

サツドラグループ健康白書 2022年度

サツドラグループ健康経営宣言

「健康で明るい社会の実現に貢献する」

この経営理念の実現のため、

積極的に健康経営に取り組むことを宣言いたします。

サツドラグループ健康経営宣言



ドラッグストアという個人だけではなく地域の健康課題の解決を目指す企業として、従業員の一人ひとりが健康でいきいきと働くことができる環境が必要不可欠と考えます。

そして、健康で笑顔あふれる従業員がお客様にサービスを提供することで、さらなる事業の発展につながるものと考えています。

そのためにサツドラホールディングスはグループ会社を含めた全社で健康の維持・増進を重要な経営課題と位置づけ、様々な取り組みを行なっていきます。

代表取締役社長 CEO 富山 浩樹

サツドラグループの健康経営宣言

「健康で明るい社会の実現に貢献する」

この経営理念の実現のため、積極的に健康経営に取り組むことを宣言します。

- 一、サツドラは社員と、その社員を支えてくれる家族の幸せと健康を支援します。
- 一、サツドラは健康で明るくいきいきと安心して働き続けられる環境を整えます。

サツドラグループの健康経営宣言

行動指針10か条

第1条 定期健康診断は毎年3月31日までに受診します。

第2条 健康診断で精密検査、再検査になったら自分の健康のために受診して、自分の健康状態を最適に保ちます。
保健指導、特定保健指導は対象になったら受けます。

第3条 日常生活リズムを整え、バランスの良い食事を心がけて運動を取り入れ、適正体重（BMI18.5～25）を保ちます。

第4条 自分と家族の生活習慣病予防のために禁煙を推進します。

第5条 ストレスチェックを受検し、自分のメンタルヘルスの状態を知りましょう。ストレスチェックで高ストレス者と判定されたら、迷わず相談しましょう。

第6条 感染症予防のための取り組みを積極的に行います。

第7条 ワークライフバランスの推進のため長時間労働を削減し、効率的に業務を進めます。そのための業務改善を積極的に進めましょう。

第8条 自分の健康は自分で守るために、体調の変化を感じたら産業保健スタッフ（保健師・産業医等）に相談をしたり、医療機関を受診します。

第9条 健康に関する情報をセミナーや研修を受講して、積極的に日常生活に取り入れましょう。また、一緒に働くスタッフの健康状態にも配慮できるように知識を身につけましょう。

第10条 一緒に働くスタッフが気持ちよく働ける環境を作りましょう。5S（整理・整頓・清掃・清潔・しつけ）を推進し、ハラスメント等職場環境を悪化させる行為は禁止です。

健康経営の推進

「健康で明るい社会の実現に貢献する」というミッションを実現する為には、従業員が健康でいきいきと安心して働ける環境であることが大前提と考え、グループ全体で健康経営を推進。

2022~ 健康経営の
更なる推進へ

サツドラグループ健康経営の歩み

~2018

- ワークライフバランスの推進と女性活躍(2010)
- インフルエンザワクチンの一部補助開始(2013)
- 本社敷地内及び半径1km以内及び勤務時間中の完全禁煙(2014)
- ウォーキングイベントの初回開催(2016)

2019

- 健康経営推進のために専任の保健師を採用
- 35歳以上の社員の定期健康診断を生活習慣病予防健診に変更
- 定期健康診断後の精密検査対象者への保健指導を100%実施
- 病気やけがの治療と仕事の両立支援のルール策定
- インフルエンザワクチン接種の本社内での実施

2020

- 育児短時間勤務者のガイドライン策定
- 男性の育児参加休暇・育児休業の連続取得を推奨
- 女性の健康に関する専門の相談窓口の設置
- 定期健康診断での子宮頸がん・乳がん検診無償化
- 「輝く女性の健康セミナー」の開催

2021

- サツドラ健康経営宣言発信
- 札幌市がん対策認定企業「プラチナクラス」認定
- 50歳以上の社員に脳ドックの一部費用補助
- 40~50歳の社員の定期健康診断に付加健診追加
- 特定保健指導を全員実施
- 新型コロナウイルス対策
- 本社社員へのマッサージサービスの提供
- 社員の扶養家族にも34歳以下の社員と同様の健康診断項目を希望者に実施

- 禁煙ダービー開催
- 本家で朝9:30よりラジオ体操第一実施
- 月1回ヨガ教室を開催
- 「サツドラウォーク」を活用し、運動習慣の定着
- 貧血改善支援実施
定期健康診断に血清鉄を追加し、効果測定
- フィットネスジムの割引制度を導入
家族(1親等まで)にも運動の機会を提供

健康経営の推進

「健康で明るい社会の実現に貢献する」という経営理念の実現に向け2019年より積極的に健康経営に取り組んできたことが認められ、サツドラグループ4社が健康経営優良法人2023に認定されました。

+ 健康経営の推進 +

健康経営宣言

「健康で明るい社会の実現に貢献する」
この経営理念の実現のため、積極的に健康経営に取り組むことを宣言します。

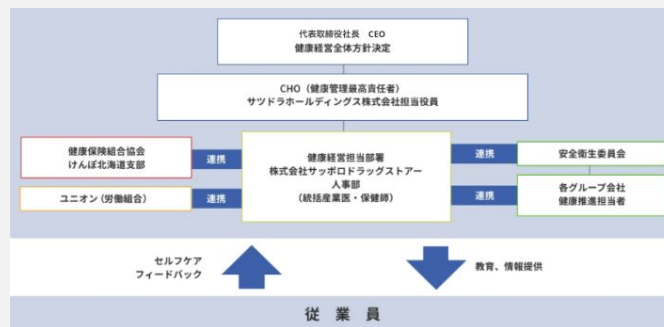
- 一、サツドラは社員と、その社員を支えてくれる家族の幸せと健康を支援します。
- 二、サツドラは健康で明るくいいきと安心して働き続けられる環境を整えます。

サツドラグループは「健康で明るい社会の実現に貢献する」という経営理念のもと、様々な事業を展開しています。そのためには、社員が健康でいきいきと安心して働ける環境であることが大前提であると考えます。サツドラが考える健康とは、ただ「病気ではない」ということではなく、自分の健康課題や仕事についても前向きにとらえていけることです。また、社員を支えてくれる家族が幸せで健康であることも社員が安心して働き続けるために必要だと考えます。社員が地域のお客様に対して胸を張ってウェルネスサービスを提供できるよう、積極的に健康経営を推進しています。

