同社のドライバーの平均年齢は現在48歳で、生活習慣病が心配される中高年ドライバーも少なくない。一方で、業界全体として近年健康起因事故が増えていることから、同社でも従業員の健康対策が喫緊の課題となっていた。中西栄社長は、「当社を通じて、当社の従業員はもちろんのこと、従業員の家族、荷主様や協力会社様とのご家族、そして地域の方々など、当社に関わる全ての方が幸せになってほしい」との願いをもって、「そのためには、従業員一人ひとりの健康がまず第一の資本であり、最も重要なものである」と考えていた。そうしたことを背景に、同社では従業員の健康づくりに取り組み始めた。

令和元年には、全国健康保険協会（協会けんぽ）滋賀支部「健康アクション宣言事業所」に登録。また2年以降「健康経営優良法人」認定を取得し続けているほか、3年には健康経営優良法人（中小規模法人部門）の中でも特に優秀な法人に対して贈られる「ブライト500」の認定も受けている。

◇時間外労働削減に向けた取り組みを推進

トラックドライバーによる健康起因事故を防ぐためには、実効性のある過労死防止対策を進めていく必要がある。同社では、ドライバーの時間外労働削減に向けた取り組みを推進し、過労死防止に繋げている。

まず、デジタルタコグラフを全車に搭載し、管



保健師や栄養士、作業療法士などの専門家を招き、健康づくりを学ぶ

理者が毎日ドライバーの労働時間を確認するなど、時間外労働に対する管理を強化。その上で、一部のドライバーに残業時間が集中しないよう、運行管理者が配車スケジュールを調整するなどの対応を進めた。一部の荷主先では荷待ち時間や積卸時間が長くなる



傾向が見られたことから、デジタルのデータを活用してドライバーの勤務状況

運輸ヘルスケアナビシステム®を活用し受診勧奨に役立っている
上で、改善に向けて荷主との交渉を実施。その結果、3年ほど前までは多くのドライバーの1月当たりの時間外労働時間が80時間超となっていたが、現在では80時間超のドライバーはごく一部になっているという。

「健康起因事故を防ぐためには、普段からのドライバーの健康管理はもちろんのこと、脳・心臓疾患に繋がりがやすい過重労働に歯止めをかけていく必要があります。『2024年問題』への理解が広がりつつある中で、時間外労働削減の必要性についてご理解いただける荷主も増えつつありますが、ドライバーの過重労働対策はまだ道半ばだと感じています」（清水温子執行役員管理部長）

◆「受診も仕事のひとつ」と受診勧奨

同社では、健康診断後のフォロー策として、NPO法人ヘルスケアネットワーク「運輸ヘルスケアナビシステム®」を活用し、健診結果のデータ管理と有所見者の抽出を行っている。同システムでは有所見者の健康状態が一目で分かるため、有所見者に対する再検査受診の勧奨を効果的に行うことができるようになる。同社では、日々の点呼や面談などの際に該当ドライバーに対し、再検査受診を促すほか、有所見者を対象とした保健指導を実施し、有所見者が運行から帰ってきたタイミングで保健師からの指導を受けてもらうようにしている。

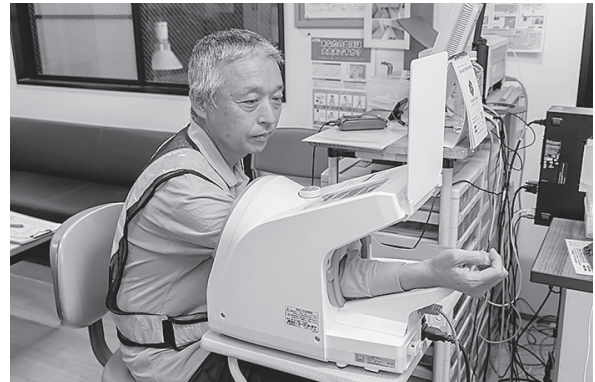
「忙しいドライバーの中には、再検査や精密検査の受診を後回しにしてしまう人も少なくありません。当社では再検査や精密検査を確実に受けてもらうために、事前に配車スケジュールの調整を行うなど、受診しやすくするための環境整備を進めています。健康状態が悪化してしまったら、乗務を続けることができなくなります。有所見者には、『受診することも仕事のひとつ』と、受診の必要性を強く訴えていきたいと思えます」（高野 菜美課長）

◆従業員の健康づくりは運送会社の責務

様々な健康づくりへの取り組みが功を奏し、同社では健康に関するドライバーの意識が大きく向上したという。

同社では4年ほど前から、毎日の点呼の際の血圧測定を義務化している。義務化した当初は従業員の間に健康への意識が十分に浸透していなかったこともあり、普段からの生活習慣が数値として現われる血圧を測定したがるドライバーも少なくなかったが、健康づくりの重要性が理解されたことで、現在では多くのドライバーが率先して血圧測定に臨んでいる。

「毎日の測定を通じて自身の血圧の変化が数値として見えることで、『血圧が少し上がってきたから、数値を下げるために定期的な運動やバランスの良い食事を心がけよう』と、ドライバーの意識も変わってきています」（清水執行役員管理部



点呼の際の血圧測定

長）

さらなる健康づくりに向けては、「食生活の改善」と「運動習慣の定着」が課題だという。

食事については、日頃から飲酒を控えたり、野菜や魚を多くとるようにしているドライバーも多く、「会社として、バランスの良い食生活への改善に向けて背中を押してあげられるような取り組みをどう進めていくかが、目下の課題になっています」と高野課長は語る。

一方で、ドライバーに長く仕事を続けてもらうようにするためには、定期的な運動を通じて体力をつけてもらう必要がある。体力の衰えは意欲の低下を引き起こし、場合によっては仕事に対するやる気の減退にも繋がりがかねない。運動する習慣を取り入れることで、体力の衰えを感じることが少なくなり、それがメンタル面にいい影響を与えてくれることで、仕事に前向きに取り組めるようになるのである。

「ひとたび健康起因による重大事故を起こしてしまうと、運送会社としての信用が大きく損なわれてしまいます。有所見者に対するフォローアップの徹底などを通じ、健康起因事故根絶に向けて日々努力を重ねていくことは、運送会社の責務だと考えます」（清水執行役員管理部長）

湖南運輸 株式会社

[中西 栄 社長]

本社 滋賀県栗東市上鈎 48
 設立 昭和 47 年 2 月
 資本金 2,400 万円
 従業員数 71 人（うちドライバー 23 人）
 車両数 23 台

「従業員の健康なくして会社の発展なし」 従業員の闘病を機に健康づくりに注力

兵庫県神戸市

有限会社 舞子運送

河原 靖典 社長



月1回のヨガ教室を開催

◇「本気を出して従業員の健康を守る」

(有)舞子運送は、海外に輸出する電子部品や雑貨の輸送、廃棄物の収集・運搬などを行っている運送会社である。

同社が従業員の健康づくりに力を入れるようになったのは、平成29年からである。この年の9月、ある従業員が夕方体調不良を訴え、病院で軽い熱中症と診断を受けた。しかし、深夜になって容体が急変し、生死をさまようこととなった。実は、体調不良の原因は熱中症ではなく、日本に症例が10件ほどしかない難病だった。この従業員は6か月ほど入院して治療を受け、職場に復帰。現在では元気に仕事を続けている。

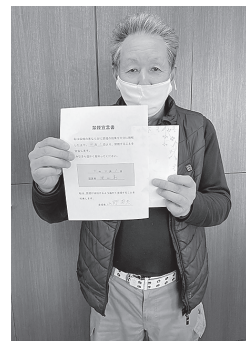
河原社長はこの従業員の闘病を機に、「会社として、本気を出して従業員の健康を守らなければならない」と決意し、従業員の健康づくりへの取り組みがスタートした。

同社は同年12月、全国健康保険協会（協会けんぽ）兵庫支部の「わが社の健康宣言」取組事業所に認定。さらに、令和元年から「健康経営優良法人」の認定を5年連続で取得した上、3年からは特に取り組みが優秀と認められた上位500法人に対して贈られる「ブライツ500」を5年連続で取得し、8年は「ネクストブライツ1000」に認定されている。

◇「有所見者に対するフォロー体制を強化

同社では健康診断を毎年実施し、受診率は100%である。しかし、かつては要受診・要再検査と判定された従業員へのフォローが十分ではなく、受診せずに放置してしまう従業員もいたという。

同社では、従業員へのフォロー体制を強化するため、「健康診断結果観察表」に全従業員分の結果を記録するようにした。同表には、各年度の健診の際に治療が必要となった項目をドライバーごとに記載し、健康状態の変化が一目で分かるようにした。また、喫煙習慣や飲酒習慣の有無、飲酒の頻度や酒量、持病や定期的な服薬の有無なども記録している。同表は点呼の際にも活用しており、毎週月曜日には記載内容を基に、各ドライバーの健康状態などをヒアリングするようにしている。さらに、要受診・要再検査の判定が出ているにもかかわらず受診していない従業員に対しては「病院受診のお願い」を手渡し、決められた期日までに受診するように指導。受診しないドライバーは、乗務させないようにしている。なお、受診した際には同表に記録を残し、受診漏れを防いでいる。



