

健康経営の取りくみについて 2026年版 (2025年度実績と2026年上期実績)



健康経営推進事務局

2026年 9月



令和7年度介護職員の働きやすい職場環境づくり
内閣総理大臣表彰及び厚生労働大臣表彰 受賞

①経営理念・方針

みゆきの里 健康経営宣言

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、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、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 兼 健康管理最高責任者(CHO) 富島三貴

みゆきの里『ビジョン』

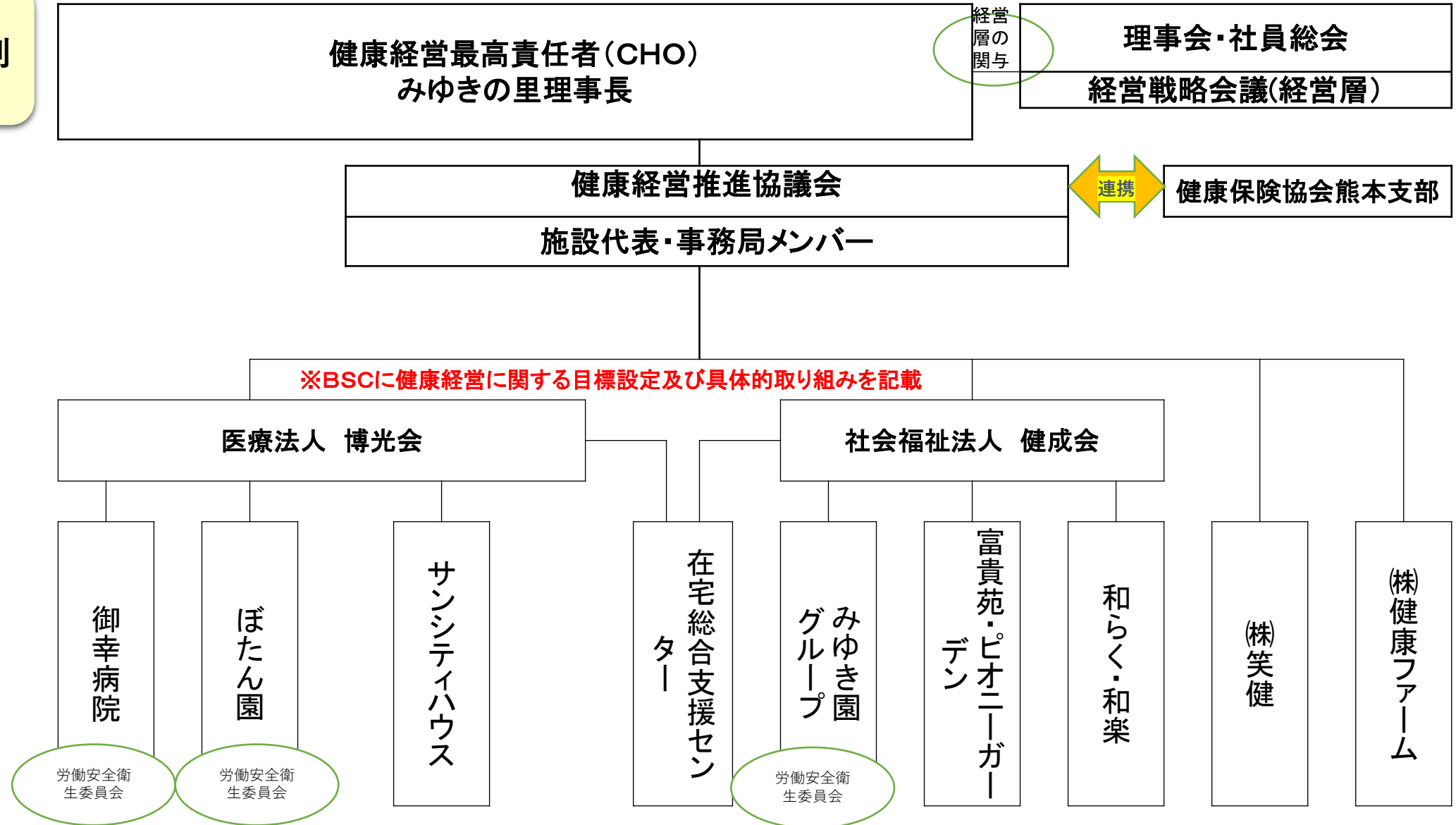
- ・保健・医療・福祉の専門性を強化して、地域とともに未来へ繋げるコミュニティヘルスの拠点となります。
- ・シームレスな連携と機能強化で在宅復帰と健康生活の支援を行います。
- ・全人的な健康観に立ち、ご利用者のニーズに応じた治療・ケアを選択・結合し、生活の質を高めます。
- ・職員はお互い尊重し思いやりをもって協働し、温かく活気ある職場風土は他のお手本となります。
- ・グループ全体の経営基盤を確実にし、安定した収益と人材採用・育成制度が構築されています。

みゆきの里の健康経営の目指す姿

『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』

- ① 職員が全人的健康観をふまえ、健康管理の専門的スキルを向上させ、セルフケアを実践できている。
- ② 職員の全人的な健康の維持・増進にむけた支援体制が整っている。
- ③ 職員相互の支援と思いやりに支えられ、安心して働き続けられる職場風土が構築されている。
- ④ 職員がいきいきと地域の健康づくりに貢献することが、みゆきの里ブランド向上、優秀な人材採用に結びついている。

②組織体制



各事業所の経営層が積極的に健康経営に関わり、職員の健康増進を事業目標に掲げることとし、その推進にあたっては理事会・社員総会・経営会議等において決議を行います。労働安全委員会は御幸病院・ぼたん園・みゆきG等各施設にて活動を展開。健康経営推進協議会において情報の共有を図りPDCAサイクルを活性化。また、みゆきの里が活用していますBSCにおいて、各職員も健康に関する目標値設定を行い、健康経営への取り組みが法人内の隅々にまで浸透する体制としています。

③制度・
施策の実行

職員の健康課題が及ぼす影響と 具体的な取り組み

医療・福祉の人材確保は困難
職員定着率向上を目指す
表彰制度

永年勤続者7年・10年・15年・
20年・25年・30年・35年

魅力ある里の発信

⇒HP刷新

⇒里の価値を高める
ブランド・戦略

⇒セルフケア促進の情報発信

安心・安全な環境整備

職場巡視を1回/月実施

⇒改善箇所の確認・調整

環境による
職員のスト
レス増加

人材採用に
支障
施設整備が
十分できな
い

把握・協議

- 理事会
- 経営戦略会議
- 健康経営推進事務局
- 労働安全推進事務局

心身の不調

心身の不調
は
負のスパイ
ラルを招く

労働生産
性の低下

法人
収益低迷

- 集患・利用者の発掘⇒広報・連携活動促進
- **職員の労働意欲向上⇒健康経営の推進**

生産性損失対策
生活習慣病対策

職員の健康チェック

- ・ ストレス度チェック
- ・ 健康診断受診率
- ・ 特定保健指導受診率
- ・ 喫煙率
- ・ 傷病による休職

各種指標を基に改善の取り
組みを展開

体調不調の早期発見

⇒健康チェックシート活用

メンタルヘルス対策

⇒管理職研修

⇒ラインケア研修

⇒セルフケア研修

過重労働対策

時間外労働削減

⇒法令順守 リスクマネー
ジメント

健康経営を基盤とした企業戦略図

みゆきの里の価値向上・持続的な成長



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があり、働き甲斐の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。

サービスの質向上

⇒患者・利用者

満足度向上

地域の健康づくり

連携先との良好な

関係

紹介患者・

利用者増加

職員の働きがい・
生きがいの醸成

⇒満足度向上



離職率低減

職員定着向上

職員からの

入職紹介増

職員の健康増進
⇒パフォーマンス向上

健康経営の
取り組み

企業理念（長期的なビジョンに基づいた経営）

2026年度健康経営の戦略図

健康経営で解決したい経営課題

慢性的な人手不足 高騰する人材紹介手数料
売り手市場の拡大による組織定着の希薄化
従業員の高齢化による労働災害の危険性の高まり
個々の職員のセルフリテラシー能力が不十分なことに
よる、不健康や不摂生による労働生産性の損失
高ストレス者の増加 自己効力感を高め、幸福度を高
めたい。