健康経営宣言を策定し、健康管理システムを利用した健康情報管理の提供や、社内ウォーキングイベントの開催、喫煙率低下に向けた取り組み等を実施。

健康経営宣言の策定

+ 健康経営推進体制 +



担当役員が健康管理最高責任者 (CHO) としてコミットメントし、グループ各社に健康推進担当を設置、協会けんぽとの連携等グループを横断した体制。

グループを横断した推進体制

+ 健康経営優良法人2023認定 +

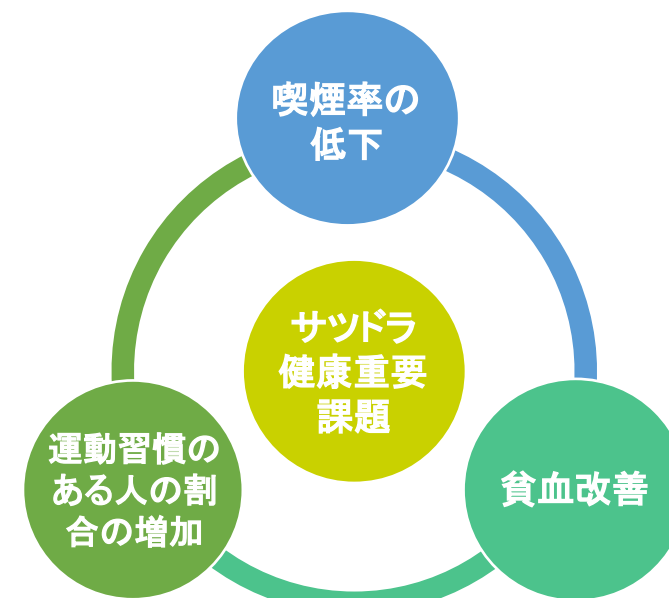
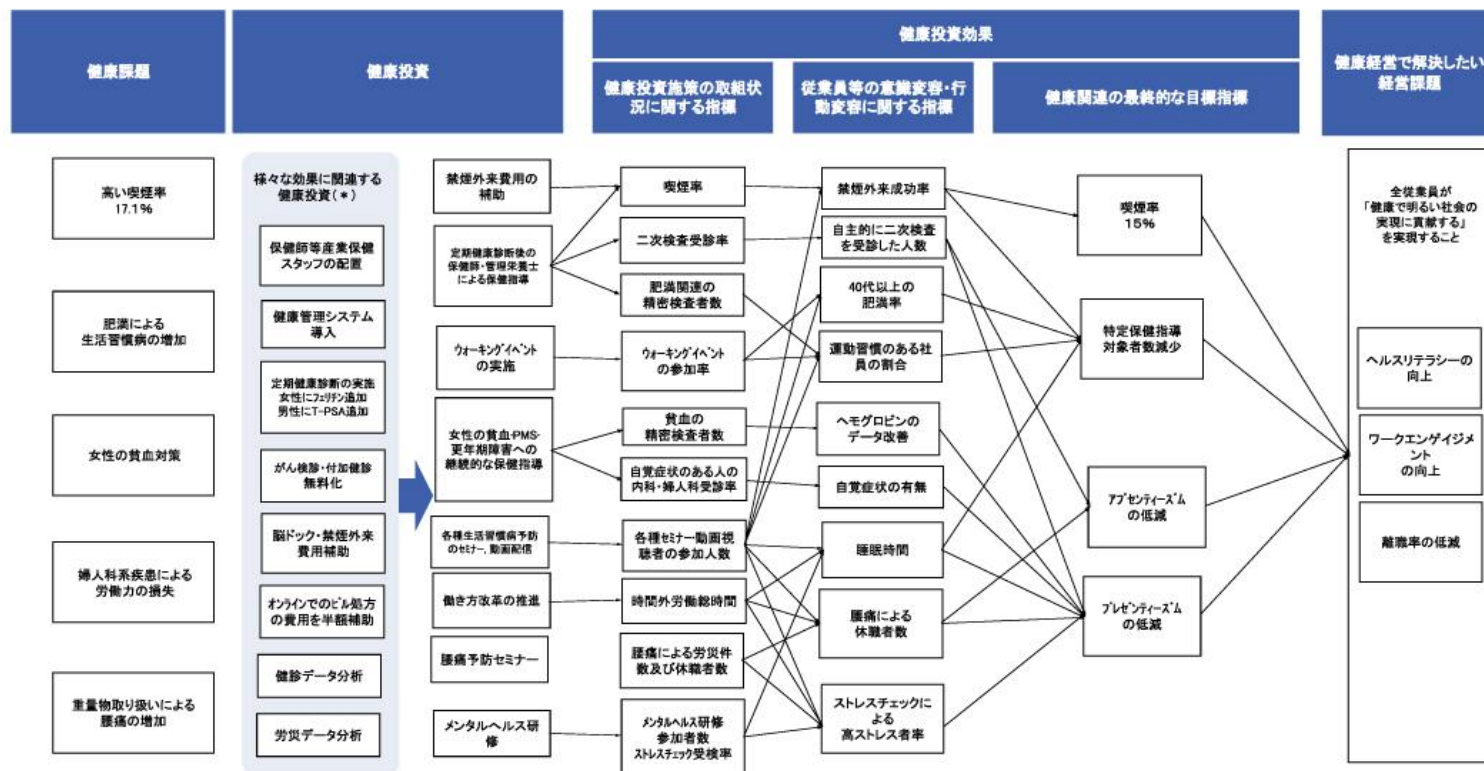


