

Eat Well, Live Well.



AFT流健康経営2024 「こころとからだの健康」

2024年4月



AjiPanda

「こころとからだの健康」に向けて

代表取締役社長 眞子 玄迅

現在の日本は、平均寿命が延び、「人生100年時代」を迎えようとしている一方で、人口縮小時代、特に生産年齢人口*が減少していく時代に突入しています。そうした状況から65歳以上の労働力がより必要となり、「生涯現役社会」という言葉も耳にする機会が増えてきました。そのようななかで「健康寿命」をいかに伸ばすかが、社会の大きな課題の一つとなっています。

味の素グループは、社会課題解決企業として「アミノサイエンス®で人・社会・地球のWell-beingに貢献する」ことを目指しており、まさにWell-beingこそ、人生100年時代をいきいきと過ごすうえで必要不可欠です。そして、何より、AFTで働く皆さんのWell-beingに貢献するため、AFTでは2018年以降、「健康管理は時間管理」をスローガンに、自然のリズムと連動する健やかな健康習慣の定着に向けた取り組みを行ってきました。改めて、「AFT健康習慣3項目」について見直してみましよう。

「健康は誰のためですか？」健康は会社のためではなく、自分、そして大切な家族のためにとっても重要なことだと考えます。一人ひとりのセルフ・ケアを基本とし、そのセルフ・ケアを行うための支援として、今後もさまざまな「こころとからだの健康」施策を展開していきますので、是非積極的にご参加ください。そして、健康でも味の素グループを牽引する存在になっていきましょう。

*生産年齢人口：生産活動の中心にいる人口層の事で、15歳以上65歳未満の人口の事。



1. 味の素グループで目指す姿（るるく）

味の素グループで働いていると、自然に健康になる!!

会社は社員の健康増進を支援し、社員は「バランスの良い**食事**」「適度な**運動**」「良質な**睡眠**」を意識した**セルフ・ケアが習慣化され**、自然に健康に対する意識・知識が高まり、心身ともに健康な状態が維持され、健康文化が醸成されている。



会社の支援

2. AFT流健康宣言

健康管理は時間管理

『AFT健康習慣3項目』を意識しよう！

- ①**食事(8-2-8)**：8時までに朝食、2時までに昼食、8時までに夕食
- ②**睡眠(22-2)**：22時～2時はゴールデンタイム
- ③**運動(5-20)**：1日5分以上20分くらいでOK

«社員» “健康は自分自身・家族のため”
人生100年時代、豊かな人生を送るために、
自然のリズムと連動する健やかな健康習慣を自ら身に着けましょう。

«会社» 健康維持・促進に積極的な職場作りを通して、
ひとりひとりの健康を支援し、人を大切にする経営を実践します。

健康でも味の素グループをけん引する会社を目指します。





AJINOMOTO.

3. 2024年度取組み施策

『AFT健康習慣3項目』を軸としたセルフ・ケアの定着を支援する取組みを実施します。
2024年度も【カロママプラス】を用いた健康習慣の改善・定着を推進していきます。

【こころとからだの健康】健康カレンダー2024

イベント	内容	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
も カロママプラス	スマホアプリ「カロママプラス」でAIによる健康管理。各種キャンペーンも実施。		★	キャンペーン予定				★					
全員対象	定期健康診断	年に1回全員が受診。 これまでの生活習慣の成績表です。					★						
	ストレスチェック	保健師による面談です。皆さんの「こころとからだの健康」をサポート。							→				
	全員面談	AFT基本3項目をチェック。具体的な行動を言語化しましょう。	★						→				
	1%の変化宣言	職場の仲間と健康について意見交換！自分の健康に役立てましょう。						★					
	衛生週間	aji-leaningによる栄養リテラシー教育				(日程が決まり次第、ご案内します)							
	栄養改善	個々の健康意識を高める機会を提供します。 (大人の体力測定会・瞑想教室など)					★					★	
	健康イベント	・リテラシーセミナー ・巡回バス がん検診				★		(日程が決まり次第、ご案内します)					
	女性の健康支援 ～男女ともに働きやすい職場へ～	愛煙家に、禁煙することのメリット、激励のこたばを送りましょう。	★										
	愛煙家に愛(I)メッセージ	心身のメンテナンスに役立つ情報を提供します。						毎月発行予定					
	お元気ですか通信	在宅勤務でも。始業時のラジオ体操を習慣に。 経営会議はラジオ体操をしてからスタート						毎日 (毎回)					

■健康維持・促進に積極的な職場を作るために（継続）

- ・部門毎での各種イベントへの参加促進
- ・管理職向け「こころとからだの健康」セミナー
- ・長時間労働の削減、有給休暇取得促進
- ・残業時の休憩、補食の促進

今年度より健康診断のスケジュールが変わります。（一般的健診：9月、特殊健診：9月・3月）



4. 目標・KPIの進捗

*1年齢調整をした対外ベンチマークの有所見者数を100としたときの自社の有所見者数の場合、100以下が対外比良好とされる。
*2群馬を除く

<<目標>>

項目		FY21	FY22	FY23	目標
標準化有所見比*1	血圧	82 *2	74 *2	83 (78 *2)	60 (暫定)
	血糖	52 *2	59 *2	60 (61 *2)	40 (暫定)
	B M I	93 *2	98 *2	95 (97 *2)	80 (暫定)
B M I (≥25)		29.4% *2	29% *2	27.2%	25%
腹囲 (男性≥85)		—	36.8% *2	34.9%	33%

< K P I >

A F T 健康習慣 3項目	食事習慣良好者	66%	56%	56%	70%
	睡眠習慣良好者	73%	72%	73%	80%
	運動習慣良好者	40%	42%	47%	70%
	喫煙率	19% (56人)	18.5% (60人)	18.4% (65人)	12%
	カロママプラスDL率	—	18%	54%	70%
	カロママプラス入力率	—	12%	31%	50%
	E S (健康・ウェルビーイング)	79%	77%	80%	80%
	総実労働時間	1,947時間	1,935時間	1,902時間 (見込み)	前年以下
	特定保健指導対象者率	22%	16%	23%	15%



5. 組織体制

最高責任者
(代表取締役社長)

経営会議

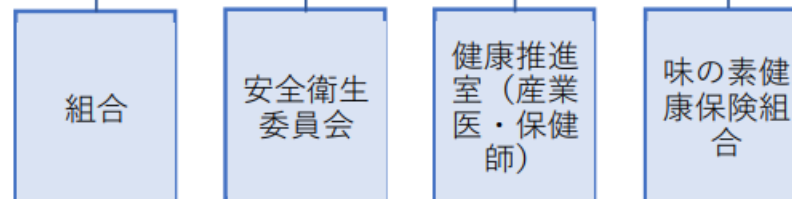
役員

統括部署責任者
(総務部長)

各部門責任者：各部門長

社員

統括部署 (総務部)



Eat Well, Live Well.



Thank you.