健康投資

全人的健康
の推進（生
活習慣病予
防）

安心・安全
な職場整備
エンゲージ
メント向上

生産性損失
対策

健康経営
パートナーの会

ヘルスリテラシー向上
職場で役立つ体質チェッ
クと体調管理研修

健康診断・精密検査
特定保健指導

健康アプリの活用

運動習慣・食生活
和楽の活用・体組成計測定
食生活支援：イベント企画

2026労基法改正への対
応働きやすさ向上・リスクマ
ネージメント

高齢者就労支援
メンタルヘルス対策

福利厚生 の充実
就労継続支援

病・介護・育児と仕事の
両立支援

コミュニケーション促進
多職種協働研修

HHLABサイト情報発信
アロマ・マインドフルネス等

女性特有の課題・
腰痛・睡眠対策

健康投資施策の取状況 に関する指標

参加者数の増加

受診率の増加

アプリ利用率向上

和楽会員数の増加
体組成測定者率向上
イベント参加率

総合健康リスク値の減少

時間外労働時間削減
年間目標年休取得率
時間単位の年休取得率
食支援の利用額
介護・育児休暇取得率

イベントの企画
Z世代の定着向上

サイト閲覧数向上

課題に対する研修
腰痛治療者・改善者増
睡眠障害者減

健康施策効果

従業員の意識変容・行動 変容に関する指標

仕事満足度の向上
2025年度：博光会2.36点
健成会2.26点
2026目標：2点
1-4点（高得点程不満足）

健康意識の向上
全人的健康観
(Body&Mind&Spir
it)を理解してセル
フケア出来る職員

運動習慣の向上
2025年度：博光会27.3
健成会：23.8%
2026目標：30%

適正体重維持者率
2025年度：博光会60.8%
健成会55.8%
2026目標：63%

高ストレス者の減少
2025年度：博光会17.2%
健成会8.8%
2026目標：14%

コミュニケーション
イベントの参加率

健康関連の最終 的な目標指標

職員定着向上
離職率低下
2025年度：10.2%
2026目標：9.0%

アブセン
ティーズムの
低下
2025年度：博光会
3.8日健成会5.7日
2026目標：3日

プレゼン
ティーズム
(損益)
2025年度：博光会
22.8%
健成会20.5%
2026目標：20.0%

ワーク・エン
ゲージメント
の向上
活力
2025年度：博光会
2.51点健成会2.6
点
2026目標：2.6点
1～4点（4点が
最高点）

健康経営 目標

『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があり、働き甲斐の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。

用語の定義：アブセンティーズム（過去1年間 心身の不調で休んだ平均日数）プレゼンティーズム（過去1年間の平均パフォーマンス損益）ワークエンゲージメント：活力1-4点（4点が最高点）

2026年度 健康支援推進 年間計画

4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
新入職員入職 入職時健診	職員健診 スタート	精密検査 受診勧奨	特定保健指 導スタート		協会けんぽ（事 業所カルテ確 認）	ストレスチェック ・ワークエンゲージメント ・アブセティーズム ・プレゼンティーズム調査 ・職員満足度調査 インフルエンザ接種	特定業務 従事者健診				
年度末数値の 確認 （人事・経理）	健康経営KPI 設定 取り組み 方針の決定 労働安全衛 生の取り組 み計画				健康経営優良法 人 調査票確認	育児・介護アンケート 健康経営顕彰申請 健康経営推進パートナーの 会 （セミナー）		健康推進 事例発表会 健康経営優良 法人調査票 フィードバッ ク			永年勤続表 彰
新入職研修			管理職研修 スタート			管理者 みゆきアカデミー研修 ホリスティック健康講座					
				夏祭り （地域交流・ コミュニケーシ ョン促進）		御幸校区運動会参加					
労働安全衛生委員会 職場巡視											
セルフケア研修・情報発信 睡眠アプリの活用											
各職場における健康促進活動											

職員専用サイト（健康支援通信）・HHLABサイトセルフケア情報発信・健康経営推進パートナーの会サイト情報発信

2026 年度 健康経営取組み年度計画

	全体研修 その他	健康経営	推進事務局	管理職	一般職	講義 (ネット講義番号)
4月	新任研修 (含む健康経営 推進研修 Q4)	新年度計画の開始 ストレスチェック対応中間評価				
5月		<健康経営推進> 定期健康診断 世界禁煙デー (5/31) 禁煙週間 (5/31～6/6) <禁煙強化>	がん検診などオプション検査を含めた案内 ポスターなど広報 (巡回/施設)	VDT調査 禁煙・受動喫煙防止 Q62		WEB研修協会けんぽ
6月		<女性の健康強化> <熱中症対策強化>		岡立支援コーディネーター研修受講⇒選任 女性の健康課題 Q48、Q49 熱中症対策の周知・徹底		WEB研修協会けんぽ HP
7月	みゆきアカデミー 1 回目	肝臓週間、日本肝臓デー (7/28) 精製検査受診勧奨・特保健指導 <従業員の健康意識向上> 体組成測定① 全国安全週間 (7/1～7/7) ストレスチェック対応最終評価	受診率向上を推進 体組成測定・記録	*管理職としての基礎知識 Q38 *健康経営推進の方針伝達 Q4 *全人的健康観の理解 Q38		HP
8月	みゆきアカデミー 2 回目 (既参加者も可) みゆきアカデミー 3 回目 (既参加者も可?)	<育児・介護・がん治療と仕事の 両立推進> 食品衛生月間 体組成測定①	自己調整型プロフェッショナルを育てる！ (その 1) ・職場で役立つ体質チェックと体調管理研修 ・両立支援に関する研修 Q42、44、47、 ・男性育児休業取得に関する研修 Q42			HP 志水産業医 宮本センター長
9月	QMM (前半) 全人的健康推進月間 みゆきアカデミー 4 回目	ストレスチェック開始 自殺予防週間 (9/10～9/16) 体組成測定① 体組成測定② 結核・呼吸器感染症予防週間 健康増進普及月間 職場の健康診断実施強化月間 食生活改善普及運動月間 <食育、食習慣の見直し> 認知症月間 老人週間 (9/15～9/21) 認知症の日 (9/21) <高齢者労働安全>	受検案内 管理職向け案内 総合健康リスク・プレゼンの改善 相談・指導	自己調整型プロフェッショナルを育てる！ (その 2) ・ストレス対策&集中心力強化 <マインドフルネス研修> ・サントリー+ウォーキングイベント ・全人的健康に関するビデオ視聴推奨 各自 QMM に実践計画を反映させる 健康意識向上セミナー アプリの紹介 (睡眠・肩こり・腰痛・禁煙) Q39 料理の基本と食育教室 高齢従業員向けセミナー Q50 身体機能低下等によるリスク改善 Q50 (ヒヤリハット事例の洗い出しと、危険マップの作製)		栄養科 集合研修
				*管理職として学ぶマネージメント		

2026 年度 健康経営取組み年度計画

10月	健康経営パートナーの会 経営者交流会・ セミナー開催	<感染症対策強化月間> 体組成測定② 全国労働安全衛生週間 (10/1～10/7) 世界メンタルヘルスデー (10/10) 地域住民・学生健康づくり Q82	セミナー、講演など設定 *被扶養者特定検診の促し 2025 年度 健康経営優良法人継続申請締切	感染症対策、ワクチンに関する研修 Q61	CB2503a,b,c, <通年 地域住民へ講演開催>
11月		ストレスチェック結果・分析結果 体組成測定② 最新知事健康診断 薬と健康の週間、性の健康週間 アルコール関連問題啓発週間 (11/18～11/24)		アルコール依存症セミナー Q56、	HP
12月	健康経営の仮 受審結果発表	ストレスチェック結果へ対応開始 ハラスメント撲滅月間 <職場環境改善> 体組成測定結果・評価	結果送付 チェックシート配布 年度報告 (推進協議会/経営報告) 9 月計画の振り返り、課題明確化	ハラスメント研修、(カスタマーハラスメントを含む) ...	HEA2553dd CJ2556a,b,c 古閑顧問と協議 HP
1月		ストレスチェック対応・改善 <睡眠障害対策> <花粉症対策>	次年度全体計画策定開始 面談、聞き取り チェックシート回収	睡眠障害がある職員は志水産業医による指導 花粉症に関する研修 Q57 (WEB 研修⇒薬局へ依頼)	
2月	QMM (後半)	<離職防止強化> 化学物質管理強化月間	<離職の現状把握> 次年度全体計画の確定 (2 月中) チェックシート改善状況の確認	2 世代の定着にむけた研修	
3月		次年度計画策定各部署 3 月末迄 自殺対策強化月間 <メンタルヘルス強化> 世界耳の日 (3/3) 女性の健康週間 (3/1～3/8) 世界結核デー (3/24)	チェックシート改善状況の確認 次年度キックオフ準備	ストレスと上手に付き合う方法 ラインクーパー 労働法改正について情報提供 <宮本センター長>	WEB 研修協会けんぽ