サツドラグループ4社が2023年3月8日に経済産業省と日本健康会議が共同で選定する「健康経営優良法人2023」に認定。2024年も認定取得を目指す。

2024年も認定取得を目指す

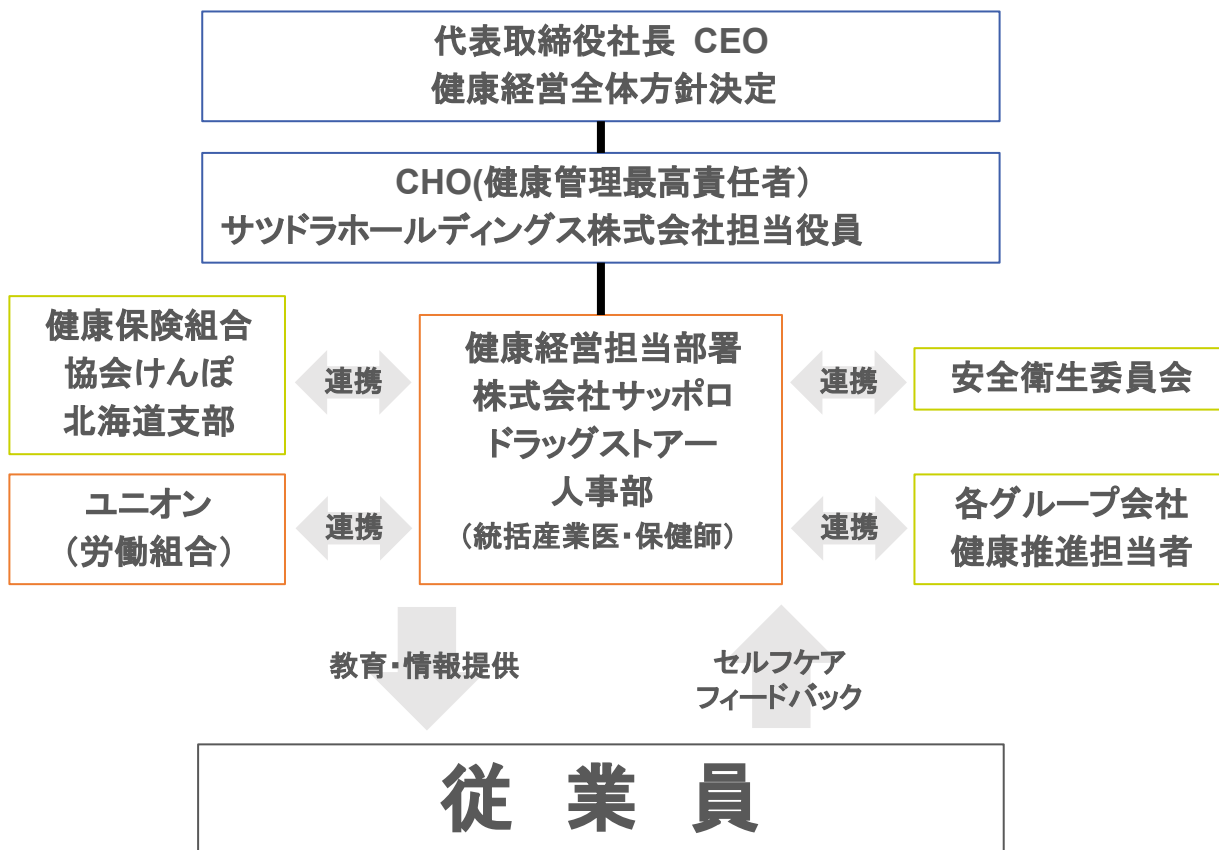
健康経営の推進

サツドラの経営理念である「健康で明るい社会の実現に貢献する」ための基盤となるのは、まさに社員一人ひとりの「健康」です。サツドラが目指す「健康経営」はグループ全社で取り組んでいます。



最重要取り組み項目	2022年実績	2023年目標
喫煙率	17.1%	15%

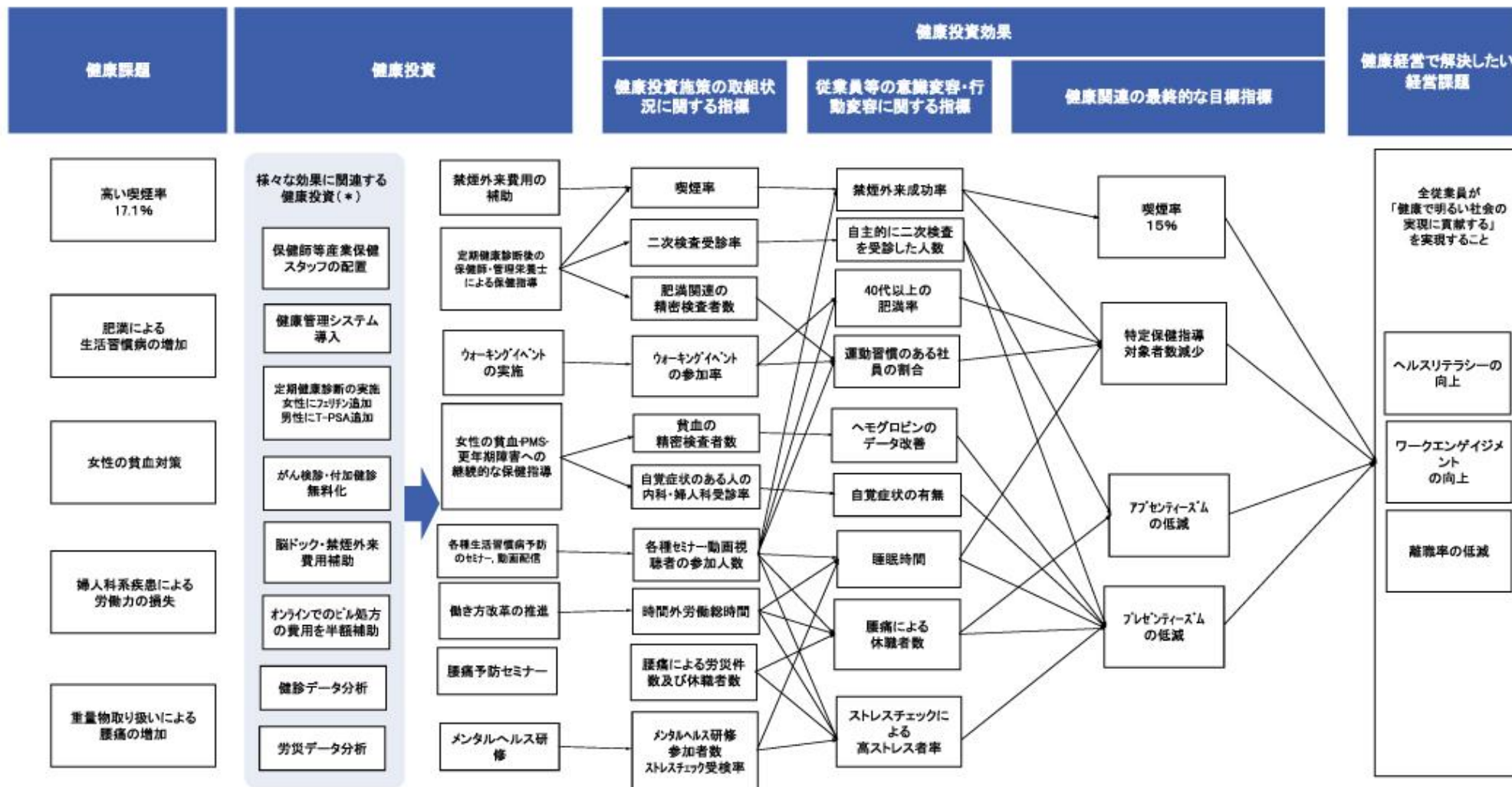
健康経営推進体制



	役割
従業員	会社から提供される情報のみならず、自身のヘルスリテラシー向上、ウェルビーイングに向けてセルフケアを実施。
統括産業医	健康診断の就業判定、休職復職における就業判定を実施。健康経営推進のためのアドバイザー。
保健師	健康診断、労災、休職復職対応、ハラスメントや女性の健康問題など各種相談窓口の担当。労務管理上の問題を抱えた従業員の相談対応を実施。健康経営推進のための各種施策の企画・計画・実施を担当。
人事部	健康経営推進のための担当部署
安全衛生委員会	労働安全衛生法上の施策について審議。健康経営推進のための施策についても協議。
ユニオン	従業員の立場に立った施策について助言
健康推進担当者	各グループ会社に健康経営施策について周知・実行。安全衛生委員会のメンバーでもある。
協会けんぽ北海道支部	健康増進施策について情報共有し、助言・指導。特定保健指導の委託、実施について助言。