禁煙宣言を行い成功すると「お祝い金」が支給される

◇「禁煙」や「食生活の見直し」を促進

同社では、毎月1回、第2木曜日に実施している「安全衛生会議」に、産業医を講師として招き、健康に関する講義を行う。また、全従業員が参加して年2回開催する「安全講習会」では、安全・安心に関するセミナーを行い、従業員の健康意識向上に繋げている。

「近年、健康に対する従業員の考え方が変化し



ており、特に、喫煙や食事などに対する関心が高まっています。当社では、毎年5月から6月にかけて従業員にアンケートを行い、『安全講習会』では同アンケートの結果を踏まえ、従業員の関心の高い内容のセミナーを開催しています」（河原社長）

同社が健康づくりへの取り組みを始めた当初、従業員の喫煙率は66%と高く、憂慮すべき状況だった。そのため、たばこ販売会社による「禁煙セミナー」を毎年2回実施し、紙巻たばこから人体への影響が少ないとされる電子たばこへの移行を促した。また、社内の掲示板に「禁煙宣言書」を貼り出すという試みも始めている。禁煙宣言を行った従業員が禁煙に成功した際には、「禁煙祝い金」を支給するほか、非喫煙期間はもともと非喫煙者も含めて、毎月「非喫煙手当」を支給している。さらに、たばこをやめられない従業員向けに、禁煙外来の受診費用を同社が全額負担するようにした。こうした取り組みにより、現在の喫煙率は44%までに低下している。

◆健康づくりに資する施策を積極的に導入

同社では、喫煙や食事以外にも様々な取り組みを通じて、従業員の身体と心のメンテナンスに努めている。

①ヨガ教室の開催

月に1度講師を招いて実施。身体と心の調子を整えるとともに、運動不足解消にも効果が期待できる。

②カイロプラクティック施術の実施

脊椎やその他の身体部位を調整（矯正）することで、体のゆがみの矯正、腰痛などの軽減、身体の自然治癒能力を高める。毎月10回ほど施術士を招き、希望者に施術を行っている。

③高濃度酸素発生器の導入

高濃度酸素を1日1回20分吸引することで、疲労の早期回復や体温上昇・免疫力向上などの効果が期待できる。

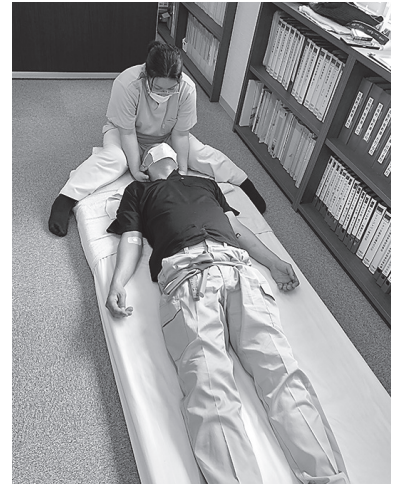
④「サプリメントスタンド」の設置

事務所内のカウンターに、様々な症状にあったサプリメントを用意。

⑤スマートウォッチ「Nobi for Driver」の導入

昨年4月から、運送事業を担当する運輸事業

カイロプラクティックの施術を社内で行う



部のドライバー15人にスマートウォッチを支給し、仕事に装着させている。スマートフォンの専用アプリケーションを通じて、心拍数や血圧などのド

ライバーの生体データを収集・分析。ヒヤリハット事象に直面するなど「脈拍が高い」時や、眠気を感じるなど「脈拍が低い」時などの際には、振動や音声などでドライバーにアラートを発する。

⑥スマートフォンを使用するウォークラリーへの参加

ヘルスケアサービス会社が主催する「スマホde東海道五十三次ウォークラリー」に同社従業員20人が参加。スマホに記録された歩数の合計を競う。ウォーキングを通じて、定期的な運動を促している。

⑦セミナー後に開催する社内イベント

「従業員同士の繋がりを大切にしたい」との河原社長の思いから、安全講習会の後に懇親会などを開催。社内イベントへの参加を通じて、心と身体のリフレッシュを図る。

「運送会社が事業を継続していくためには、従業員に長い間働いてもらえる会社にしていくことが重要です。現在当社で働いている若い従業員が定年まで元気に働けるよう、従業員の健康づくりを今後も続けていきたいと考えています」（同）

有限会社 舞子運送

[河原 靖典 社長]

本社 兵庫県神戸市垂水区西舞子4-6-10
 設立 昭和32年
 資本金 500万円
 従業員数 60人（うちドライバー50人）
 車両数 57台

「心身ともに健康で働き続けられる会社に」 健康経営と休み方改革の両輪で対策推進

茨城県水戸市

株式会社 トレンディ茨城

平野 正則 社長



30年前から実施しているラジオ体操

◆輸送維持を図るため健康づくりに着手

(株)トレンディ茨城は、乳製品や清涼飲料水のカーゴ配送のほか、学校給食や寝具・リネンなどを茨城県内を中心に輸送する運送会社である。

同社が従業員の健康づくりに取り組み始めたきっかけは、平成27年冬に発生したインフルエンザの社内での流行だった。この年、同社ではドライバーなど6人の従業員が連続してインフルエンザに感染した。当時同社では、定められた配送ルート特定のドライバーが毎日輸送しており、担当のドライバーが休んでしまうとそのルートの輸送が止まってしまう状態であった。複数人のドライバーが立て続けに罹患したことで、同社の輸送業務が滞ってしまった。これをきっかけに、持続可能な物流や事業継続は、従業員の健康が基本にあることを認識したという。

◆社内体制を整備して健康経営を加速

同社では28年2月、全国健康保険協会（協会けんぽ）茨城支部「健康づくり推進事業所」として認定を受けた。これを機に、従業員の健康づくりに向けた様々な取り組みを推進してきた。

まず、従業員の健康づくりを推進するための健康経営組織体制の整備に取り組んだ。平野社長を「健康経営責任者」、産業カウンセラーの資格を取得している谷萩寛子常務取締役を「健康経営推進者」と定め、健康経営を推進。また、社内では総務部が中心となり、他部署や協会けんぽと連携し、従業員の健康づくりに取り組んだ。そして、全従業員に対し、社内メールシステムで、同事業所として宣言したことを告知し、健康づくりに取り組む同社の強い姿勢を周知した。

また、喫煙対策も強化した。同事業所への認定以前は、喫煙者の方が非喫煙者よりも多かったという。同社では同事業所への認定を機に、まず社屋内を禁煙にするとともに、屋外に喫煙場所を設けて分煙化を進めた。その後、同社敷地内の禁煙、車両内の禁煙へと禁煙エリアを拡大。禁煙への取り組みが評価され、同社は「茨城県禁煙認証施設」として登録されるまでになった※。現在では対策強化前に比べて、喫煙者数が8割程から2割に減っているという。

同社では、健康診断受診率100%は毎年のごと、追加オプションとして、ドライバー向け脳ドッグ、SAS検査、女性社員は乳がん検診、さらに全社員に眼底眼圧検査を2年ごとに取り入れ、早期発見、早期治療に繋げている。

※健康増進法改正により、全ての屋内施設での原則禁煙が令和2年4月1日から義務化されたことを受け、同認証制度は2年3月31日で廃止されている。

◆協会けんぽの協力を受けセミナーを開催

エントランスの一角には「健康サポートコーナー」を設置。血圧計や体重計、ダンベル体操用のダンベルを配置するほか、健康情報を発信する掲示物や冊子も備え、健康意識向上に繋げている。乳酸飲料を1日1人1本づつ飲んでもらう



さらに、同社では協会けんぽ茨城支部のサポートを得て、次のような健康セミナーを開催し、従

業員の健康意識向上に役立っている。①「からだすっきりストレッチ」、②「お口の健口教室」、③「お薬と健康教室」、④「脳と体のリフレッシュエクササイズ」、⑤「乳がん検診研修」。

こうした健康づくりへの取り組みが高く評価され、同社は平成29年に、茨城県内で初めて「健康経営優良法人（中小規模法人部門）」に認定。令和4年からは、同法人の中でも最も優れた「ブライツ500」に認定されており、令和8年3月11日に発表された「健康経営優良法人2026」においても、5年連続で認定された。

◆疲労回復に効果的な年次有給休暇の取得

これらの従業員の健康づくりに向けた取り組みと並行して、従業員の働き方・休み方改革への取り組みも進めている。年次有給休暇の取得は、従業員の心身の疲労の回復や生産性の向上など、会社にとっても大きなメリットがある。また、年次有給休暇の取得率を上げて、求人票で積極的にアピールすることで、採用面での効果なども期待できることから、同社では年次有給休暇取得率向上に向けた取り組みをスタートさせた。

まず、休暇を取得しやすい職場環境を整備するため、業務の標準化に取り組んだ。同社の場合、かつては特定のコースを担当するドライバーが体調不良などで休んでしまった場合に対応できる人員が限られていたため、動画で各コースのマニュアルを作成し、ドライバーが休んだ場合でも、他のドライバーが対応できるようにした。業務の標準化により、ドライバーを多能工化したことで、年次有給休暇を取得しやすい職場環境を整えることができた。

さらに、4年4月から、通常の年次有給休暇とは別に、誕生月に取得できる特別有給休暇（1日）を創設。また、週末や祭日の前後に年次有給休暇を取得できるようにし、従業員が連休を取得し、リフレッシュできる体制を整えた。