毎月の行動計画表作成
国の健康に関する月間施策とリンクさせ
強化月間を定める



全人的健康の推進

🔍 早期発見・課題把握

健康診断・精密検査・特定保健指導（受診率100%）

事業所カルテの確認
ストレスチェック実施

🏠 ヘルスリテラシー向上

研修・セミナー・Web研修活用 協会けんぽの出前講座

管理者アカデミー研修 全人的健康観

禁煙対策・セミナー

🌿 生活習慣・セルフケア

食生活: 朝食摂取、健康弁当・野菜提供、栄養指導、イベント企画

運動: 体組成計測定、和楽の活用促進

セルフケア: 全人的健康の推進・自己調整能力

ツール: HHLBサイト（全人的健康観の育成）
、サントリープラスアプリ

その他: 睡眠習慣研修、アルコール対策



生産性損失対策

🛡️ リスクマネジメント・環境

2026年労基法改正への対応（情報収集）
感染症予防対策・職場巡視

化学物質取扱い・労働災害防止

働きやすさ向上施策

👤 身体・メンタル課題対応

腰痛対策: アンケート、鍼灸、ヨガ・アロマ

女性特有の課題: ヨガ、マインドフルネス、
東洋医学: 職場で役立つ体質チェックと
体調管理研修

メンタル: 相談窓口活用、管理者研修

🔄 継続就労支援

高齢者の継続就労支援 危険マップの作製

病・育児・介護と仕事の両立支援
研修等の企画

両立支援コーディネーター育成



安心・安全・エンゲージメント向上

💬 コミュニケーション促進

ばたん会と協賛（夏祭り・忘年会等）

職員の世代間交流促進（レク企画）

多職種協働研修（チーム力・コミュ力向上）

😊 エンゲージメント向上

安心・安全な職場整備

組織への帰属意識向上

🎁 福利厚生の充実

キャリア形成・教育支援

住・食・運動の生活支援

予防接種・健診補助 セルフケア支援



活力ある職場へ

※各施策は相互に関連し、総合的に健康経営を推進します。



従業員 健康管理計画

• 従業員の健康維持・増進と、働きがいのある職場環境の実現を目指す5つのカテゴリー別健康管理計画について説明します。

- ライフステージ
- 健康度レベル
- 職場のニーズへの対応
- 特殊なニーズ
- その他 包括的施策

STEP 01 ライフステージ

ライフステージに合わせた就業継続支援として、以下の施策を計画しています。
離職率低減（目標：9.0%）に努めます。



仕事との両立支援

育児・介護・私病との仕事の両立支援

相談窓口の設置

- 体質チェックと体調管理研修（管理者研修）
講師：志水産業医
- 女性の健康問題に対する情報提供（アロマの活用等）
- 両立支援コーディネーターの養成



Z世代の離職防止支援

- 職員間のコミュニケーション促進
懇親イベントの企画（各施設ごとで計画）
ぼたん会による懇親会企画



高齢者の継続勤務対策

エイジアクション100からの取り組み

2025年度
50歳以上
の職員
36.1%

➤ 腰痛予防

みゆき園（アンケート調査・研修・腰痛予防体操）

ぼたん園（腰痛予防の情報発信）

腰痛予防パンフレットの活用⇒看護・介護作業における腰痛を予防しましょう

<https://www.mhlw.go.jp/content/11300000/001392254.pdf>

➤ ヒヤリハット事例から危険マップの作製（各施設）

➤ 体組成測定 2回/年

100 %

管理者への働きかけを強化し、全従業員の受診を徹底。健康経営の基盤を固めます。PHRの活用

STEP 02 健康度レベル

健康度レベルの3つの区分（健康・未病・有病）にわけ、それぞれの段階における支援をおこないます。全人的に健康な職員育成に努めます。



健康な人

➤ 発病予防と健康増進

各種健診の推奨⇒オプション検査、がん検診

体組成測定 2回/年 年度別推移の確認

食生活改善 朝食欠食改善 参加型イベント開催

➤ 健康教育⇒健康支援通信 1回/月発信

➤ PHRの活用・サントリープラスの活用

➤ 禁煙の推進⇒協会けんぽ出前講座

➤ 医療・介護職に発生しやすい腰痛⇒アンケート調査・研修会等の実施・予防動画

➤ HHLBサイトの活用⇒全人的健康観を基盤としたセルフケアの情報発信⇒全職員の閲覧率を高め、全人的健康観について職員が認識し実践することを推進します。



未病な状態

➤ リスクの早期発見

健康診断結果・ストレスチェックにより自己の健康状態を把握。高ストレス者への個別対応。高リスク部署（120以上）への介入とフォロー。

➤ PHRの活用

➤ 生活改善

⇒健康な人への取り組み（発病予防と健康増進）と同じ内容

➤ 特定保健指導実施率100%へ

➤ 精密検査受診勧奨

➤ HHLBサイトの活用⇒全人的健康観を基盤としたセルフケアの情報発信⇒セルフケアに活かす。



有病状態の人

➤ 重症化・再発予防

直属上司によるフォロー・相談できる関係の構築

➤ 治療継続支援

優先的に受診時の休暇取得支援

➤ 相談窓口の設置

両立支援コーディネーター取得（3名）

➤ 精密検査受診勧奨

➤ HHLBサイトの活用⇒セルフケアを高めることに情報を役立てる

全人的健康観の認識・実践の推進

自分のビジョン（人生の目標）をしっかりと立てる

職場のニーズへの対応

経営層のコミットメントを確保し、現場の課題解決、コミュニケーションの活性化まで、組織全体での取り組みを促します。また、各職場の実情に合った働きやすい環境を構築します。職場環境の改善を推進し、心理的安全性の確保に努め、離職低減を図ります。（目標：9.0%）



経営・組織連携

➤ 経営層への発信

理事会・経営戦略会議で健康経営の進捗状況を定期的に報告し、トップのコミットメントを確保。

➤ BSC連動

各施設・部門のBSC（バランス・スコアカード）にて離職率の推移を確認し、具体的な対策案を立案。

➤ 専門知識の維持

健康経営アドバイザー・スーパーアドバイザー資格の継続取得と活用。

➤ 外部連携

健康経営推進パートナーの会推進支援

➤ 制度改正への迅速対応（情報提供含む）

2026年労働基準法改正⇒情報収集と対応策



職場環境の改善・心理的安全性の確保

➤ 職場巡視（月1回）

感染情報と対策の確認を継続し、物理的にも心理的にも安全な職場を維持。
労働安全衛生委員会活動の活性化

➤ コミュニケーション促進

各施設で具体的な計画を立て、日常的な対話を活性化させる仕組み作り。

➤ 参加型イベント

食に関する職員参加型のイベントを企画し、健康意識と連帯感を同時に向上。

➤ 部署ごとの取り組み設定

BSCにおいて、各施設・部署の特性に応じた独自の健康目標を設定・計画。

➤ ラインケア研修

管理者による部下のメンタルヘルス不調への早期対応。

➤ 多職種協働研修

円滑な対人関係構築とチームワーク向上。

STEP 04

特殊な ニーズ

従業員の中には、特別な配慮や専門的な支援を必要とするケースがあります。

ここでは、心理的安全性の確保や個々の健康情報を活用したパーソナライズドケアなど、より個別性の高いニーズに応えるための施策に焦点を当てています。



心理的安全性と女性特有の不調への対応



課題への対応

心理的安全性に関する取り組みを含む、特殊なニーズへの対応を推進。

- **カスタマハラスメント研修** ⇒ 協会けんぽの出前講座活用
従業員を不当な要求から守るための対応策。
- **女性特有の不調に関する相談** ⇒ 志水産業医・山内鍼灸師



個別健康管理の推進

PHR

- 従業員が自身の健康データを一元管理・活用できるPHR（Personal Health Record）の導入を進め、個別最適化された健康支援を推進します。
- サントリープラスの健康支援ツール活用促進

05 その他・包括的施策

上記カテゴリーに収まらない、職場の一体感を醸成するイベントや、健康増進を促すツール等の活用を促進するとともに、健康経営を多角的に補完・強化します。（健康経営推進優良法人認証継続取得を目指す）