サツドラホールディングス株式会社担当役員が健康管理最高責任者（CHO）としてコミットメントし、主たる事業会社である株式会社サッポロドラッグストアの統括産業医、保健師、人事部、ユニオンを構成メンバーとしてグループを横断した推進体制をとっています。また、協会けんぽ北海道支部とも連携し、経営戦略の観点からグループ各社の社員の健康推進・増進のための施策を検討・実施しています。グループ各社に健康推進担当者を置き、主体的に健康経営の推進に取り組んでいます。

戦略マップ2023



データで見るサツドラ健康経営

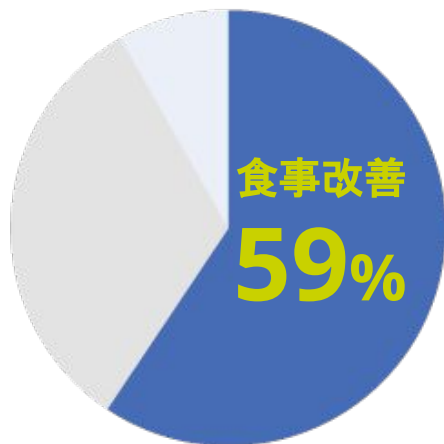
	全社員健診 受診率	社保加入者 健診受診率	要精密検査者 保健指導実施率	特定保健指導 実施率	精密検査 受診率	適正体重 維持者率	糖尿病管理 不良者率	血糖リスクと 考えられる人の割合	血圧リスク者率
2022年度	96.9%	100.0%	100.0%	100.0%	73.3%	63.7%	0.44%	0.25%	0.75%
2021年度	97.3%	100.0%	100.0%	100.0%	78.5%	64.8%	0.55%	0.41%	0.61%
2020年度	97.1%	100.0%	100.0%	—	78.8%	65.4%	0.41%	0.08%	0.82%
2019年度	97.4%	100.0%	100.0%	—	35.1%	65.5%	0.41%	0.33%	1.31%
2018年度	89.9%	91.4%	—	—	—	—	—	—	—
2017年度	88.3%	91.0%	—	—	—	—	—	—	—

健診データからみた サツドラ

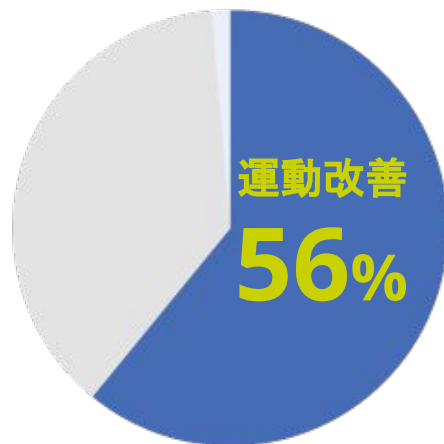
精密検査者の保健指導は保健師が配置された2019年から開始し毎年100%実施。特定保健指導は協会けんぽ北海道支部の委託を受けて2021年度から開始し、**社内の対象者の実施率は100%**となっています。**健康診断後の精密検査受診率は2022年度は73.3%**と高い受診率を維持しています。保健指導の結果、従業員のヘルスリテラシーが維持されていると言えます。

データで見るサツドラ健康経営

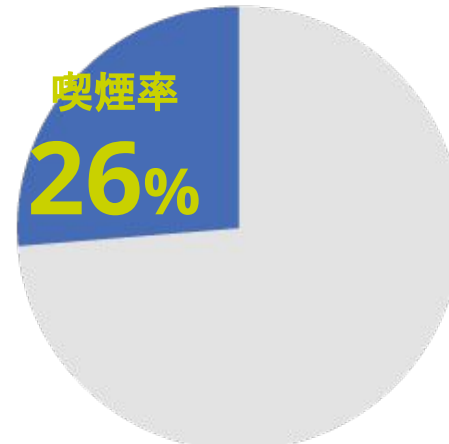
食事



運動



喫煙

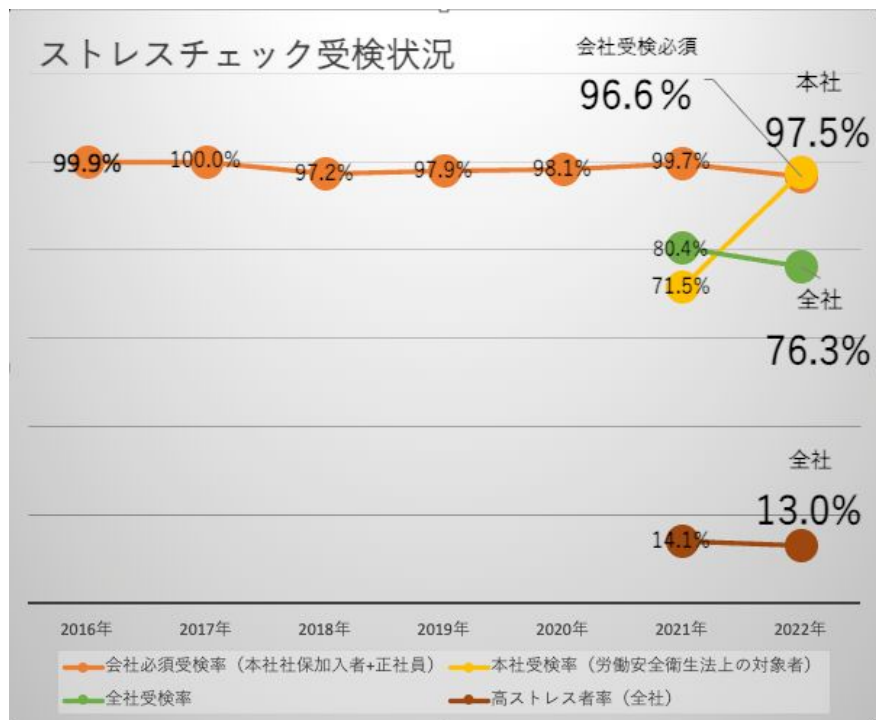


特定保健指導からみたサツドラ

2022年4月～2023年7月実施分

2022年度の特定保健指導対象者は140名。積極的支援が30%(42名)動機付け支援が64%(89名)動機づけ支援相当が6%(9名)でした。中途脱落者は0名で、2023年7月までの特定保健指導実施率は95%となっていますが対象者への特定保健指導は継続されており、100%実施の予定です。初回面談では、対面面談実施者が28.6%(40名)Web面談実施者が69.3%(97名)で、積極的支援の継続支援は主に電話で行われました。指導により行動変容を達成した者が半数で、生活習慣病予防への自主的な取り組みを促進。積極的支援から動機づけ支援への改善が見られ、喫煙者は26%(18名)禁煙者は74%(50名)でした。2023年度は禁煙外来費用の補助が開始され、引き続き喫煙率低下を目指す特定保健指導を実施します。