こうした取り組みが功を奏し、年次有給休暇の取得率は、平成29年の16.4%から令和元年には80.4%にまで上昇。従業員からは「休暇を取得できてうれしい」という声もあがるようになったという。また、従業員の働き方・休み方改革に取り組む前に比べ、離職率も大幅に低下したという。



エントランスの一角に設置した「健康サポートコーナー」

◆HPで「従業員にやさしい会社」アピール

同社における健康づくりへの取り組みと、従業員の健康にも密接な関係がある働き方・休み方改革への取り組みにより、同社では特に管理者の意識がとて高まっているという。管理者が健康づくりに向けた意識を強くもち、従業員に対して健康づくりの重要性を訴えたり、年次有給休暇の取得を促していくことで、従業員が心身ともに健康で長い間働くことのできる職場が実現する。

同社では、同社のホームページに健康経営の取り組みについて紹介するページを設置。同社における様々な取り組みを紹介することで、「従業員にやさしい運送会社」であることをアピールし、人材獲得に繋げようとしている。

「運送会社で働くドライバーは、エッセンシャルワーカーとして、我が国の経済活動を支えています。ドライバーが健康でなければ、運送業務に支障が出るばかりか、我が国の経済活動にも大きな影響を及ぼしかねません。だからこそ、日々の輸送を維持していくためにはドライバーの健康づくりが何よりも重要だと考えます。今後も、従業員に対して健康づくりの重要性を訴えながら、健康経営への取り組みを続けていきたいと考えています」（平野社長）

株式会社 トレンディ茨城 [平野 正則 社長]

本社 茨城県水戸市谷津町 1-30
 設立 昭和53年12月
 資本金 2,000万円
 従業員数 42人（うちドライバー24人）
 車両数 27台

大切な従業員とその家族を守るために 「健康対策の実効性」を一層高めていく

熊本県人吉市

有限会社 青井運送

田上 明仁 社長



◆従業員の病死をきっかけに健康対策を加速

(有)青井運送は、九州管内を中心に、自動車部品や機材鋼材、木材チップ、飼料・肥料・牧草、食品など様々な分野の輸送を手がける運送会社である。

同社が健康経営に取り組むようになったきっかけは、平成28年に田上社長と同年齢だった従業員を食道がんで亡くしたことである。同社ではこれをきっかけに従業員の健康対策に乗り出し、30年、事業主が「我が社は健康経営にこう取り組む」と社内外へ宣言する全国健康保険協会（協会けんぽ）熊本支部「ヘルスター健康宣言」を提出し、具体的な取り組みをスタートした。

しかし、同社における健康対策が緒に就いたばかりだった令和2年に、前年に同社に入社したばかりの従業員が急性白血病であることが判明した。同従業員は退職自衛官で体力には自信があったが、治療の甲斐もなく、1年も経たないうちに亡くなってしまった。

田上社長は、相次いだ従業員の死に直面し、「健康への取り組みをより一層強化しなければならない」と決意。さらなる取り組み強化に乗り出した。同年11月には、経済産業省の「健康経営優良法人」認定制度への申請を行い、3年に優良法人認定を取得。4年からは、優良な健康経営を実践している中小規模法人に対して贈られる「ブライツ500」認定を毎年受けている。

『ヘルスター健康宣言』や『健康経営優良法人』の申請をきっかけに、できることから健康づくりに取り組んできました。しかし、漫然とした取り組みでは意味がないと思います。健康づくりを通



安全衛生会議では「お金・体・心」の健康を保つ大切さを伝えている

じて大切な従業員やそのご家族を守っていくために、そして自社の経営を維持していくためには、こうした制度を最大限に活用し、健康対策の実効性を高めるための具体的な施策が欠かせないと認識しています」（田上社長）

◆歩数計アプリを活用して運動を習慣化

同社では毎月月末に、ドライバー全員参加による「安全衛生会議」を実施している。安全衛生会議では、事故防止に限らず、「お金・体・心」を健全な状態に保つことの大切さをドライバーに伝えている。

「お金」では、日々の暮らしや老後の生活を維持していくために欠かせない金銭的な知識について指導を行う。田上社長は地元の年金事務所の「社会保険委員」を務めていることもあり、年金の仕



スマートウォッチを提供し毎日歩いてもらう「歩け歩け大作戦」を実施



組みについてドライバーに教えるなど、将来に対する不安軽減を図る。

「体」については、日々の運動や食生活のあり方、適切なアルコール摂取、睡眠の重要性などについて指導を行う。特に、睡眠に関しては1日7時間とるように指導する。

「心」に関しては、心と体のバランスが大事であるという観点から、生活リズムの改善を通じて日々心穏やかに過ごすことの大切さを教える。

「不安感を抱えたままでは、運転に集中して乗務を行うことができなくなり、事故にも繋がります。『お金・体・心』の健康を保つことの重要性をドライバーに訴え続けてきたことで、現在ではほとんどのドライバーが運転に集中し、事故を未然に防げるようになりました」（田上社長）

そして、同社では3年から、運動を習慣づけるための新たな取り組みとして「歩け歩け大作戦」を展開している。これは、同社が団体登録している、熊本県「くまもとスマートライフプロジェクト」が提供している歩数計アプリケーションを活用し、従業員に毎日歩く習慣を付けてもらうもの。従業員から参加者を募り、スマートウォッチを提供。参加者はアプリをダウンロードし、毎日の歩数を記録。記録された歩数はインターネットを通じて参加者全員で共有することができる。同社では、歩数の多かった参加者に対して表彰を実施し、モチベーション向上に繋げている。なお、現在同社では30人ほどが参加し、日々歩数を競い合っているという。

「業務上、運動することが少ない従業員にもっと歩いてもらいたいとの社長の思いから、『歩け歩け大作戦』を始めました。参加者同士で歩数を競い合いながら、楽しく運動ができるようになりました」（川口尚美総務部主任）

◆二次検査・特定保健指導への取り組み強化

同社では、健康づくりに対する実効性を一層高めていくために、「要二次検査」と診断された従業員に対しては何度も受診を促し、徹底して受診させるようにした。

健診終了後の所見について、受診項目ごとに分



始業前に定期的にラジオ体操を行っている

類化した上で、要二次検査者のリストを作成。受診の必要がある従業員に対しては、かかりつけ医で受診してもらった上で、受診結果を提出させて受診を確認する。また、受診結果については同社の産業医にも相談した上で、治療や勤務形態について、該当する従業員に対してアドバイスを行うようにしている。

また、生活習慣病の発症リスクが高く、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が期待できる特定保健指導対象者に対しては、就業時間内に指導が受けられるように保健師に日程・時間調整をしてもらった上で、保健指導を実施している。

◆全員を巻き込み会社全体で取り組む

様々な取り組みを通じて、同社では従業員の健康づくりへの意識が飛躍的に高まっている。安全衛生会議における指導や健診後のフォローアップ徹底などを通じ、二次検査や特定保健指導の重要性が認識されたことで、受診率は大きく上がっている。また、定期受診と早期対応が徹底されたことで重い病気に罹患する従業員もいなくなったという。

今後に向けては、予防に焦点をあて、健康づくりの実効性をより高めていくことがカギになるとしている。

有限会社 青井運送

[田上 明仁 社長]

本社 熊本県人吉市蟹作町 300

設立 昭和 34 年 8 月

資本金 300 万円

従業員数 67 人 (うちドライバー 53 人)

車両数 69 台

チャレンジイベントに参加して健康増進へ 様々な施策を通じて健康への意識を高める

山口県光市

株式会社 光運送

内藤 祐也
常務取締役



(株)光運送は、本社と武田構内営業所の2拠点体制で事業を展開している運送会社である。武田構内営業所では、医薬品や農薬品を中心とした輸送や、大手製薬メーカーの工場内運搬、出荷、品質管理などを手がけている。

◆従業員参加型のチャレンジイベントを実施

同営業所では健康経営への取り組みを開始して以降、従業員参加型の様々な取り組みを進めてきた。

①健康増進のための「歩数チャレンジ」「なわとびチャレンジ」の実施

同営業所では、山口県が提供する、歩数計機能が付き、歩いた距離に応じ様々な特典が得られる「やまぐち健幸アプリ」を活用し、県が実施している「やまぐち健幸チャレンジ」や、光市が実施している「みんな to ウォーキング事業 チーム対抗ウォーキングラリー」など、同アプリの利用者を対象とした大会に参加している。同大会では、参加企業の歩数の平均を競い、上位入賞企業には商品がプレゼントされる。

こうした大会に率先して参加する健康意識が高い従業員がいる一方で、積極的に参加しようとしていない従業員もみられたという。そこで同営業所では、従業員全員にチャレンジしてもらうためのしくみづくりを行っている。最近では、部署対抗で1か月間の歩数を競い合い、各部署からくじ引きで5人を選び、選ばれた従業員の歩数の合計で勝敗を決めるようにした。率先して歩いている人だけではなく、部署のメンバー全員で頑張らなければ上位入賞が期待できなくなってしまうこともあり、ルールを変更してからはウォーキングに取り組む人が増えたという。