イベント・コミュニケーション

懇親イベントの企画

夏祭り、御幸校区運動会への参加、ぼたん会による懇親会などを通じて、業務外での社内交流を促進し、心理的安全性を高めます。Z世代の離職防止。

夏祭り

運動会

ぼたん会

コミュニケーションツールの検討

「LINE WORKS」の導入検討に加え、「繋がらない権利」などの運用規定を人事センターにて並行して整備し、メリハリのある働き方を支援します。



健康増進ツール

サントリープラスアプリの活用

全社的なウォーキング大会イベントを開催し、アプリ利用を促進。楽しみながら健康習慣を身につけます。



EVENT

全社ウォーキング大会

健康経営推進優良法人認証継続取得

2025年度 651～700位/4175社

評価の詳細分析⇒質問項目への対応検討

健康経営エキスパートアドバイザー資格継続

健康支援通信の発信 セルフケア支援

健康意識の向上を図るために健康保持・増進に関する情報の発信

●健康支援通信 1回/月 発信 * 2025年4月～2026年9月迄の情報発信状況

4月	腸活はじめてみませんか	4月	働きすぎ注意！健康を守る習慣
5月	6月4日は「虫歯予防デー」	5月	健康診断結果の見方 前編 ～数値の意味を知って、からだの変化に気づきましょう～
6月	飲みすぎ注意！健康的なお酒の飲み方	6月	健康診断結果の見方 後編 ～数値の意味を知って、からだの変化に気づきましょう～
7月	夏バテが起こる3大原因とは	7月	高温多湿の季節は食中毒に注意
8月	翌朝すっきり！睡眠の質をあげよう	8月	9月は秋の睡眠 睡眠の基本
9月	肩こり腰痛に悩まされていませんか？	9月	メンタルヘルス
10月	ストレスチェックの結果はいかがでしたか？	健康経営推進パートナーの会サイトにも掲載し 会員企業様の健康増進としての情報発信も行う	
11月	免疫アップ！寒い冬を乗り切ろう		
12月	気になる？身になる？体脂肪を減らすコツ		
1月	アルコールが好きなら肝臓をいたわろう		
2月	ウォーキングのすすめ！		
3月	女性の健康について知ることから始めよう		

毎週金曜日はマインドフルネスの日

③制度・
施策の実行

心と体のメンテナンスによる エンゲージメント向上の土台づくり

職員の皆様のストレス軽減にお役立てください♪

みゆきの里
MINDFULNESSDAY
毎週 金曜日

毎週金曜更新!

5分間の呼吸瞑想
～音声ガイド付き～

第93回

[ホリスティックヘルスラボ
\(miyukinosato.or.jp\)](http://miyukinosato.or.jp)

③制度・ 施策の実行

アロマの活用

心と体のメンテナンスによる エンゲージメント向上の土台づくり



2026.06.30

「涼しくなりたい！」梅雨のジメジメや夏の猛暑
に役立つアロマセラピー



2026.04.17

お腹の不安に、そっと寄り添うアロマケア～下痢
や便秘でゆらく日々に～



2025.09.03

【アロマの処方箋】 9月の不調は夏の疲れが原因？
今日からできるアロマケア



2026.02.20

花粉症をアロマセラピーで和らげる方法 | 目・
鼻・喉のつらい症状に効くホリスティックケア



2025.12.08

眠れない夜をくり返すあなたへ。自然な“休める睡眠”
を取り戻すために。

③制度・
施策の実行

職員対象 アロマ研修 2025年度実績 2026年度上期実績

2025年度【アロマ職員研修:『セルフケア』ケモタイプアロマセラピー】

職員の皆様へ、自分自身をケアする35分を提供

【職員対象 アロマ研修 2025年度実績】

《月ごとのカリキュラム一覧》

開催月	タイトル	参加者数（人）
7月	環境整備・ 空気清浄 ・虫よけスプレー作成	9
8月	眼精疲労 ・汗拭きシート・入浴剤に活用できる アロマバスオイル作成	9
9月	頭痛・肩こり・筋肉痛緩和ジェル	7
10月	イライラ緩和・感情の鎮静・睡眠ケア アロマブレンドオイル	9
11月	感染症予防・風邪の初期症状緩和に アロマクリーム	10
12月	上気道（鼻腔・喉）ケアに活用アロマ スプレー	10

【職員対象 アロマ研修 2026年度上期実績】

《月ごとのカリキュラム一覧》

開催月	タイトル	参加者数（人）
5月	リラックスケア	5
6月	虫よけ・痒み緩和ケア	8
7月	寝苦しい夜の睡眠ケア	7
8月	下痢・便秘のケア	8
9月	片頭痛・肩こりのケア	
10月	リラックス入浴	

職員対象 アロマ資格認定制度



2026年度 みゆきの里アロマ資格認定講座 (PAM) 受講生募集！

心や身体に働きかけるアロマテラピーと一緒に学びませんか？

この講座はアロマテラピーの基本的な知識とスキルを習得できるみゆきの里独自の資格認定講座です。
代表的な6種類の精油を中心に、セルフケアやホームケア、患者様や利用者様へのケアの基礎を学びます。
みゆきの里の職員なら、どなたでも無料で受講が可能です。
アロマテラピーに興味のある方、実践してみたい方は、ぜひご検討下さい。
既にPAM資格を取得された方でも、久しぶりに学び直したい、心地よい香りにふれて癒されたい方もお待ちしております。

御幸病院 アロマ推進委員会

日時： 原則 7～10月の第2・4火曜日 17:45～19:00 (8/11, 9/22は祝日のため変更)

場所： 御幸病院 3階 大会議室 ※ 講座内容は変更することがあります

	日程	講座内容	
		講義	実技
第1回	7/14(火)	オリエンテーション アロマテラピーと精油	芳香浴①
第2回	7/28(火)	作用経路 精油各論①	芳香浴②
第3回	8/10(月)	アロマテラピーの化学 精油各論②	アロマスチーム
第4回	8/25(火)	精油各論③ 精油の濃度、滴数計算	アロマスプレー
第5回	9/8(火)	みゆきの里ハーブガーデンの見学	
第6回	9/29(火)	アロマテラピーの歴史 精油各論④	手浴・足浴
第7回	10/13(火)	代表的な基材	トリートメントオイル作成 セルフハンドトリートメント
第8回	10/27(火)	調剤法規 症状やシーンに応じた活用方法	まとめ
	11/10(火)	TEST	試験対策
	11/24(火)		認定試験 (合格基準:80点以上)
	12/1()		認定式 (当院理事長より認定証が授与されます)

講座で学ぶ精油6種
オレンジ・スイート、ベルガモット、ラベンダー・アングスティフォリア、ユーカリ・ラディアタ、ペパーミント、ティートリー

2025年度PAM
資格取得者 9 人

③制度・
施策の実行

HHLABサイトの活用を！ 2022年3月から発信中

みゆきの里



トップ
メッセージ

top message

**HOLISTIC
HEALTH LAB**
ホリスティックヘルスラボ

健康で日々をいきいきと過ごすために「セルフケア」のすすめ。

東洋医学やアロマセラピーなどの専門家が季節に応じた生活の知恵をお伝えしていきます。



③制度・ 施策の実行

行動変容プログラム 本人の活動支援



従業員が主役の健康経営サービスの活用
アプリを活用した日常生活の改善（意識付け）



 **SUNTORY+ Navi**

・アプリ利用主要指標



2026年 8月
現在参加者
51.2%の参
加（322名）

2025年 定期健診

定期健康診断と保健指導の取組成果

- ◆ 法令を超える健診項目（ヘモグロビンA1c、大腸がん検診など）を加えた定期健康診断を実施。任意で乳がん・子宮がん検診、胃がん検診、前立腺がん検査、骨密度検査などを実施
- ◆ 定期健診受診率 100%を達成
- ◆ リスクに応じた保健指導を体系化
- ◆ 特定保健指導実施率（評価面談）：85.7%
- ◆ 一定基準を満たした従業員への保健指導（特定保健指導以外）：74%

③制度・
施策の実行

健康習慣 運動習慣の定着 2023年～開始 継続中

□全職員 体組成診断

上期・下期2回測定し体脂肪・筋肉量・内臓脂肪の改善を目指す
参加率が高く筋肉量が改善した部署の表彰

* 内面へのフォーカス（マインド、スピリット）は、次年度の課題

□サントリープラスのアプリ

（健康行動習慣化をサポートするヘルスケアサービスアプリ）

健康行動が「変わる 続く」⇒健康習慣をつける

ウオーキングイベント 職員の利用データ管理

2026年 9月現在参加者 52%の参加（327名）

職員サイト

7月 体組成測定のご案内

自分のからだを知るチャンス！

御幸病院職員の皆様へ
職員の皆さまの健康づくりの一環として、
7月に体組成測定を実施いたします。
体重だけでは分からない筋肉量・体脂肪量・基礎代謝量
などを確認できる機会です。ぜひご参加ください。