データで見るサツドラ健康経営



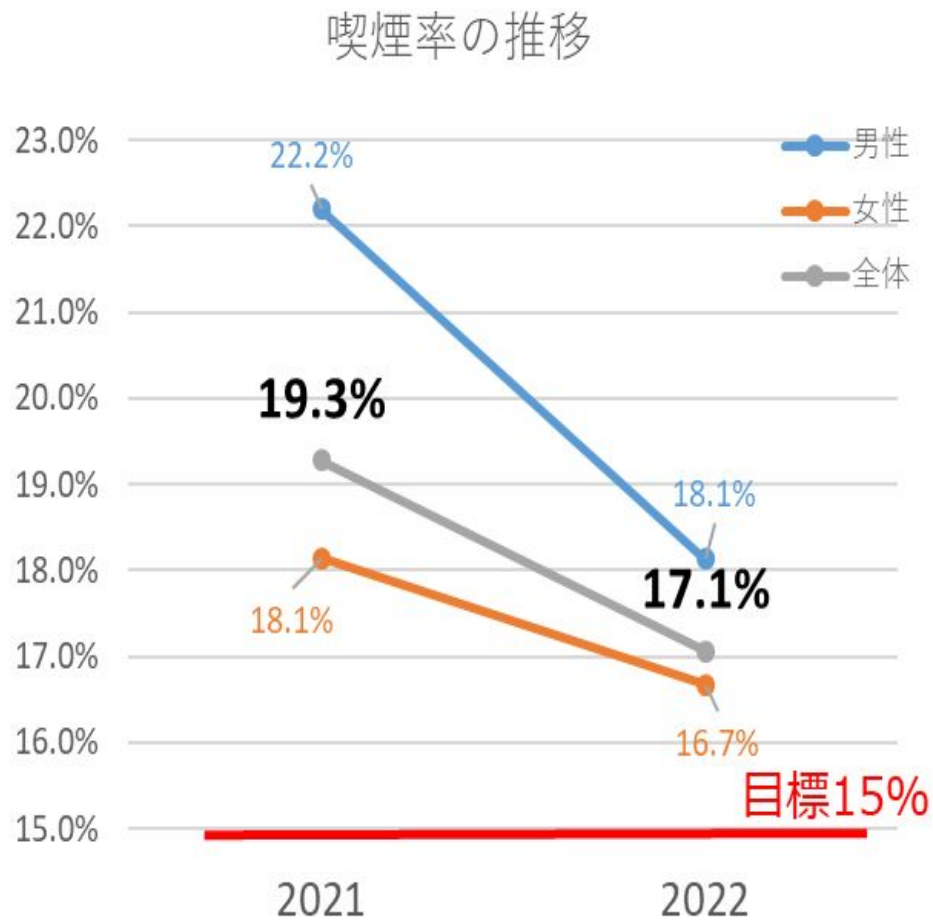
2021年より全社員対象にストレスチェックを実施

- ・全社での受検率 **76.3%**
- ・労働安全衛生法上、報告義務のある本社の受検率 **97.5%**

データからみた
サツドラ

からだの健康問題だけではなく、ストレスチェック後の相談やハラスメント、女性の健康問題、障がい者雇用の従業員の相談窓口は保健師が担当し、必要時には関係部署と連携して対応しています。

データで見るサツドラ健康経営



(%)	男性	女性	全体
全社	18.1%	16.7%	17.1%
北海道(2019)	31.7%	14.9%	22.6%
全国(2019)	27.1%	7.6%	16.7%

超健康調査からみえる 喫煙率

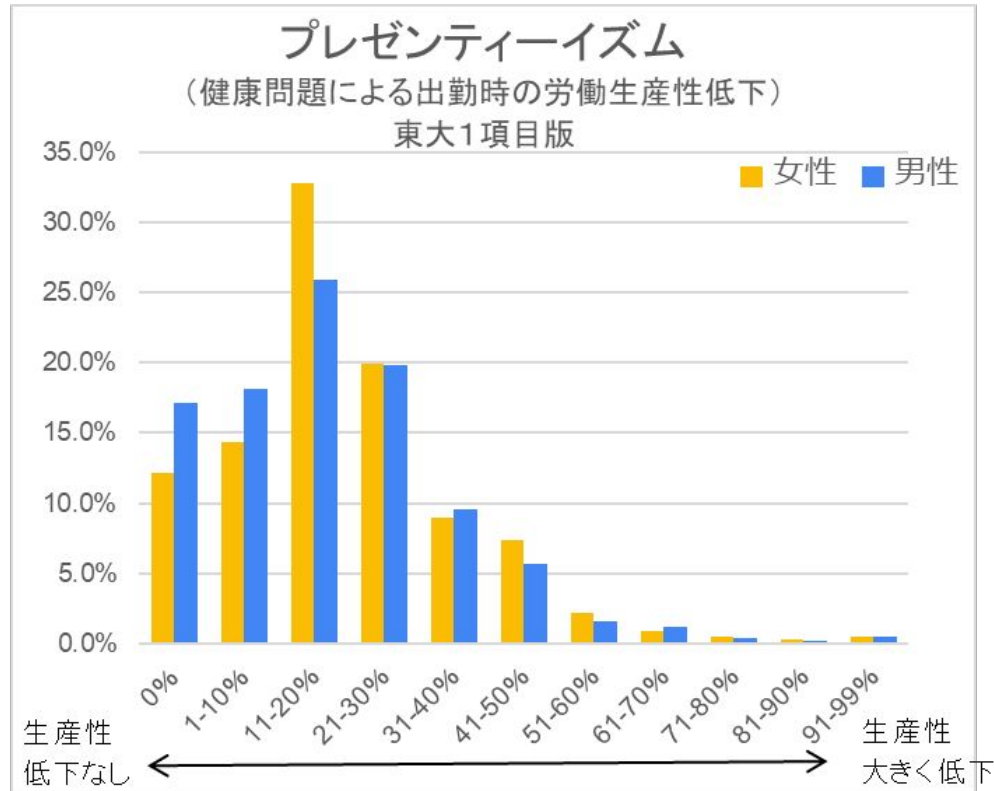
2022年10月実施

2022年の最重要取り組み項目は喫煙率の低下です。喫煙率が会社全体で**17.1%**と全国**16.7%**(2019年のデータ)に比べてまだまだ高い状況が続いています。男女別では**男性18.1%**、**女性16.7%**。生活習慣病予防のためにサツドラグループでは喫煙率の低下を健康最重要課題として継続して取り組んでいます。