「やまぐち健幸アプリ」を活用したウォーキング大会に参加

一方、なわとびを活用し、筋肉や体幹を鍛える「なわとびチャレンジ」も独自に行った。ビギナー、ミドル、アスリートの各コースを設定し、参加した従業員は各自選んだコースに従って、チャレンジ期間中に毎日4分間なわとびを飛び続ける。目標を達成できた従業員に対しては、コースの難易度に応じて商品がプレゼントされるなどのインセンティブが与えられる。

②不摂生予防・食生活見直しのための「〇〇我慢チャレンジ」「まごわやさしいチャレンジ」の実施

「〇〇我慢チャレンジ」では、参加者に1か月間、スナック菓子やカップ麺、ファストフード、糖分が多いジュースなどの摂取を我慢してもらい、達成できた従業員には米などの商品をプレゼントした。

また、従業員にバランスの取れた食事を摂ってもらいたいとの思いから、「まごわやさしいチャ



健診の結果、要再検査等と診断された従業員に対しては受診を促す



レンジ」も行った。「まごわやさしい」とは健康食の秘訣で、ま（豆類）、ご（ごま）、わ（わかめ。ひじきや昆布などの海藻類も含む）、や（野菜）、さ（魚）、し（しいたけ。きくらげやしめじ、なめこなどのキノコ類も含む）、い（いも）を指す。同チャレンジでは、これらのうち1日当たり3種類を選んでもらい、食事に取り入れてもらうようにした。

『「歩数チャレンジ」など、営業所全員で取り組むようになったチャレンジイベントがある一方で、『なわとびチャレンジ』は開始から1か月ほどしか続かず、また『〇〇我慢チャレンジ』も隠れてお菓子などを食べてしまう従業員が少なくなく、目標を達成できた人は多くありませんでした。しかし、1度の失敗で諦めずに、従業員が誰でも簡単に参加できる様々なチャレンジイベントを立案し、実行に移していくことで、従業員の多くが『会社が自分たちの健康づくりを一生懸命考えてくれている』と思ってくれるようになりました』（内藤祐也常務取締役）

③健康意識の向上に資する「オフィスでやさしい」の導入

同営業所では5年秋から、「オフィスでやさしい」を導入した。これは、職場内で手軽に健康的な食事を提供する福利厚生サービスで、営業所に冷蔵庫を設置し、フルーツや無添加惣菜などを提供するもの。同社では、パウチタイプのヨーグルトやヨーグルト飲料、果物ゼリー、果物ジュース、低糖質のパンなどを毎週月曜日に補充しており、補充されるたびに食べる従業員もいるという。なお、これらの食品は会社が一部費用負担しており、従業員は安価にこれらの食品を購入できる。

◆要再検査者には書面を出して受診促す

④健康管理や疾患予防に役立つ「健康診断の受診促進・健診項目充実化」

同営業所では、健康診断の際に眼底検査を重視して行うようにしている。眼底検査は、眼球の奥にある眼底の状態を観察する検査で、緑内障などの目の病気を早期発見できる。また、眼底は直接的に血管を観察できる場所であることから、高血圧症や糖尿病といった血管に影響の出ることのあ



職場内で気軽に健康的な食事を提供する

る内科疾患の早期発見にも繋げることができる。

また、来年度からは胃がんの早期発見に有効な胃カメラ検査も取り入れるほか、希望者には脳血管疾患のリスクを早期発見するための脳ドックも受けさせるという。

同営業所では、健診の結果、要再検査・要精密検査と診断された従業員に対しては再検査や精密検査を促す書面を出しており、病院で再検査などを受診した後は受診報告書を同営業所に提出させることを徹底している。同営業所における再検査・精密検査の受診率はほぼ100%で、従業員に健康の大切さが根付きつつある。

内藤常務は、今後も様々な取り組みを通じて、心と体の健康づくりに取り組んでいきたいとしている。

「健康経営への取り組みを通じて、従業員の意識は徐々に変わっていると感じています。次代を担う若い従業員には、体の健康だけでなく心の健康づくりにもしっかり取り組んでほしいと願っています。一方で、中高年のドライバーの中にはまだ健康への意識がそれほど高くない人もいるため、今後も様々な施策を通じて健康への意識を変えるための努力を重ねていきたいと考えています」（同）

株式会社 光運送

[内藤 芳弘 社長]

本社 山口県光市三井 8-7-11
 (武田構内営業所) 山口県光市光井字武田 2520-1
 設立 平成 17 年 5 月
 資本金 1,000 万円
 従業員数 44 人 (武田構内営業所 34 人)
 ドライバー数 20 人 (同 16 人)
 車両数 26 台 (同 20 台)



協会けんぽ・産業保健機関・自社の産業医と連携 健康診断の実効性を高めて健康増進に挑む

福岡県北九州市

鮎川産業 株式会社

鮎川 太志 社長



◆健康づくり加速し「ブライツ 500」取得

鮎川産業(株)は、鋼材やプラント製品などを九州全域や中国地方に輸送する運送会社である。

鮎川社長は、「従業員の健康保持・増進を進めることが、会社の安全性や従業員の満足度向上に繋がり、ひいては当社の持続的成長にも繋がる」と考え、健康経営に取り組むことを決断。平成30年に全国健康保険協会（協会けんぽ）福岡支部「ふくおか健康づくり団体・事業所宣言」の取り組みをスタートし、協会けんぽなどのアドバイスを受けながら従業員の健康づくりを進めた。その結果、令和元年以降、継続して「健康づくり優良事業所(ゴールド認定)」を取得している。また、2年には「健康経営優良法人2020(中小規模法人部門)」を、さらに3年には中小企業で特に優れた取り組みを行う事業者が認定される「ブライツ500」を取得している。

◆健診結果を経年で確認しフォロー強化

同社における健康増進の取り組みの中で特徴的なものとして「生活習慣病予防健診」と「特定保健指導」が挙げられる。

当社ではかつて、従業員がかかりつけの病院などで健康診断を受けた後、その結果を提出させていた。しかし、健診内容や結果の様式がバラバラで、要再検査・要精密検査と診断される従業員に対するフォローも十分でなかったという。

そこで、同社では平成31(令和元)年から、協会けんぽが実施している「生活習慣病予防健診」と「特定保健指導」を活用することにした。

「生活習慣病予防健診」は、協会けんぽと契約している全国の健診機関で受診することができ



社内に医師を招きインフルエンザ予防接種を行っている

る。同社では、企業外労働衛生機関の専門職である産業医や産業保健師が所属し、企業の労働安全衛生活動に対する支援を行う産業保健機関（西日本産業衛生会）で毎年受診させるようにした。受診結果については5年間保存され、受診結果が経年で確認でき、健診受診後のきめ細やかなフォローができるようになった。

さらに、健診結果のフォローにあたっては、産業保健機関と同社の産業医との連携を図っている。同健診の結果は産業保健機関から同社の産業医に送られ、それを受けて、産業医は有所見者との面談を行い、有所見者に対して専門の医療機関への受診を指示するようにしたことで、再検査・精密検査の受診徹底に繋がっている。

同社では協会けんぽや産業医からのアドバイスにより、健診項目の充実化にも取り組んでいる。生活習慣病予防健診には、毎年受診する「一般健診」と、一般健診に任意で付加できる「オプション検査」、40歳から70歳まで5歳刻みで受診可能な「付加健診」があり、同社では昨年から、一



10年ほど前から毎朝始業前に実施するラジオ体操

般健診に追加して、オプション検査としてCT検査や肝炎ウイルス検査、腫瘍マーカー検査のほか、がん検診（後述）を加えており、今年は歯周病リスク検査も取り入れた。さらに来年からは、対象者への付加健診を必須とし、健診内容も充実させる計画だ。

一方、「特定保健指導」は、健診を受けた結果、内臓脂肪の蓄積によって高血圧・高血糖・脂質異常症などが重複しているメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）になるリスクのある40～74歳を対象に行う健康サポートである。同社では、従業員の健診結果を協会けんぽ福岡支部に送付した上で、生活習慣病のリスクの高い従業員に対しては同支部が派遣する保健師や管理栄養士など専門の指導スタッフによる特定保健指導を受けてもらい、生活習慣の改善を図っている。

◆健診時に「がん検診」をオプションで追加

同社では、協会けんぽと産業保健機関、産業医との連携により、従業員のがんの早期発見・治療にも繋げている。

令和元年に福岡県「働く世代をがんから守るがん対策サポート事業」に参加登録。2年度から、福岡県や協会けんぽなどの提案を受けて、健診時に胃がん検診・大腸がん検診をオプション検査として追加。翌3年度には、胸部CT検査、乳がん検診、子宮頸がん検診を希望者全員に対して実施している。なお、オプション検査の費用は全額同社負担としている。それに合わせ、同社では従業員ががんとなった場合には治療や体調も考慮しつつ、仕事との両立を図れる姿勢を、会社の基本方針として全社員に周知した。

産業医から精密検査受診を指示されたある従業員は、専門の医療機関で精密検査を受診した結果、胃がんと診断された。同従業員はその後、内視鏡による治療を受け、現在では復職して元気に働いている。また、昨年には同社の取締役が肺がんに罹っていることが分かった。現在同取締役は、在職しながら放射線治療や抗がん剤による治療を受けているという。