1 ウェルネススクエア和楽での測定

実施期間	7/1～7/31（平日のみ）
場所	ウェルネススクエア和楽
時間	9:00～18:00
特典	フィットネス2回チケット プレゼント

2 出張測定 予約優先

実施日	7月27日・7月28日
場所	総院長室
時間	11:45～13:15
特典	フィットネス2回チケット プレゼント

※出張測定は予約優先です。ご希望の方は事前予約をお願いいたします。
出張測定の予約は所属長へお申し込みください。

昼休みなどを利用して、
お気軽にご参加ください。

③制度・
施策の実行

健康習慣 運動習慣の定着

2025年4月開始

健康クラブ

2025年度参加人数（延べ）実績

☐ 花架拳：27名

☐ ヨガ：57名

☐ 太極拳：50名



③制度・
施策の実行

2025年度 ホリスティック健康講座

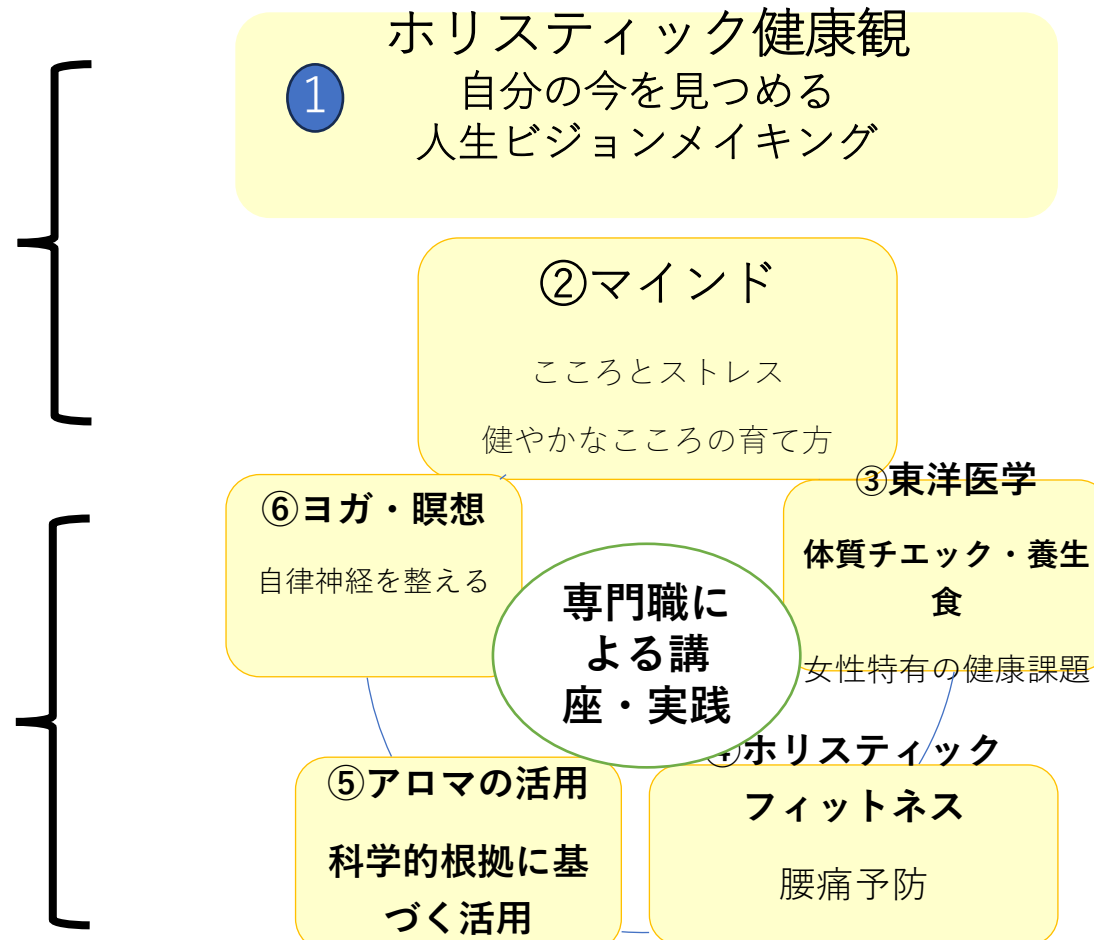
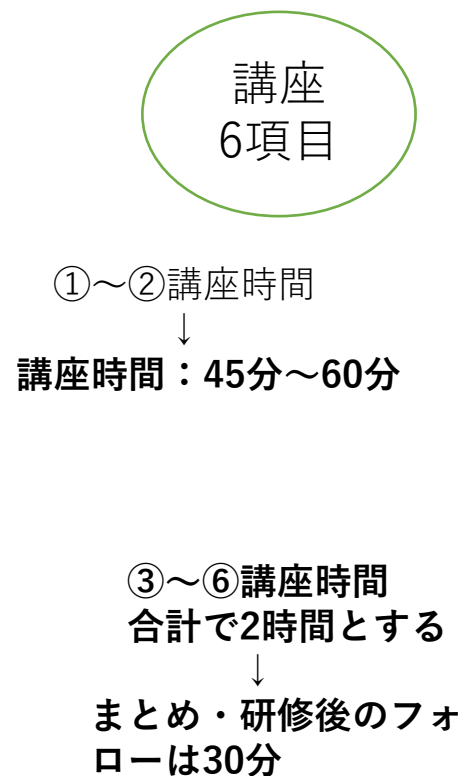
ホリスティック健康観・マインドを育み
理解を促進するための手段を共有しラインケアに活かす

受講前学習



HHLABサイトにてセルフケア情報の確認

受講対象者：2025年度アカデミー研修受講生
(主任クラス：25名 課長クラス：23名)



人事考課制度BSCの活用
(健康目標記入)
BSCのKPIにて到達度を
評価

管理者として組織へ
の波及展開
ラインケアへ活かす

事務局スタッフ：健康経営事務局スタッフ

2025年度管理者研修(前半)

- 利用者様を最優先に配慮する組織づくり
- 研修の学びを実践し、ラインケアに活かす

参加者：主任級23名、課長級22名 計45名（2025年度）

研修内容：①みゆきの里の理念と役割（改訂版ミッションブックをふまえて）

②自己のマネジメント力の振り返り

③グループワークの基礎

④チームビルディングにいかすグループワーク

2024年度研修の成果の振り返り

⑤事例検討（ポジションチェンジを判断に応用する）

⑥事例検討（RCA分析により根本問題を見出し、対策につなげる）

2025年度管理者研修（後半）

- 健康経営の推進の理解
- 自己のホリスティック健康観・マインドを育む
- 全人的健康（セルフケア）手段を学び ラインケアに活かす

参加者： 主任級 26名、課長級 25名 計 51名 （2025年度）

研修内容：①全人的健康観について

②マインドを健やかに

③東洋医学的ケアを日常に

④腰痛にまけないあなたの生活

⑤ラインケアのまなざしを育てる

⑥ホリスティック健康講座 ヨガ

①法令遵守
リスクマネ
ジメント

労働安全衛生委員会との協働 職場環境改善職場巡視 感染管理等への取り組み

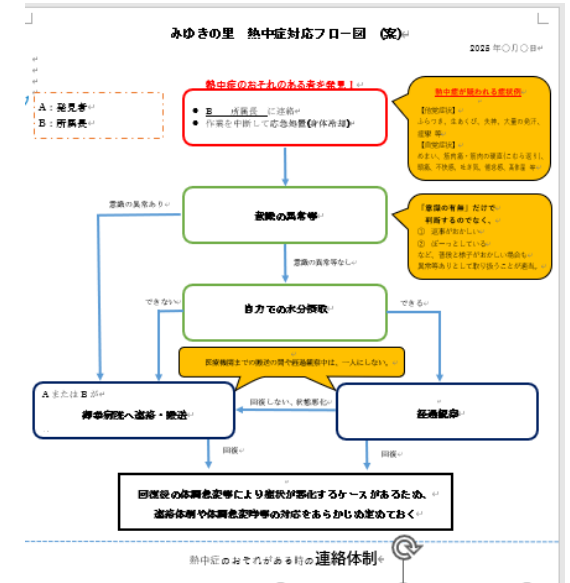
労働安全衛生協議会の取り組み

- 統括管理
- 環境管理
- 作業管理
- 健康管理
- 教育・衛生・安全



職場巡視風景
産業医による指導

2025年度巡視時の指摘完全
率100%



みゆきの里 熱中症対応フロー図

熱中症予防のための体調管理申出書
初回シート 活用開始

健康経営推進事務局 重点取り組み項目

- 感染症発生状況共有 取り組みの確認 ○ 定期健診・精密検査・特定保健指導活用・推進
- 職場環境改善 巡視（労働衛生基準の順守） ○ ストレスチェックの実施と分析 ⇒ 各施設の改善実施 PDCAサイクル
- 2025年度 みゆきアカデミー研修（管理者研修）ホリスティック健康講座 ○ 運動促進（体組成測定）
- 健康支援通信1回/月発（健康増進に向けた情報発信） ○ 労災の状況確認 ○ 熱中症予防対策