データで見るサツドラ健康経営

プレゼンティーイズム

出勤はしているものの健康上の問題によって完全な業務パフォーマンスが出せない状況 ※SPQ 東大1項目版



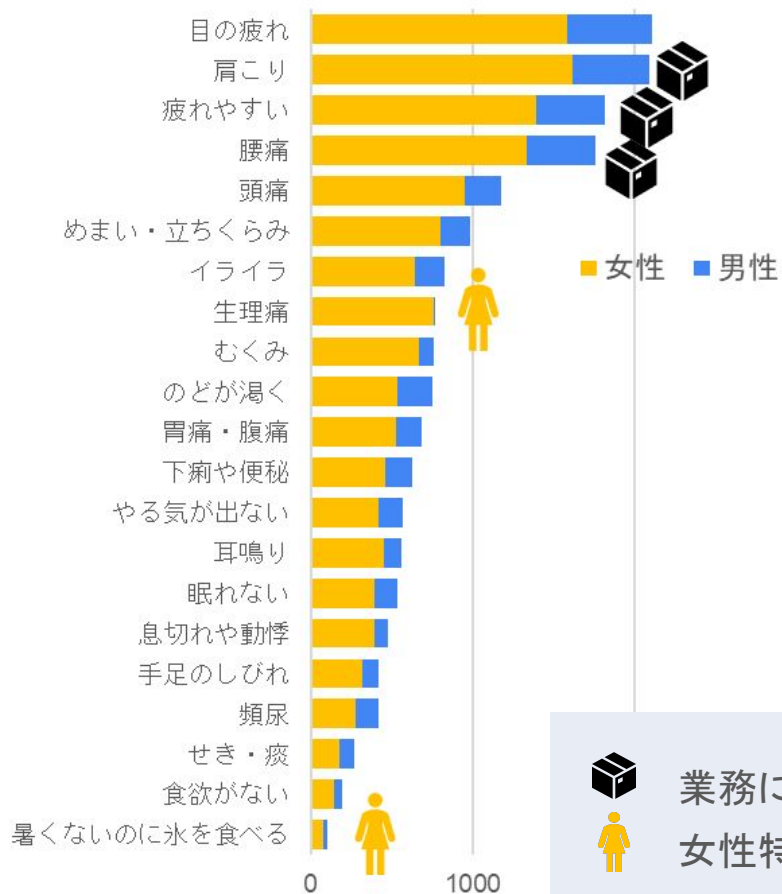
東大1項目版により測定されたプレゼンティーイズム（以下、SPQ presenteeism）には、WHO-HPQと各因子との関連には観測されなかった、下記の3つの特性があることが報告されています。

- ・ SPQ presenteeismは、食生活や睡眠、喫煙などの生活習慣リスクと有意な関係性がある。
- ・ SPQ presenteeismが小さい、すなわちパフォーマンスが高いと評価された回答者は、中程度のパフォーマンスの回答者と比較して、アブゼンティーイズムや心理的健康リスク、睡眠リスクが有意に低い傾向がある。
- ・ SPQ presenteeismは、性・年齢階級や職務内容、雇用形態による違いが比較的小さく、回答者属性の違いによる影響を受けにくい。

全員が100%のパフォーマンスを発揮した場合と比べて**全体76.2%、男性77.7%、女性75.7%のパフォーマンス状態であり11-20%低下している人が最多**という結果に。男性に比べて女性のパフォーマンスの低下がみられるため、引き続き**女性の健康管理が重要**という結果となりました。

データで見るサツドラ健康経営



自覚症状（複数回答可） n=3,124



超健康調査からみえる
プレゼンティーズム
2022年10月実施

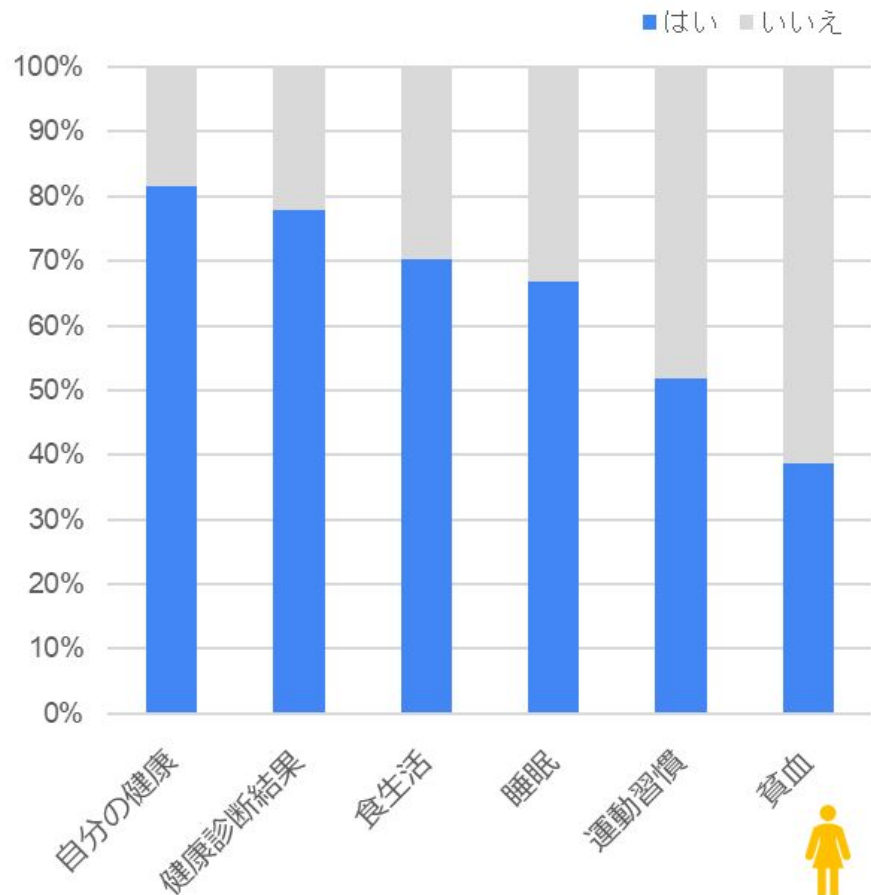
目の疲れ 68.6% 肩や首がこる 67.9%
疲れやすい 58.7% 腰痛 57.0% という結果に。