同社におけるがんの早期発見・治療に対する取り組みが評価され、同社は3年度の「福岡県がん対策よか取り組み事業所知事表彰」を受賞している。



同社では健康診断結果を5年間保存し、受診後のフォローアップに活用している

◆感染予防強化を図り社内で予防接種を実施

同社では、集団感染による事業停滞を防ぐ観点からインフルエンザ予防接種の徹底を図っている。接種費用を全額同社負担とした上で、医師を招いて予防接種を行っている。予防接種を徹底させたことで、現在ではインフルエンザにかかって長期間会社を休む従業員はいなくなったという。今後、従業員の家族への無料接種も検討中だ。

また、10年ほど前から、毎朝始業前にラジオ体操を実施。ラジオ体操が仕事モードへの切り替えスイッチとして機能しており、ラジオ体操後には多くの従業員が集中して仕事に取り組んでいるという。

「これまで当社で実施してきた取り組みは非常に充実したものだと感じていますが、新型コロナウイルス感染症をはじめとした様々な感染症の流行など、時代とともに公衆衛生のあり方が変化してきています。今後も協会けんぽや産業保健機関、産業医などからアドバイスをいただきながら、より実効性の高い健康づくりへの取り組みにチャレンジしていきたいと考えています」（鮎川社長）

鮎川産業 株式会社 [鮎川 太志 社長]

本社 福岡県北九州市八幡西区夕原町4-16
 設立 昭和45年1月
 資本金 1,000万円
 従業員数 59人（うちドライバー42人）
 車両数 40台

体と心の両面から健康づくりを推進 外部機関の効果的活用により働きやすい職場へ

愛媛県四国中央市

有限会社 川滝運送

福濱 亮二 社長



◆先輩ドライバーを亡くした喪失感を背景に

(有)川滝運送は、乳製品や、牛乳の原料となる生乳を輸送するほか、雑貨輸送を手がけている運送会社である。

福濱社長がまだ新人ドライバーだった35年ほど前、仕事を教えてもらっていた先輩ドライバーが急に体調を崩して入院した。そのドライバーは、以前から健康診断を受けていたにもかかわらず、入院してから2週間後に亡くなった。福濱社長は、当時若輩者の自分を親身に支えてくれていた先輩ドライバーを病気で亡くしてしまったことに、大きな喪失感を覚えた。こうした出来事が、後年同社が従業員の健康づくりに取り組み始める背景にあったという。

さらに、同社が健康づくりへの取り組みを前進させる大きなきっかけとなったのは、元医療従事者である福濱社長の妻が平成22年に運行管理者になったことだった。これにより、後述のドライバーに対する健康づくりへのサポート体制が充実したという。

また、24年には同社に(独)労働者健康安全機構(JOHAS)の地域窓口であり、小規模事業場の事業者や労働者向けの健康相談や保健指導を行う地域産業保健総合支援センターの職員が訪問し、健康づくりに関する様々な助言が得られた。さらに26年に開催された愛媛県トラック協会(御手洗安会長)の健康づくり講習会で、愛媛産業保険総合支援センターの保健師との縁ができたことで、従業員対象の「健康セミナー」や健康相談を気軽に受けられるようになり、従業員の健康づくりへの取り組みを一層強化することができた。



愛媛県産業保険支援センターの保健師による「健康づくり講座」を活用

◆長年の医療従事経験を基に社内で施術実施

同社における健康づくりのポイントは、「体と心の両面から健康づくりに取り組む」ことである。

①体の健康づくり

福濱社長の妻は、長年にわたる医療従事経験から様々な施術方法を身に付けており、これまでに培ってきた医療スキルを同社のドライバーの健康づくりに活かしている。

体のアンバランスによって起こる関節や筋肉の腫れ・痛みなどの改善を図るため、スパイラル状のテーピングを施す「スパイラルテーピング療法」や、頭部にあるツボや経脈路に触れて脳を癒す「アクセスバース」、眼球をオイルに浸すことで疲れ目やドライアイなどの目の不調に効果が期待できる「ネトラバスティ」などの施術を行っている。

同社では令和5年2月、同社の敷地内に施術のための施設「グリーンフィール」を開設した。これは、服を脱いで施術を受けることに抵抗感があった従業員からの要望を受けて開設したもので、心を落ち着かせながら施術が受けられるようにと、室内の壁面には森を描いた絵画が飾られている。

また、感染症予防対策としては、20年ほど前からインフルエンザワクチン接種費用を全額同社の負担としているほか、インフルエンザが流行する冬の寒い時期でも手洗いを励行するために、外

にお湯が出る手洗い場を設置した。これは、新型コロナウイルス感染症が流行した時にも多くのドライバーに活用されたという。

さらに、睡眠時無呼吸症候群（SAS）対策として、愛媛県ト協が実施している助成制度を活用しながら、ドライバーに定期的にスクリーニング検査を受診させているほか、月例ドライバーミーティングの中で「フレイル検査」も行っている。フレイルとは、身体的機能や認知機能が徐々に低下しつつある状態であり、放置しておくとうつや介護が必要な状態にもなりかねない。同社では、身体活動を通じてフレイルの早期発見に繋げている。

同社のドライバーの健康診断受診率は100%だが、有所見者へのフォロー対策として、同社では受診を促すための「受診のお願い」を渡している。受診のお願いを受け取った従業員に対しては、病院を受診してもらい、引き続き就業可能かどうかを医師に意見を聴取してもらった上で医師に受診のお願いに押印してもらい、会社への提出をお願いしている。

◆集中力を高める瞑想を身に付け安全性向上

②心の健康づくり

同社では、マインドフルネス瞑想を定期的に行っている。

悩みごとや考えごとをしている状態でトラックを運転していると、運転操作が遅れ、事故に繋がってしまうおそれがある。マインドフルネス瞑想を行うことで、感情コントロールが上手になったり、集中力が上がるため、事故防止への効果が期待される。

また、心の健康づくりの一環として「笑いヨガ（ラフターヨガ）」も行っている。これは、笑いにヨガの呼吸法を組み合わせたエクササイズで、脳の血流がよくなり、脳の活性化に繋がるという。判断力に衰えを感じている高齢ドライバーが笑いヨガを会得することで、危機判断力が向上し、事故防止に繋がることが期待される。また、笑うことがストレスの解消にも繋がっている。

③外部機関の活用

同社では様々な外部機関を有効的に活用しながら、従業員の健康づくりへの取り組みを効果的に進めている。

まず、地域産業保健センターからは、健診結果に基づいた健康管理について産業医からアドバイスを受けている。

また、同社では地元の愛媛県四国中央市の包括支援センターの利用促進も行



施術のための施設「グリーンフィール」

っている。同センターは、高齢者の生活をサポートするための総合相談支援業務などを行っている部署であり、高齢の親がいるドライバーが同センターの担当者と相談しながら、介護などに対する悩みごとに対応してもらおうよう繋ぐ役目を担い、心の負担軽減に努めている。

さらに、社会福祉協議会へも相談の選択肢を拡大。ドライバーが生活していく上での困りごとや相談に対応できるようにするなど、悩みごとを減らすためのサポート体制の充実にも力を注いでいる。

「従業員が心身の両面で不安になったり、困ったことがあった際に、当社の他の従業員や、当社がこれまで築き上げてきた外部機関との繋がりを活用しながら、不安を軽減し、安全輸送に繋げることが会社としての役割だと考えています。今後も健康づくりに関する様々な取り組みを継続していきながら、周りの人に対し、思いやりの心で接していきたい。そのような会社にしていきたいと考えています」（福濱亮二社長）

有限会社 川滝運送

[福濱 亮二 社長]

本社 愛媛県四国中央市川滝町下山 1403
 設立 昭和 37 年 12 月
 資本金 300 万円
 従業員数 12 人（うちドライバー 8 人）
 車両数 12 台

「従業員の健康が最優先」

体力づくり・睡眠をポイントに対策推進

宮城県石巻市

有限会社 マルエ運送

遠藤 英一 社長



健康診断の結果が出ると、遠藤社長は全従業員と面談を行う『できる』と従業員に訴え、病院への受診徹底に繋がっています」(遠藤社長)

◆個人面談で社長が早期再受診を促す

(有)マルエ運送は、紙製品やその原料のパルプなどを東北各県や関東地方に輸送している運送会社である。

同社における健康づくりで最も力を入れているのは、健康診断受診後のアフターフォローである。一般的に、深夜(午後10時～午前5時)の業務を常態的に行うドライバーは、特定業務従事者として、年2回健康診断を受診する必要がある。同社では、勤務時間に関係なく、全てのドライバーに対して年2回健康診断を受診させ、健康状態の把握に努めている。受診結果が出ると、遠藤社長が同社の産業医にヒアリングを行い、指導ポイントを確認した上で、その内容をもとに全従業員との個人面談を行い、再検査受診を促している。従業員との面談を始めた当初は、再検査を受けたがらない従業員もいたが、個人面談を続けていくうちに従業員の考え方にも変化が出てきたという。現在では、健康診断のみならず二次健診の受診率も100%となっている。併せて、生活習慣病予防を目的とした特定保健指導も活用し、ドライバーの生活習慣改善に向けた指導も行っている。