2025年度 みゆきの里事例発表大会

「健康経営・健康増進の取組部門」

御幸病院リハビリテーション部の地域サロン活動報告
～ 開催する上で重視する要件「楽しさ・愉しさ」について ～



博光会 御幸病院
リハビリテーション部

○ 渡邊弘
中田宏樹
藤本龍二
田中誠

1

1人の挑戦が職場を変える

CGMで実現する自発的健康経営

熊本市 糖尿病重症化予防プログラム実践報告

健康経営推進事務局 宮崎幸太郎

共同研究者：永田まなみ 岩本幸代 北里早希

2026年度 健康ファーム貸し農園

みゆきの里敷地内で貸し農園を実施
健康ファーム 職員の利用を支援



「いのちを支えるスープの勉強会」 の開催（毎月）

みゆきの里では、2008年10月より料理研究家 辰巳芳子先生のレシピをもとに、年間30数種の「いのちを支えるスープ」を毎週献立に組み込み、季節の素材を使ったスープを患者様やご利用者様に提供しています。

みゆきの里における「いのちを支えるスープの勉強会」の意義

みゆきの里では、「何よりも**予防**が大事」という創業の理念に基づき、“健やかな心と身体を育むための全人的健康づくり”をめざして、**セルフケア・セルフメディケーションの普及**に取り組んでいます。

2022年に、そのセルフケアの方法（東洋医学、アロマセラピー、マインドフルネス、**食養生**、ボディケア）に係る情報を提供するサイト『[Holistic Health Lab\(ホリスティックヘルスラボ\)](#)』を、HP内に開設。

「いのちを支えるスープの勉強会」も、その実践的活動の一つです。

みゆきの里 健康経営施策（2025年度）					
	実施目的	施策項目	具体的な取り組み	2025年結果	投資額
1	生活習慣病予防 メタボリックシンドローム該当者低下 有所見者率低下 がん対策	定期健康診断受診率100%	全職員対象に健診の案内・実施 施設内での健診。（勤務時間内に受診も可能）各施設別に実施予定日を提示し、全員受診を勧奨。個人の負担なし	受診率100% 健康診断結果管理システム	293万円/年 21万9千円/年
		精密検査受診勧奨	個別受診の勧奨 結果報告書の確認	48.7%	
		特定保健指導対象者への個別実施勧奨	特定保健指導対象者への個別案内と時間調整 対象者の管理者へ受診支援を依頼	特定保健指導の就業時間内の実施 91.1%	
		ホリスティック健康講座	管理者研修として実施	対象者：50名	160万円（受講生・講師の研修時間の人件費等）
2	生活習慣病予防 運動機会の増進	和楽（フィットネスジム）の活用	里内設置の和楽の活用推進 全職員対象に体組成測定を行い、トレーナーからアドバイスを受け運動の促進。 職員割引制度	体組成測定実施率70% トレーニングジムの活用 （122名/月 延べ）	体組成測定・トレーニング指導支援20万/年 トレーニング50万/年
3	生活習慣病予防 食生活の改善	管理栄養士による相談窓口設置	相談窓口と栄養に関する情報発信 アプリの活用	命のスープ動画	
		昼食・夕食（夜勤者）支援	昼食・夕食（夜勤者）の弁当補助 自前農園から新鮮な野菜の販売 定期巡回	御幸病院夜勤者弁当の配布 492個/月 昼食は85名程/日 弁当補助活用	平均20万/月（夜勤者） 平均44万/月（日勤者） 福利厚生として補助
4	生産性低下防止 高ストレス比率の低下 ワークライフバランスの推進	ストレスチェック	毎年全職員対象にストレスチェックの実施と各部署ごとの対策の立案と実施 産業医による分析と支援アドバイスを受ける	ストレスチェック実施率 99.8%	2025年度：46万/年（委託費）
5	生産性低下防止 メンタルヘルス不調者への対応	こころの相談窓口の設置	保健師が窓口で産業医への相談を実施 外部契約で臨床心理士の相談窓口も設置	10名/年	相談件数に応じた補助 約6万円/年

みゆきの里 健康経営施策 （2025年度）					
	実施目的	施策項目	具体的な取り組み	2025年結果	投資額
6	生産性低下防止 セルフケア支援 女性の健康維持	セルフケア支援（情報提供）	健康支援通信1回/月発信 HHLBサイトの活用 マインドフルネスの日設定（毎週金曜日）アロマ研修 肩こり予防体操の動画発信（職員専用サイトにて発信）	健康支援通信1回/月継続発信中（職員専用サイト） HHLBサイトにて情報継続発信中	ホームページ構築費用： 200万円/年
		健康リテラシーの向上	漢方研修 アロマ研修 マインドフルネス研修 管理者研修 禁煙セミナー 各種セミナー開催	受講対象者平均60%の参加	アロマ顧問料：20万/月 マインドフルネス顧問料：18万/月
7	生産性低下防止 ワークライフバランスの推進	残業時間の見える化	各施設・部署残業時間の確認と短縮に向けた取り組み（業務の簡素化・残業無ディの設定など）	平均残業時間：3.5時間/月（博光会）	
8	生産性低下防止 職場環境改善 離職防止	職場巡視 禁煙への取り組み 管理者研修	職場巡視は産業医が参加し博光会・健成会共に1回/月実施。改善箇所の実施は、労働安全衛生委員会で共有 禁煙指導士資格：薬剤師 禁煙セミナー（外部講師） 管理者研修（マインドフルネス研修）	職場巡視1回/月 喫煙率博光会14% 禁煙セミナーは協会健保支援（無料） 管理者研修（マインドフルネス）	管理者研修：講師費用（内部講師の活用）、マインドフルネス研修は健康リテラシ項目に掲載
9	コミュニケーション促進	コミュニケーション促進向上	夏祭り開催：コロナ禍の影響にて中止していた夏祭りを2023年度開催、職員家族も参加。 ぼたん会のレク計画 地域の運動会参加 地域とのコミュニケーション ノルディックウォーキング2回/月 地域住民支援 流団まつり参加 健康支援（体組成測定・血圧測定・鍼灸・アロマ紹介など）	夏祭り 2025年度参加者 1000名程度 2026年度は熊本地震で中止	2025年度運営費：230万
10	健康経営に関して関連企業との連携・支援	パートナーシップ構築	2023年4月健康経営推進パートナーの会設立 交流会・セミナー等開催し、健康経営に資する情報の提供や共有を図る	2025年1月第2回セミナー 34社46名参加 2025年10月第3回交流会・セミナー	運営費： 60万（2回セミナー） 60万（第3回交流会）