重量物の取り扱いが多い業種でもあるため、労災予防としても腰痛対策は健康重要課題です。女性の場合、疲れやすさは貧血の症状としても出現していることもあるため、健康重要課題として取り組んでいます。

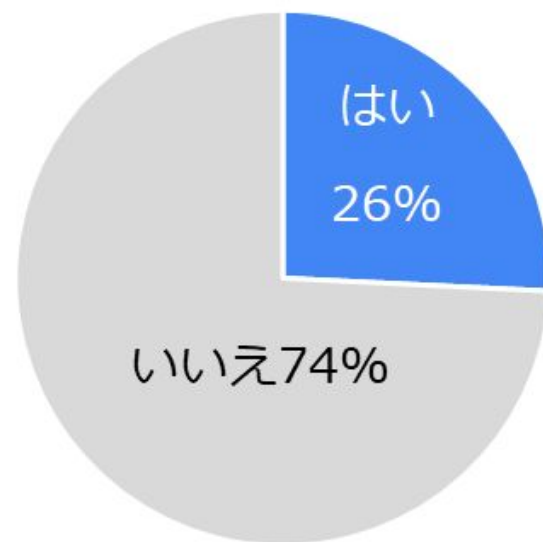
 業務に特徴的なもの
 女性特有の症状

データで見るサツドラ健康経営

健康について意識していますか



医師から貧血と言われたことがある



2023年度の健康最重要課題

- ・喫煙率の低下
- ・運動習慣の定着
- ・貧血対策

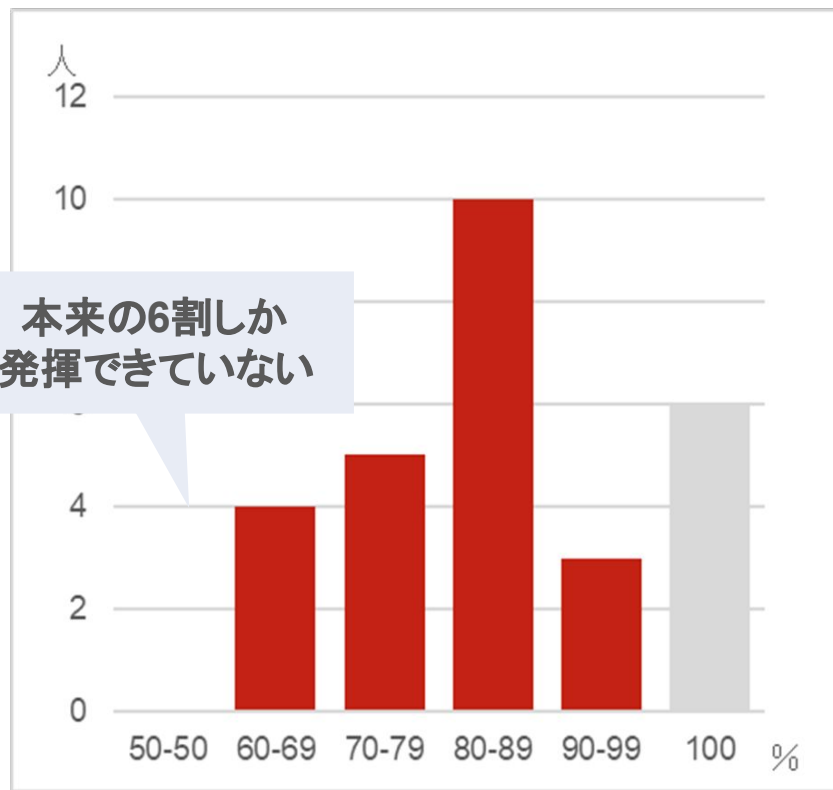
保健師、管理栄養士による保健指導を開始して以来、自分の健康や健康診断の結果を意識するようになり、保健指導前に受診する人が増加。食生活や睡眠についても意識する人が多い一方、運動習慣について意識する人は調査全体の50%程度、貧血について意識する人が調査全体の約40%でした。貧血については、治療域にもかかわらず受診せずに就労している従業員が多いことが保健指導で明らかに。自覚症状としての「疲れやすさ」についても貧血が原因であるにもかかわらず、ヘルスリテラシーが低いことが判明いたしました。そのため、貧血対策を実施し、血色素量12g/dl以下の従業員の割合の減少を目標としました。