「当社では、本社営業所に隣接する宮城県トラック協会石巻支部が手配するバス健診を活用し、業務に支障のないタイミングで受診してもらうようにしています。また、健康診断および二次健診の受診に際しては、当社では就業扱いで受診させており、ドライバーが受診しやすい環境づくりに努めています。当社では、『病気を早期に発見し、治せるうちに治すことで、健康で長く働くことが

◆睡眠時間確保と「睡眠の質」向上を目指す

同社では、「体力づくり」と「睡眠」にポイントを置き、保健所や保険会社などから提供される健康づくりに関するサービスを活用しながら、従業員の健康づくりに向けた様々な取り組みを進めている。

まず、「体力づくり」については、地元保健所等の支援を最大限に活用し、従業員参加型の「健康セミナー」を開催。管理栄養士を招き、禁煙やアルコールなどをテーマとしたセミナーを実施しているという。また、同社では50代のドライバーが多く、平均年齢は53.7歳になっているという。そのため、体力づくりや将来的な介護予防対策の一環として、社内で体力測定を実施。握力などを測定しているほか、ロコモティブシンドローム(立つ・歩くといった移動機能が低下している状態)を未然に防ぐために、「ロコモボックス」を使用した立ち上がりテストなどを行っている。



体力測定やロコモボックスを使用した立ち上がりテストを行っている



また、同社では運動習慣の定着化に向けて、宮城県が毎年実施している「歩数アップチャレンジ」に令和3年から参加している。これは、同チャレンジ専用の歩数計機能が付いたアプリケーションを従業員のスマートフォンにインストールし、3人1チームで歩数を競い合うもの。従業員同士が連携しながらチャレンジに取り組むことで、コミュニケーションの深化にも繋がるという。現在では、遠藤社長も同社のドライバーとともにチームを組み、協力しながら歩数アップに取り組んでいる。

「睡眠」については、健康セミナー等を通じて「睡眠の大切さ」をドライバーに訴えるようにしている。

関東方面への輸送を担当するドライバーは、基本的に1泊2日での乗務になる。1日目の日中に宮城県を出発し、関東地方に夜到着。しっかり休んだ上で翌朝荷主先で荷卸し作業を行い、宮城県に戻ってくる。一方、荷積み等の都合で遅い時間の出発になる場合は、その分関東地方に到着する時間が遅くなることから、十分な休息時間を確保できなくなる。同社では、「物流の2024年問題」を契機に取引先との交渉を進め、高速道路利用を増やすことができたため、一般道利用時に比べて関東地方で休息時間に充てることのできる時間を増やすことができた。高速道路利用によってドライバーがまとまった休息時間を取得できるようになるため、同社では荷卸し先である関東地方でしっかり睡眠を取り、体力回復に努めるようドライバーに指導している。

良い睡眠のためには、睡眠時間を十分に確保することはもちろんのこと、睡眠の質を高めることも必要である。同社で従業員の健康対策を担当する三國佳昭営業部長は、睡眠の質に関するセミナーを受講しており、今後同セミナーの内容を社内に横展開し、ドライバーの睡眠の質の向上を図っていききたいとしている。

「睡眠の質を高めるためには、適度な運動習慣を身に付けることや、食生活を改善すること、また睡眠に影響を及ぼすカフェインやアルコール、タバコに含まれるニコチンの摂取を控えるなどの取り組みが求められます。当社では今後、健康セミナーの場などを通じて、当社の従業員に対して



第9回「宮城県健康づくり優良団体表彰」で優良賞を受賞した

『良質な睡眠を確保するためには、生活習慣の改善等を通じた健康づくりへの取り組みが欠かせない』ことを説明するなど、睡眠と健康づくりの重要性を伝えていきたいと考えています」（三國営業部長）

◆様々な対策を通じて健康意識底上げ図る

これまで進めてきた健康づくりにおける取り組みが功を奏し、同社は2022年以降「健康経営優良法人」認定を連続して受けているほか、2024年以降は認定を受けた中小規模法人のうち上位500法人に与えられる「ブライツ500」認定も受けている。また、令和7年11月4日には、宮城県内で積極的に健康づくり活動を進めている企業等を表彰する「第9回宮城県健康づくり優良団体表彰（スマートみやぎ健民表彰）」優良賞も受賞している。

「当社では、『当社で働いている間だけでなく、当社を定年退職した後も従業員に健康であってほしい』と考え、従業員目線に立って健康づくりに向けた様々な取り組みを続けてきました。従業員の健康は、従業員自身だけの取り組みや会社での取り組みだけでは成り立ちません。今後は、従業員の家族の健康意識を高めるための取り組みも進めていきたいと考えています」（同）

有限会社 マルエ運送 [遠藤 英一 社長]

本社 宮城県石巻市重吉町 8-7
 設立 昭和46年10月7日
 資本金 1,000万円
 従業員数 38人（うちドライバー36人）
 車両数 42台



健康で幸福感をもちながら働ける会社へ 新たな施策にチャレンジして実効性を高める

愛知県名古屋市

株式会社 丸二運送

二村 明男 社長



◆二次検診・特定保健指導受診を強化

丸二運送は、食品メーカーから主に東海3県の間屋や大手スーパー、物流センターなどに3温度帯対応で食品配送を行っている運送会社である。

近年、トラックによる健康起因事故が増加傾向にあり、そうした事故の報道を目にするたびに、二村社長は従業員の健康づくりに取り組む必要性を感じていた。二村社長は「従業員に長く、健康で働き続けてもらうことは会社の発展に繋がる」と考え、令和3年に健康経営に取り組むことを決意した。

同社ではまず、生活習慣病の予防と早期発見を図るために、健康診断の結果二次検診が必要とされた従業員に対しては「イエローカード」を渡して受診を促すとともに、特定保健指導の導入を始めた。特定保健指導は、メタボリックシンドロームのリスクが高い40歳以上の人に対し、保健師等が生活習慣改善に向けたアドバイスやサポートを行い、健康づくりに繋げるものである。フォロー体制の強化によって、同社では二次検診・特定保健指導ともに受診率100%を誇っている。

同社には、糖尿病の診断を受け、特定保健指導を受けていたドライバーがいた。産業医との面談で、「治療により改善がみられれば、乗務を続けることができる」と聞いた当該ドライバーは、心を入れ替えて生活習慣の改善に取り組むことを決意。産業医からのアドバイスを受けて、「1日の摂取カロリーに上限を設ける」、「食事はよく噛んで食べる」、「バランスの良い食事を心がける」、「運動習慣を身に付ける」——などの対策に果敢に取り組んだ結果、短期間のうちに体重が減少すると



スマートフォンを活用してストレスチェックを実施している

ともに、血糖値も大幅に改善した。健康的になった当該ドライバーの姿に同僚ドライバーたちは大きな刺激を受けたという。

また、同社では従業員の健康づくりを後押しするため、従業員に年に1度「行動目標」(写真)を設定させている。これは、健診受診後に設定させているもので、「6か月後の目標体重」、「健康状態」、「食事・飲酒」、「運動」、「禁煙・喫煙」について行動目標を設定することで、従業員に健康づくりへのモチベーションを高めてもらうための工夫である。

健康に関する行動目標を設定しよう!

①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。

① 目標体重を設定しよう!

② 各項目の取り組みを記入しよう!

1	体重を計測し、記録する
2	食生活を見直し、改善する
3	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
4	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
5	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
6	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
7	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
8	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
9	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
10	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
11	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
12	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
13	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
14	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。
15	①に数値目標を記入し、②の各項目について、それぞれ1つ以上の取り組みを記入して実施しましょう。

氏名

◆義務化に先駆けてストレスチェックを実施

同社では令和6年から、保険会社の健康づくりサービスを活用して、ストレスチェックの実施に踏み切っている。

同社では、ストレスチェックの実施に際して国が推奨している57項目の質問票(職業性ストレス簡易調査票)について、スマートフォンで回答してもらうしくみを導入している。これにより、受診者は10分ほどで回答を終えることができる。回答終了後にはスマートフォンの画面に簡易的な結果が表示され、自身のストレス状態を確認する

ことができる。また、集団分析を行い、職場におけるストレス要因を評価することで職場環境の改善に繋げている。なお、高ストレス者に対しては産業医による面接指導を行い、その結果を受けて就業上の措置や職場環境の改善を行うこととなるが、同社では高ストレス者は出ていないという。

「将来的に小規模事業者に対してもストレスチェックの実施が求められる中において、スマートフォンで回答できるストレスチェックは会社にとって負担感なく実施することができるため、当社のような小規模事業者にとっても取り入れやすいと考えています。ストレスチェックの詳細な結果は、後日リーダーチャートの形で従業員にそれぞれ見てもらうため、従業員にとっては自身のストレスへの気づきのきっかけになるのではないかと思います」(井元康貴管理部主任)

また、同社では自社の具体的な健康課題把握と効果検証を目的に、令和6年から年に1度、従業員に対し「健康習慣アンケート」を実施している。これも、保険会社が提供している健康づくりサービスの一環で、従業員の健康づくりへの意識を把握することで新たな取り組みへのヒントにもなるという。

同アンケートの結果、同社では「食生活への関心がないドライバーが多い」傾向にあることが分かった。それを踏まえ、同社では「ちょい足しベジ週間」という取り組みを始めた。これは、同アンケートの回答時期である7月に実施しているもので、運行出発時にドライバーに野菜ジュースを3本ずつ持たせ、食事の際などに飲んでもらうことで必要な栄養補給のサポートに繋げるものである。