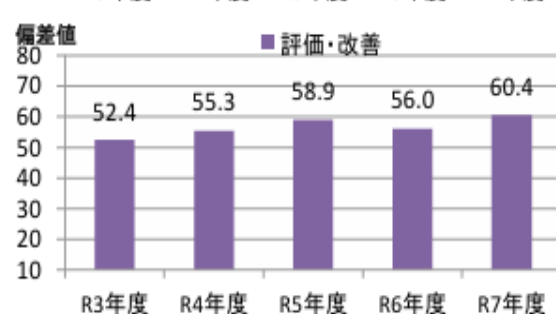
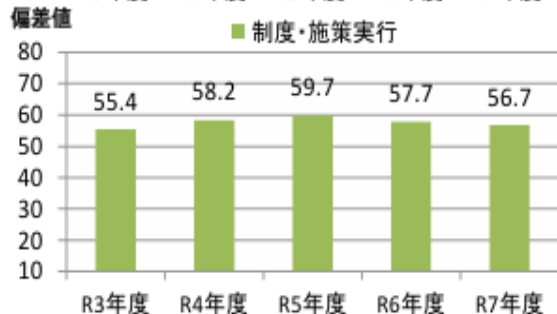
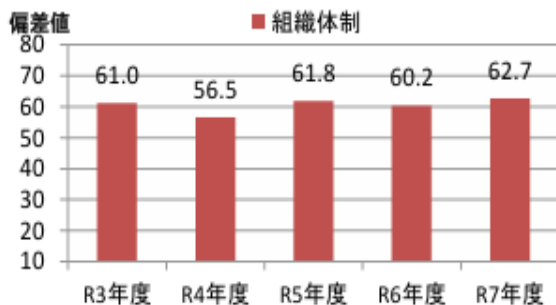
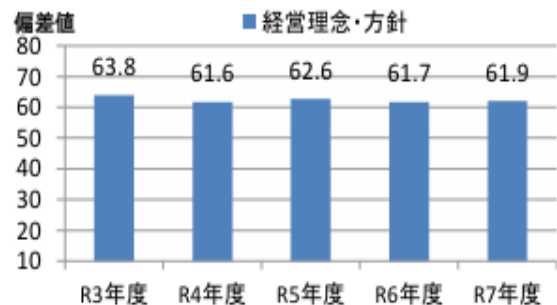
④評価改善

評価の変遷

③評価の変遷（直近5回の評価結果）

	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
総合順位	601～650位	701～750位	551～600位	751～800位	651～700位
総合評価	58.1	58.0(↓0.1)	60.8(↑2.8)	58.9(↓1.9)	60.6(↑1.7)
【参考】回答法人数	2869法人	3169法人	3520法人	3869法人	4175法人

※総合評価の偏差値推移の括弧内は、前年度との比較を示しています。



令和7年度評価結果

①健康経営度評価結果

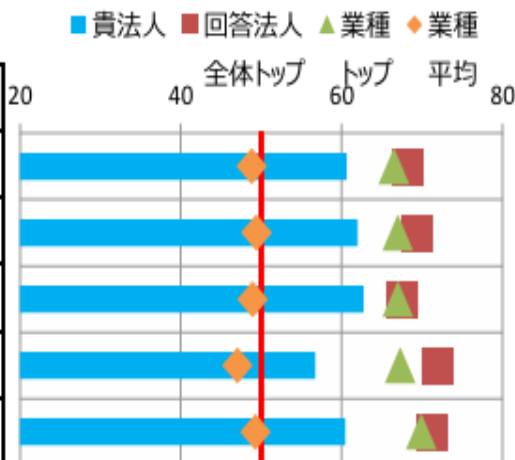
■ 総合順位： **651～700位** / **4175 法人中**

■ 総合評価： **60.6** ↑1.7 (前回偏差値 58.9)

※「ホワイト500」に該当するかについては、回答法人全体ではなく申請法人に絞った順位で判定するため、フィードバックシートの順位から繰り上がり認定される場合があります。

②評価の内訳

側面	重み	貴法人	回答法人全体トップ	業種トップ	業種平均
総合評価	-	60.6	68.3	66.5	48.8
経営理念・方針	3	61.9	69.3	67.0	49.4
組織体制	2	62.7	67.4	67.0	48.9
制度・施策実行	2	56.7	71.9	67.3	47.0
評価・改善	3	60.4	71.2	69.9	49.3



職員のパフォーマンス向上について

具体的な測定基準と実績値

	2023	2024	2025
アブセンティーズム 心身の不調で休んだ人の平均日数/年	3.5日	3.9日	4.4日
プレゼンティーズム 1年間の自分のパフォーマンス低下 平均割合 SPQ(東大1項目版)	15.4%	24.2%	22.8%
ワークエンゲージメント 工作中活力がみなぎる 4点満点	2.4点	2.4点	2.4点
ワークエンゲージメント 仕事に誇りを感じる 4点満点	3.13点	3.1点	3.0点

プレゼンティーズムについては2025年度は2024年度に比較し1.4%減少を認めた。

- 2024年度は管理者研修にマインドフルネス研修を実施。
- 2025年度は管理者研修にホリスティック健康講座：職員のエンゲージメントを高めるための研修を実施。

実績

高ストレス者減少について

	2023	2024	2025
受検率	99.7%	99.6%	99.8%
高ストレス者の割合	13.5%（85名）	14.3%	14.2%
ストレス度が高い部署 120以上（みゆきの里全 体：40部署）	5 部署	10部署	1 1 部署

2025年度の受験率は99.%台をキープ。

高ストレス者の割合2024年度比較して0.1%減。ストレスが120以上の部署は10部署から11部署に増加した。
対策シートを活用し定期的に労働安全委員会にて改善対策と状況を報告させ、フォローを行う。

ハイリスクの従業員には、メンタルヘルス改善意識調査（MIRROR）を実施し、最終評価時には1部署のみが悪化となったが、16部署においては改善・改善傾向を示した。

経年データの確認

④評価改善

健康関連指標

	2021	2022	2023	2024	2025
定期健康診断受診率	100%	100%	100%	100%	100
精密検査受診率	24.0%	24.3%	34.8	43.4	48.7
ストレスチェック受験率	98.1%	96%	99.7%	99.6%	99.8%
高ストレス者率	18.4%	15%	13.5%	14.3%	14.2%
特定保健指導実施率	65.6%	75%	86%	90%	91.1%
満足度（博光会）（仕事の満足度 4点満点）		満足＋概ね満足 50.9%	満足＋概ね満足 48.4%	調査会社変更 2.58点	2.59点
平均月間所定外労働時間	3.2時間	3.6時間	4時間	3.6時間	3.5
年休取得率（博光会）	69.2%	57.2%	46.3%	72.8%	66.0
喫煙率（博光会）	18.7%	16.5%	15.2%	14.0%	14.0%
運動習慣者率（博光会） 30分以上/週2日/1年以上）	16.0%	19.1%（事業所カルテ）	19.8%	25%	26.9%
ヘルスリテラシーの状況 管理職研修受講率		70%	70%	77.5%	80.0%
健康診断の結果指標 メタボリックシンドローム該当者 適正体重率	15.5%	15.2% 66.2%	10.3% 61.9%	11.8% 60.5%	11.1% 61.0%
離職 平均勤続年数	12.4% 6.8年	18.4% 6.9年	16.6% 7.2年	9.3% 8.15年	14.7% 8.5年
傷病による休職の状況	24（11）	19（9）（）内メンタル罹患	23（5）内メンタル罹患	32（9）内メンタル罹患	24（2）
労災件数	1	39（34）（）内コロナ	11（博6・健5）	16	16

成果

離職率低減

平均勤続年数延長

離職率

	2021	2022	2023	2024	2025
博光会	12.4%	18.4%	16.6%	11.3%	14.7%

平均勤続
年数

	2021	2022	2023	2024	2025
博光会	6.8年	6.9年	7.2年	7.8年	8.7年

2025年度の離職率は、2024年度に比較すると3.4%増加。

平均勤続年数は、健康経営推進の取り組みを始めた2019年から徐々に延長傾向を認める。

健康経営推進の成果が少しずつではあるが認められる。

職員満足度向上

	2024 (調査票変更)	2025
回答率	558人 (99.6%)	538人 (98%)
仕事内容は自分に合っている とても・まあまあ	2.85点 (4点満点) 調査会社を変更したため4点満点の評価へ変更	2.67点 (4点満点)
有給休暇が取りやすく、福利厚生が充実しているなど労働環境が整えられている そうだ・かなりそうだ	33.0%	55.2%
自分の仕事に誇りを感じる そうだ・かなり感じる	仕事の意義を感じる2.99点	3.0点
仕事や生活の満足度 (1点から5点)	仕事の満足度2.58点 生活の満足度3.10点	仕事の満足度2.59点 生活の満足度3.12点

2025年度は、有給休暇が取りやすく、福利厚生が充実しているなど労働環境が整えられているとの解答者数が33.0%から55.2%と22.2%向上した。

成果

メタボリックシンドローム該当者減少

	2023	2024	2025
健診実施率	100%	100%	100%
精密検査実施率	33.2%	43.4%	48.7%
特定保健指導実施率	86%	90%	91.1%

