

みゆきの里職員の 健康増進を支援する 健康ハンドブック



2021年6月作成

2026年6月改訂

みゆきの里 健康経営推進協議会

みゆきの里 ミッション

私たちは、地域の人々、ご利用者、家族、職員の幸せを願い、保健・医療・福祉の総合力を発揮して健康生活のベストパートナーとなることを目指します。

みゆきの里 ビジョン

- ◆保健・医療・福祉の専門性を深化し、地域の人々とともに、持続可能なコミュニティヘルスの拠点を築きます。
- ◆切れ目のない支援と機能強化を通じ、在宅復帰・健康な暮らしの継続を支えます。
- ◆全人的な健康観に基づき、ご利用者のニーズに応じた治療・ケアを選択し、生活の質の向上を目指します。
- ◆健康経営を推進し、職員が互いに尊重し、成長と誇りを実感できる職場づくりに努め、活気ある組織文化を育みます。
- ◆健康基盤を強化し、安定した収益・持続的な人材育成を実現し、グループ全体の成長を支えます。

みゆきの里 健康宣言

創業以来今日まで、私たちは企業理念として保健・医療・福祉の有機的な連携のもと、地域住民の皆様の健康の維持・増進を図ることで“命と健康”を支えられるよう“健康長寿のまちづくり”に取り組んでまいりました。

この実現のためには、職員一人ひとりが自らの能力を最大限に発揮するとともに、職員一人ひとりが心身ともに健康で、いきいきと仕事に取り組める職場づくりに努めます。

そして、職員自らが、自分自身とその家族の健康維持・増進に努めることで、仕事と仕事以外の生活の充実を図ることが重要です。職場と職員のパートナーシップを基に、これまで以上に地域と職員の健康づくりを推進していくために、ここにみゆきの里経営方針として「健康経営に取り組む宣言」を行います。

2019年10月

2021年6月改訂

みゆきの里 理事長 富島三貴

健康経営の『めざす姿』

『みゆきの里ビジョンの達成に向けて、生きがいをもって、
いきいきと働ける職場となる』

- ◆ 全人的健康観について職員が認識し、実践できている。
- ◆ 職員の健康に関する支援体制が整い、職員の健康維持・増進に貢献できている。
- ◆ 職員相互の信頼関係により、働き甲斐と仕事効率が高い
活気ある職場となっている。
- ◆ 全人的に健康な職員が、地域の健康づくりに貢献することで、自身の喜びとなり、より健康となっている。

注) 全人的健康とは、身体的・生理的な面のみならず、心理的・精神的観点や、社会的・環境的観点に加え、倫理的な観点も含め、一人ひとりの健康を全体的に捉えていこうとする考え方です。

出典：統合医療学会 HP

全人的健康づくり基本方針

職員の全人的健康管理及び支援

- ・職員の心と身体の健康管理のため、健診結果に基づき、再検診の推進、重症化予防、高リスク保有者への対応等を行います。

メンタルヘルスも積極的に支援します。

健康増進活動の推進

- ・ 職員の心と身体の健康増進に向け、推進体制を整えます。
- ・ 夏祭り、各種スポーツ大会の開催やウォーキング、ヨガ・太極拳等の推奨など様々な活動を通じ、職員間のコミュニケーション促進により、良好な相互関係を保持できるよう支援します。
- ・ 統合医療を活用し、心と身体の不調に対する支援を推進します。

働き方改革への取り組み

- ・ 健康経営の考え方にに基づき、仕事と生活を両立できる働き方と職場環境の実現をめざします。
- ・ ICT化促進により、業務の効率化を図り、ワークライフバランスの実現を推進します。

健康経営行動指針

1. みゆきの里内に全人的健康の意義を浸透させることで働き甲斐のある職場をめざします。
2. 健康というキーワードにて顔が見える繋がりを深化させます。
3. 健康経営推進協議会と労働安全衛生委員会及びぼたん会との連携のもと、職員の心と身体健康維持に取り組めます。
4. 職場巡視を徹底し、労働環境を整えます。
5. 健康経営の取り組みにより、施設・事業所単位での感染防止対策の徹底を図ります。
6. ストレスチェックの結果を踏まえ、部署別のストレス度に応じた対策を実施します。離職率低減を目指します。
7. 健康経営プロジェクト及び統合医療プロジェクトとの連携により、東洋医学養生法、薬膳、ストレスケア、アロマの活用など統合医療の視点を取り入れた「みゆきの里」ならではの健康づくりを推進します。

みゆきの里 健康経営推進

組織的支援

統合医療センター

様々な不調への対応



ヨガ教室



里内フィットネス和楽



アロマ教室



職場改善巡視 産業医と共に



マインドフルネス



健康診断・特定保健指導

管理職への健康経営研修

ストレスチェック目標：実施率 100%

ラインケアへ展開

臨床心理士相談窓口・栄養相談窓口・

女性の相談窓口・両立支援相談窓口 設置



ハーブガーデン



創造性の向上

働き甲斐のある職場

健やかな心と身体

人が人をおもう。人が人をつつむ。