◆従業員の要望に応えながら福利厚生充実へ

同社ではかつては長時間労働のドライバーが多く、離職率も高かったが、「安心して長く働ける職場」を目指して、数年かけて労働時間の見直しを進めるとともに、完全週休2日制の導入にも踏み切った。こうした労働環境の改善により、従業員の定着率が向上し、職場の雰囲気も安定しているという。

健康経営を実現していくためには、身体的な健



従業員のコミュニケーション充実のために研修旅行を実施

康づくりだけではなく、人との繋がりや心の充実も欠かせない。同社では、従業員同士が自然にコミュニケーションを取ることでできる機会を提供するために、実施を取り止めていた研修旅行を昨年復活。昨年は淡路島を、そして今年は京都を訪れた。

なお、様々な福利厚生制度の導入に際しては、二村社長が従業員との面談の際に要望を聞き、それを実現していくことで、従業員にとって居心地のいい職場づくりに繋げている。

同社では、令和3年に健康保険組合連合会（健保連）愛知連合会の「健康宣言チャレンジ事業所」に認定以来、様々な健康づくりへの取り組みを推進。4年からは「健康経営優良法人」認定を連続して受けるとともに、7年には中小規模法人部門の上位500位までの企業に適用される「ブライト500」認定を受けている。

「従業員が安心して働ける職場づくりこそが企業の礎になるとの考えの下、これまで行ってきた健康づくり対策に加えて新たな取り組みを積極的に取り入れていくことで、従業員が健康で、幸福感をもって働くことのできる会社になりたいと考えています」(二村社長)

株式会社 丸二運送 [二村 明男 社長]

本 社 愛知県名古屋市中区明正 2-223
 設 立 昭和48年8月29日
 資 本 金 4,500万円
 従業員数 41人 (うちドライバー35人)
 車 両 数 41台

どんなメリット? 健康経営

健康経営のメリット

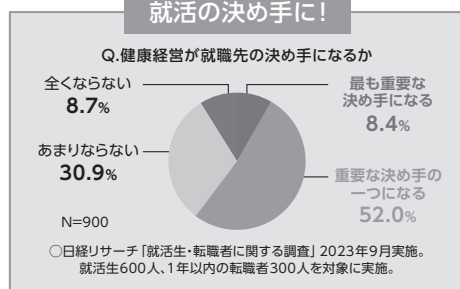
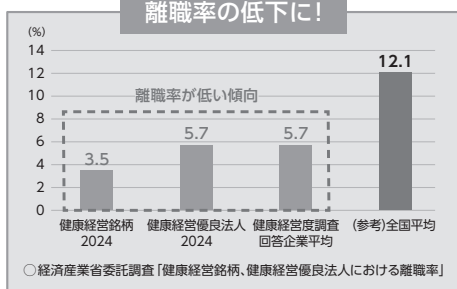
社員の満足度が高まり
離職率が下がった

社員の生産性が
上がり、業績向上に
つながっている

企業のブランド
価値が向上し、事業への
好影響があった

社員のリテラシーが向上し、
職場風土やコミュニケーションも
改善した

<健康経営 実践企業の声>



健康経営優良法人や健康経営に取り組む企業向けに、国でも
さまざまなインセンティブが設けられています。

	補助対象	補助内容	
ものづくり・商業・サービス生産性向上促進補助金	中小企業等が取り組む、革新的な新製品・新サービス開発等を行うための設備投資等を支援する	補助率1/2※1もしくは2/3、補助上限額750万~4,000万円※2 ※1 最低賃金引き上げに係る特例を適用した場合は補助率を2/3に引き上げ ※2 従業員数・申請枠により異なる。	
IT導入補助金	生産性向上に資するITツール(ソフトウェア・サービス等)の導入を支援する	補助率原則1/2※、補助上限額150~450万円 ※枠・類型により異なる	
事業承継・M&A補助金	事業承継に際しての設備投資や、M&A・PMIの専門家活用費用等を支援する	補助率1/3、1/2、2/3※ 補助上限額150万円~1,000万円※ ※枠・類型により異なる	
Go-Tech補助金	中小企業等がものづくり基盤技術及びサービスの高度化に向けて、大学・公設試と連携して行う研究開発を最大3年間支援する	中小企業等は補助率2/3以内 通常枠:最大9,750万円 出資獲得枠:3年間合計3億円以下	

<働き方改革推進支援資金(企業活力強化貸付)>

	資金の使いみち	融資限度額	利率(年)	返済期間	
働き方改革推進支援資金(企業活力強化貸付)	「働き方改革」に取り組むために必要な設備資金や長期運転資金	7億2千万円	●健康経営優良法人の認定を受けている方: 2億7千万円まで 特別利率①※ ●うちホワイト500又はプライト500の認定を受けている方: 2億7千万円まで 特別利率②※ ●2億7千万円超 基準利率※	●設備資金: 20年以内(うち据置期間2年以内) ●長期運転資金: 7年以内(うち据置期間2年以内)	

※基準利率: 1.75%、特別利率①: 1.35%、特別利率②: 1.10% (いずれも令和7年2月3日時点。貸付期間5年以内の場合。) 上記利率は、標準的な貸付利率であり、信用リスク(担保の有無を含む。) 等に応じて所定の利率が適用される。

<その他の国の支援策>

法務省出入国在留管理庁	【在留資格審査手続きの簡素化】我が国に入国を希望する外国人の在留資格審査において、在留資格に係る申請の提出資料の「カテゴリー1 一定の条件を満たす企業等」として健康経営優良法人の認定取得が認められ、手続きの簡素化が可能	
厚生労働省公共職業安定所	ハローワーク求人票に「健康経営優良法人」のロゴマークが利用可能	

※国以外でも公共団体・公法人等、自治体・金融機関においてもさまざまなインセンティブが設けられています。

なんだろう？健康経営

健康経営とは？

「健康経営®」とは、従業員などの健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することです。経営理念に基づき、従業員の健康保持・増進に取り組むことで、組織の活性化や生産性の向上、企業価値の向上などの効果が期待されます。

なぜやるの？

健康経営は、実施の少し後でROAとROSが上昇する傾向が認められています※。さらに、従業員の健康リスク・離職率を低減でき、よりよい労働環境は地域経済や社会にも好影響を与えます。今、従業員の心身を大切にすることが経営にも日本にも必要とされているのです。

※(出所)日経スマートワークプロジェクト「スマートワーク経営研究会」中間報告「働き方改革と生産性、両立の条件」(2018年6月) ROA:総資産経常利益率 ROS:売上高営業利益率

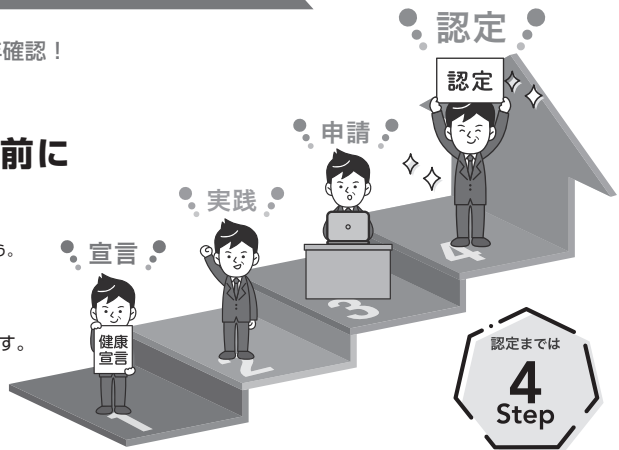
どうやるの？

「健康経営優良法人認定」の申請で、自社の健康経営度を毎年確認！

健康経営優良法人認定の「中小規模法人部門」への申請には事前に健康宣言事業への参加が必要です。

※健康宣言事業への参加をしたことがない場合は加入している保険者に確認してみましょう。

- ☑ 認定要件としても保険者との連携は必須となります。
- ☑ 保険者とのデータ連携により、効果的・効率的な保険事業が推進できます。
- ☑ 保険者の中には「健康経営セミナー」や従業員向けの「ヘルスリテラシー講座」などを用意しているところもあり、健康経営の実践に役立てられます。



健康経営の広がり～企業経営のスタンダードに～

＜認定法人数の推移＞

- 大規模法人部門
- 中小規模法人部門

制度開始以降、健康経営に取り組む企業の裾野は急速に拡大し、健康経営優良法人の認定法人数は合計約2万3000法人にのぼります。



ACTION!
健康経営



ACTION! 健康経営

●お問い合わせ

健康経営優良法人認定事務局 (日本経済新聞社) 窓口/株式会社日経リサーチ
〒101-0047 東京都千代田区内神田2-2-1 鎌倉河岸ビル
TEL 03-5296-5172 (平日10時～17時30分)