メタボリックシンドローム該当者	2022	2023	2024	2025
博光会	15.2%	10.3%	11.8	11.1%

定期健診受診率 100%を達成しリスクに応じた保健指導を体系化した。
特定保健指導実施率も91.1%となり、精密検査実績率も2023年度から徐々に向上している。

成果としてメタボリックシンドローム該当者は2022年度比較し減少傾向を認める。

成果

喫煙率減少

	2022	2023	2024	2025
博光会	16.5%	15.2%	14.0%	14.0%

2022年から徐々に**喫煙率の低下**は認められる。
2024年度、2025年度の喫煙率は14.0%にて横ばい。
禁煙支援活動は継続し、更なる減少を図る。
2025年度の禁煙・受動喫煙防止セミナー 受講率：73%

Miyuki college

[みゆきカレッジ \(miyukinosato.or.jp\)](http://miyukinosato.or.jp)



[みゆきカレッジとは](#) [講師紹介](#) [受講コース](#) [お客様の声](#) [スケジュール](#) [お申し込み](#) [お問い合わせ](#)



新しい自分に出会える
本物の学びへ

マインドフルネス

現役医師が多くの体験を交えながら、マインドフルネスとは何なのかなど各回テーマ別に整理します。



ベーシックコース

手作り化粧品などのクラフトを作りながら、アロマに親しんでいただく、初めての方にもおすすめの講座。



アロマ・アドバイザーコース

医療従事者のための実践的なアロマセラピー講座です。

地域住民との交流

みゆきの里

夏祭り

地域がつながる
笑顔あふれる
夏の夜

2026年
8月6日 木
18:30～20:00

催し物
和太鼓演奏、
笛田神社の巫女舞、踊り、
ラムネ早飲み大会、
みゆきの里抽選会 ほか
※詳細は裏面をご覧ください

会場
介護老人保健施設 ぼたん園前駐車場
〒861-4172 熊本市南区御幸笛田 6 丁目 8-1

当日は混雑が予想されますので、
お車でのご来場は乗り合わせいただくなど、
ご協力をよろしくお願い申し上げます。
雨天の場合は、翌日 7 日 (金) へ順延と
なります。

駐車場入口 御幸郵便局 ● 御幸病院

駐車場 夏祭り会場
和楽 ぼたん園

～ミモザが運ぶ、ひと足早い春の香り～

陽だまり マルシェ

入場無料

【会場】
みゆきの里ハーブガーデン
3/14 土曜日
10:00～15:00
※天候次第で中止

アロマを使ったスプレー作成や、ハンドトリートメント、
新鮮な野菜販売などを企画します。
ぜひ遊びに来てください！

出店ブース

ミモザのスワッグ作成 アロマルームスプレー/芳香剤
作成

ハンドトリートメント体験 野菜と花の香粧品

無料駐車場あり

【お問い合わせ】みゆきの里 株式会社楽健（みゆきカレッジ）
☎096-378-2323 平日 9時～17時
熊本市南区御幸笛田 6 丁目 8-1 Mail: college@miyu.kinosato.or.jp



2026年は震災の影響で中止！

地域住民との交流

熊本震災支援活動2026年 8月

みんなで
支え合う
やさしい時間を

みゆきの里

炊き出しを行います

どなたでもお気軽にお越しください！

冷製だご汁 冷製トマトスープ

各**300食**を提供！
なくなり次第
終了となります

📅 **8/10 (月) 11:00~13:00**

📍 **場所 氷川町 西福寺**

※画像はイメージです

地域のみなさんと一緒に、支え合いの輪を広げていきます。
お気軽にお越しください。



皆様の健康と一日も早い安心を心よりお祈り申し上げます。
本日は温かく野菜の多い献立にいたしました。

〓 献立のご紹介 〓

肉味噌丼 切干大根煮物 茄子のお浸し

野菜のゆかり和え もずく汁

人が人を想う、人が人を包む。
介護老人保健施設 ぼたん園

住所：〒861-1172 熊本県熊本市東区下町8-1
電話番号：096-379-1222

みゆきの里



地域住民との交流 健康支援

御幸校区ミニバレー大会



町内サロン活動
健康体操実施



地域グランドゴルフ大会



地域住民の健康支援 MIYUKI WELLNESS活動 2026年4月始動



2026年7月4日に第13回目のMIYUKI WELLNESSを開催。

4月に始動したMIYUKI WELLNESSも遂に4ヶ月目に入りました。今回は、座位でのストレッチやノルディック杖を使用した体操を行った後、初心者でもできるダンスを行いました。認知症予防の頭の体操では「隠れ漢字」漢字の一部が隠されており、答えの漢字を考えながら手足を動かす二重課題を行いました。また、マシントレーニングの機器の使い方について、理学療法士がトレーニングを行う上での注意点や鍛える部位について詳しく説明を行いました。

8月4週MIYUKI WELLNESS活動のご紹介



8月22日に第18回目のMIYUKI WELLNESSを開催しました。盆明けで久しぶりの運動でしたが、室内で元気に体操が出来ました。今回は、座位、立位での準備体操、筋力を強くする運動を行った後、ノルデックポールを用いた運動を行いました。「体操がきつい」という方が多く、盆休みで体を動かす機会がなかったとの事。やはり「継続は力に」なっていますね。マシントレーニングも実施して良い汗をかきました。

SDGSの紹介 テレビ局からの取材

2026.04.28

SDGsの取り組み紹介のCM撮影が行われました！

みゆきの里では2025年度よりSDGsの取り組みを推進しています。

この度、非営利法人を対象としたCM撮影依頼が「社会福祉法人 健成会」に対しオファーがございました。

KKTの「ケイティのみんなでSDGs」というCM撮影が2026/4/28に行われ、2026/5/3より1か月間放送されます。

また、下記サイトでも視聴できますので是非ご覧ください。

出演にご協力いただきました みゆき園の皆さんありがとうございました。

[pickup-KKT熊本県民テレビ](#)



健康経営推進パートナーの会 (miyuki-partner.com)

← ↻ 🏠 🔒 <https://miyuki-partner.com/aboutus/> A ☆ ⌵ 🗂 👤



健康経営推進
パートナーの会

私たちについて

健康経営とは

参加パートナー

情報コラム

新規入会

お問い合わせ

サイトの趣旨



健康経営推進
パートナーの会

健康経営に興味や関心を持たれ、みゆきの里の理念・ビジョンにも共感していただける企業・団体・個人の皆様とともに健康経営のメリットを学び、社員の健康増進や社員の福利厚生、社員満足度向上などの事例と具体策を共有することで、自信をもって自社の健康増進施策を実践し、成果・効果を体験して頂くことを目標としています。

共存共栄と規模・系列を超えた連携をスタートさせます。先進的事例の共有や健康にまつわる情報発信により、お取引様との顔が見える繋がりを築くサイトです。

第3回 経営者交流会・セミナー

令和7年10月24日（金曜日）開催
27企業50名の参加



第4回 経営者交流会・セミナー
は2026年10/28開催予定

職員の健康増進支援 健康アプリ・記事の紹介 全職員へ発信

* 毎日の健康行動を楽しく習慣化できる健康アプリ
「SUNTORY+（サントリープラス）」

* 健康づくりに役立つおすすめ記事

眠れない夜をくり返すあなたへ。自然な“休める睡眠”を取り戻すために。
<https://miyukinosato.or.jp/miyuki/hhlab/hhlab-2134/>

腰痛に負けない！：あなたの生活にフィットする腰痛対策

<https://miyukinosato.or.jp/miyuki/hhlab/hhlab-2134/>

アロマテラピーで温活♪

<https://media.miyukinosato.or.jp/health/self-care/5602/>

* 高齢職員の健康づくりに役立つおすすめ記事

高齢者の「認知症」と「うつ病」～その違いと見分け方、そして支えるためのヒント～
<https://miyukinosato.or.jp/botanen-t/hhlab/hhlab-843/>

転倒と脳の関係

<https://miyukinosato.or.jp/miyukien-t/hhlab/hhlab-120/>

「貯筋（ちょきん）」で始める健康寿命の延ばし方

<https://miyukinosato.or.jp/wellsq-waraku/hhlab/hhlab-353/>

9月には「SUNTORY+（サントリープラス）」を活用したウォーキングイベントを実施。今年度新たな入職者、中途入職者には、アプリのインストールを促す。

腰痛に負けない！：あなたの生活にフィットする腰痛対策
<https://media.miyukinosato.or.jp/health/6636/>

腰痛と腰痛予防について

<https://miyukinosato.or.jp/botanen-t/hhlab/hhlab-592/>

タバコの体への影響

<https://miyukinosato.or.jp/miyuki/hhlab/hhlab-1725/>

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

<https://miyukinosato.or.jp/wpm/wp-content/uploads/2026/06/73dd903d5824a8c54ab0917675f83232.pdf>