大規模法人部門について health_survey@nikkei-r.co.jp 中小規模法人部門について kenkoujimu@nikkei-r.co.jp

定期健康診断の結果を放置せずフォローアップしましょう！

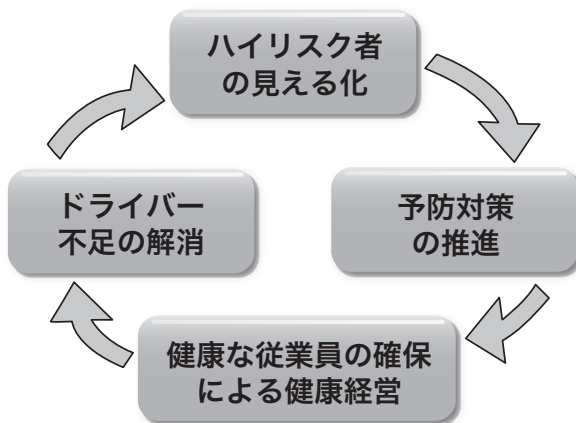
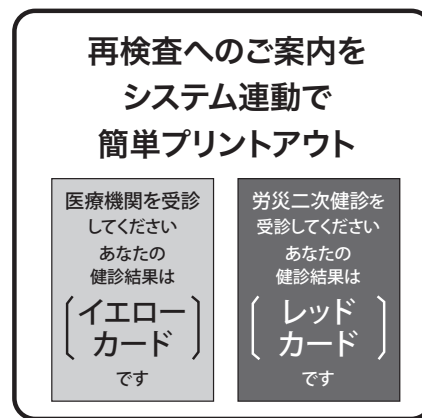
「運輸ヘルスケアナビシステム®」のご案内

定期健康診断結果が返ってきて、医療機関ごとにバラバラのフォーマットであったり、産業医がない、結果の見方がわからない、などの理由で結果を放置していませんか？

「運輸ヘルスケアナビシステム®」は、健康診断結果票をお預かりし、システムへ入力して、エクセルデータで一覧にしたものをお返しします。エクセルデータでは、健康状態の悪いドライバーの抽出や、個々の結果の管理が簡単にできます。

また、再検査・精密検査等の受診が必要な方に対して、受診指導（イエローカード）や、労災二次健診受診指導（レッドカード）を簡単にプリントアウトすることができます。

健康で長くドライバーを続けてもらうため、定期健康診断結果を活用してドライバーの健康状態を把握し、健康管理にお役立てください。



料 金 1,000円（お一人当たり・税別）

*通常2,000円のところ全ト協1,000円（税別）の負担金により

<https://navi.ochis-net.jp/>
詳細は、本システム受託機関である
NPO法人ヘルスケアネットワーク
の専用サイトをご覧ください



【事業実施機関】 公益社団法人 全日本トラック協会 交通・環境部

【問い合わせ先】 NPO法人ヘルスケアネットワーク（事業受託機関）

運輸ヘルスケアナビシステム® 専用ダイヤル：06-6167-8171

労災の二次健康診断のご案内

労災の二次健康診断等給付とは、直近の定期健康診断等の結果、脳・心臓疾患に関連する4項目（血圧、血中脂質、血糖、肥満）について、異常の所見があると診断された時に、労災病院または都道府県労働局長が指定する病院・診療所（健診給付病院等）において、必要な精密検査や特定保健指導を1年度内に1回、無料で受診することができる制度です。詳細は、お近くの労働局・労働基準監督署まで。

都道府県トラック協会一覧

協会名	郵便番号	所在地	電話	ファックス
(公社)北海道トラック協会	〒064-0809	札幌市中央区南9条西1-1-10	011-531-2215	011-521-5810
(公社)青森県トラック協会	〒030-0111	青森市大字荒川字品川111-3	017-729-2000	017-729-2266
(公社)岩手県トラック協会	〒020-0891	紫波郡矢巾町流通センター南2-9-1	019-637-2171	019-638-5010
(公社)宮城県トラック協会	〒984-0015	仙台市若林区卸町5-8-3	022-238-2721	022-238-4336
(公社)秋田県トラック協会	〒011-0904	秋田市寺内蛭根1-15-20	018-863-5331	018-863-7354
(公社)山形県トラック協会	〒994-0075	天童市蔵増1465-16	023-616-6135	023-616-6138
(公社)福島県トラック協会	〒960-0231	福島市飯坂町平野字若狭小屋32	024-558-7755	024-558-7731
(一社)茨城県トラック協会	〒310-0913	水戸市見川町2440-1	029-303-6363	029-243-5936
(一社)栃木県トラック協会	〒321-0169	宇都宮市八千代1-5-12	028-658-2515	028-658-6929
(一社)群馬県トラック協会	〒379-2194	前橋市野中町322-1(群馬県交通運輸会館内)	027-261-0244	027-261-7576
(一社)埼玉県トラック協会	〒330-8506	さいたま市大宮区北袋町1-299-3	048-645-2771	048-644-8080
(一社)千葉県トラック協会	〒261-0002	千葉市美浜区新港212-10	043-247-1131	043-246-7372
(一社)東京都トラック協会	〒160-0004	新宿区四谷3-1-8	03-3359-6251	03-3359-4695
(一社)神奈川県トラック協会	〒222-8510	横浜市港北区新横浜2-11-1	045-471-5511	045-471-9055
(一社)山梨県トラック協会	〒406-0034	笛吹市石和町唐柏1000-7	055-262-5561	055-263-2036
(公社)新潟県トラック協会	〒950-0965	新潟市中央区新光町6-4	025-285-1717	025-285-8455
(公社)長野県トラック協会	〒381-8556	長野市南長池710-3	026-254-5151	026-254-5155
(一社)富山県トラック協会	〒939-2708	富山市婦中町島本郷1-5	076-495-8800	076-495-1600
(一社)石川県トラック協会	〒920-0226	金沢市粟崎町4-84-10	076-239-2511	076-239-2287
(一社)福井県トラック協会	〒918-8115	福井市別所町第17号18-1	0776-34-1713	0776-34-2136
(一社)岐阜県トラック協会	〒501-6133	岐阜市日置江2648-2	058-279-3771	058-279-3773
(一社)静岡県トラック協会	〒422-8510	静岡市駿河区池田126-4	054-283-1910	054-283-1917
(一社)愛知県トラック協会	〒467-8555	名古屋市瑞穂区新開町12-6	052-746-4861	052-746-4860
(一社)三重県トラック協会	〒514-8515	津市栄町1-941	059-227-6767	059-225-2095
(一社)滋賀県トラック協会	〒524-0104	守山市木浜町2298-4	077-585-8080	077-585-8015
(一社)京都府トラック協会	〒612-8418	京都市伏見区竹田向代町48-3	075-671-3175	075-661-0062
(一社)大阪府トラック協会	〒536-0014	大阪市城東区鳴野西2-11-2	06-6965-4000	06-6965-4019
(一社)兵庫県トラック協会	〒657-0043	神戸市灘区大石東町2-4-27	078-882-5556	078-882-5565
(公社)奈良県トラック協会	〒639-1037	大和郡山市額田部北町981-6	0743-23-1200	0743-23-1212
(公社)和歌山県トラック協会	〒640-8404	和歌山市湊1414	073-422-6771	073-422-6121
(一社)鳥取県トラック協会	〒680-0006	鳥取市丸山町219-1	0857-22-2694	0857-27-7051
(公社)島根県トラック協会	〒690-0001	松江市東朝日町194-1	0852-21-4272	0852-22-4408
(一社)岡山県トラック協会	〒700-8567	岡山市北区青江1-22-33	086-234-8211	086-234-5600
(公社)広島県トラック協会	〒732-0052	広島市東区光町2-1-18	082-264-1501	082-261-2496
(一社)山口県トラック協会	〒753-0812	山口市宝町2-84	083-922-0978	083-925-8070
(一社)徳島県トラック協会	〒770-0003	徳島市北田宮2-14-50	088-632-8810	088-632-4701
(一社)香川県トラック協会	〒760-0066	高松市福岡町3-2-3	087-851-6381	087-821-4974
(一社)愛媛県トラック協会	〒791-1114	松山市井門町1081-1	089-957-1069	089-993-5501
(一社)高知県トラック協会	〒781-8016	高知市南の丸町5-17	088-832-3499	088-831-0630
(公社)福岡県トラック協会	〒812-0013	福岡市博多区博多駅東1-18-8	092-451-7878	092-472-6439
(公社)佐賀県トラック協会	〒849-0921	佐賀市高木瀬西3-1-20	0952-30-3456	0952-31-6441
(公社)長崎県トラック協会	〒851-0131	長崎市松原町2651-3	095-838-2281	095-839-8508
(公社)熊本県トラック協会	〒862-0901	熊本市東区東町4-6-2	096-369-3968	096-369-1194
(公社)大分県トラック協会	〒870-0905	大分市向原西1-1-27	097-558-6311	097-552-1591
(一社)宮崎県トラック協会	〒880-8519	宮崎市恒久1-7-21	0985-53-6767	0985-53-2285
(公社)鹿児島県トラック協会	〒890-0033	鹿児島市西別府町2941-19	099-821-5851	099-821-5852
(公社)沖縄県トラック協会	〒900-0001	那覇市港町2-5-23	098-863-0280	098-863-3591

いきいきと働くことのできる

トラック運送業界を目指して



公益社団法人

全日本トラック協会

〒160-0004 東京都新宿区四谷3-2-5 全日本トラック総合会館

TEL: 03-3354-1009 (代表) <https://jta.or.jp>