データで見るサツドラ健康経営

貧血施策 対象者アンケートより

Hb10.6-11.5の軽度貧血で社保加入の女性8名

病気やけががないときに発揮できる仕事の出来を100%として過去4週間の自身の仕事を評価してください。（1～100%）



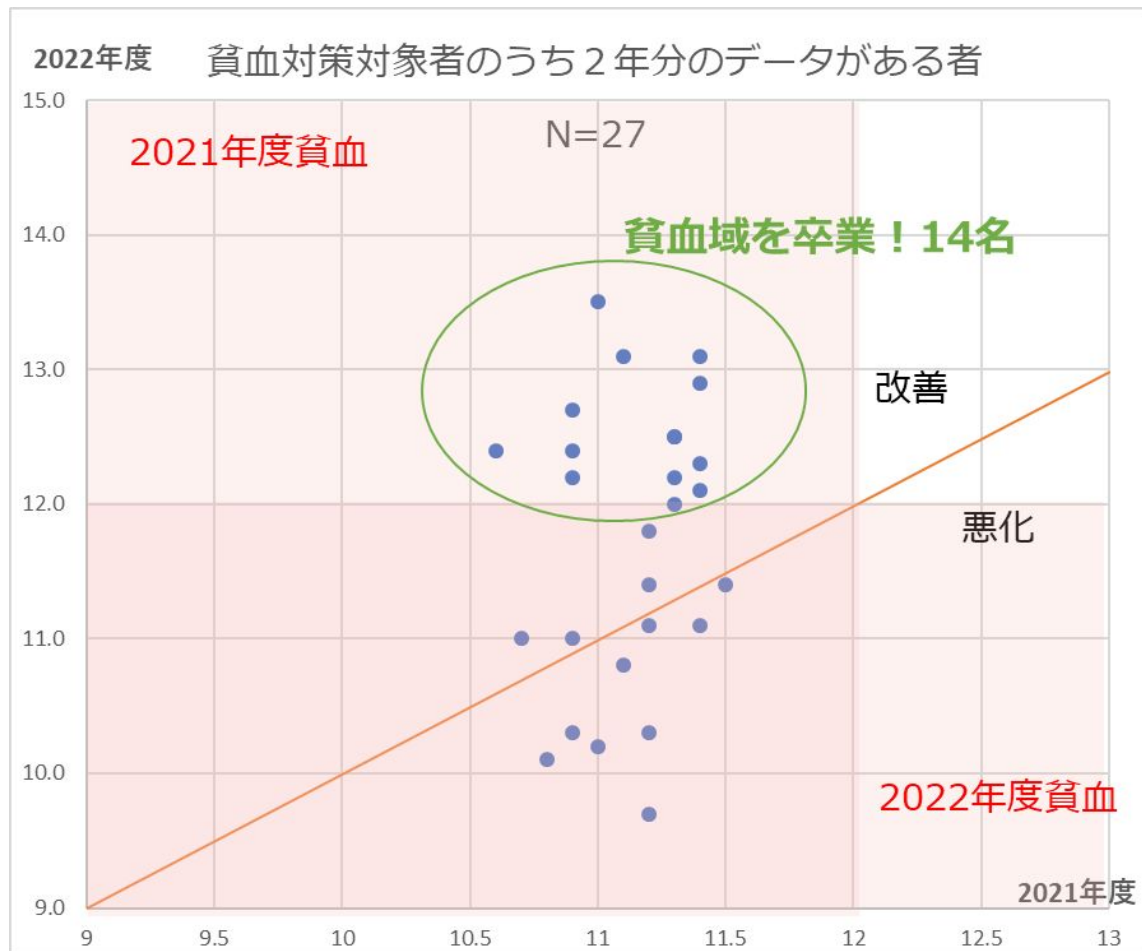
89%の者が自分の体調を理由に本来のパフォーマンスを発揮できていないと自覚。

約20%もの生産性が低下

100%=1人と換算すると、28人で22.8人分の出来栄
5.2人分 約20%もの生産性が低下

要・貧血対策

データで見るサツドラ健康経営



取り組み内容

貧血に関する健康教育実施＋約3か月分の鉄サプリメント支給

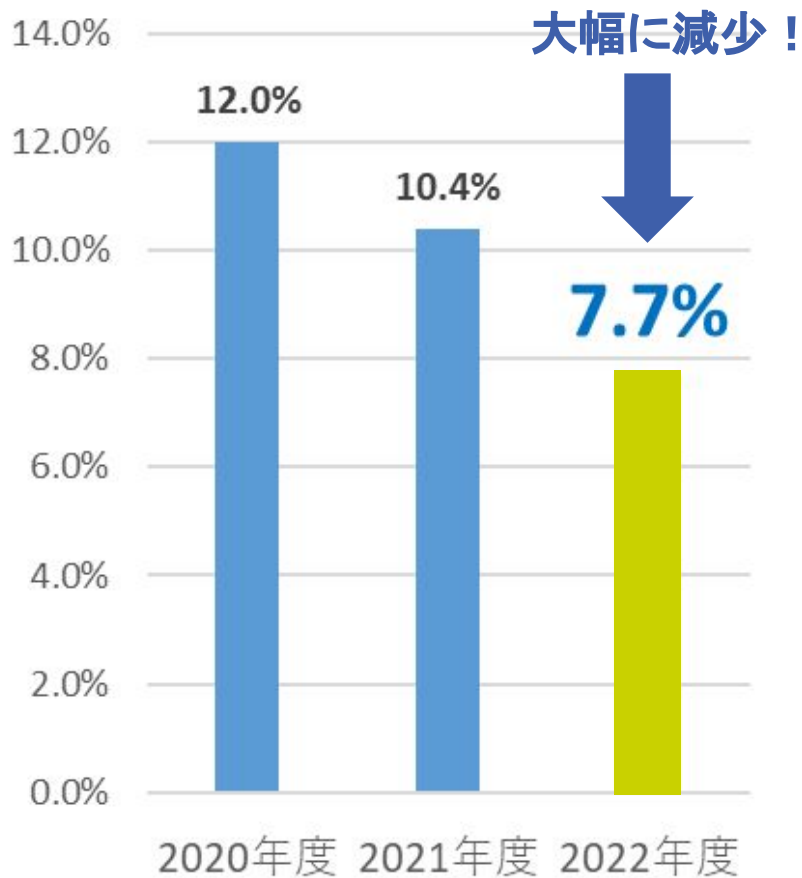


27名のうち
＼ 過半数の14名が貧血域を卒業 ／

18名が前年より改善

データで見るサツドラ健康経営

Hb12g/dl未満の女性従業員 割合



データからみた
サツドラ

貧血対策を実施し、血色素量12g/dl以下の従業員の割合の減少を目標とした取り組みの結果、貧血の女性従業員の割合が減少！

12% > 7.7%

女性従業員のパフォーマンス向上、プレゼンティーズムの低減につながっています。

データで見るサツドラ健康経営

女性の健康課題(PMS・更年期障害・貧血)についての研修参加者数

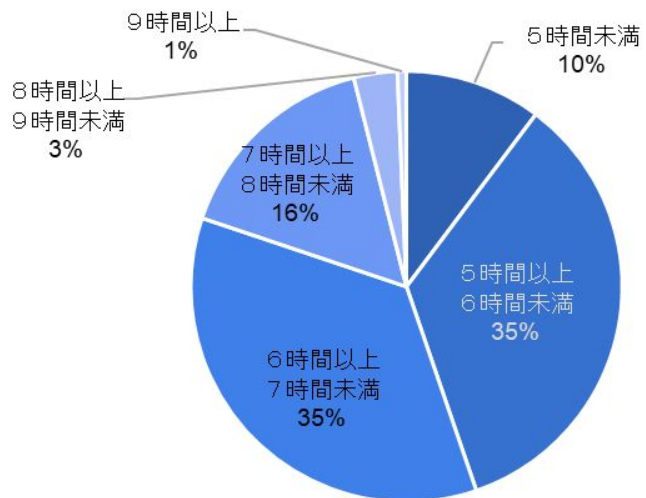
階層別	参加人数
新入社員	48人
新任店長・薬局長研修	10人
メンター研修	43人

超健康調査からみえる
プレゼンティーズム
2022年10月実施

貧血対策の施策として貧血に関する健康教育実施と約3か月分の鉄サプリメント支給。対象者のアンケートによると、89%の者が自分の体調を理由に**本来のパフォーマンスを発揮できていないと自覚**。約20%生産性が低下しているという結果に。貧血対策の結果、27名中18名が前年より改善し、過半数の14名が貧血域を卒業。階層別研修に女性の健康課題についての内容を取り入れ、**男女問わず理解を深める場**を提供しています。

データで見るサツドラ健康経営

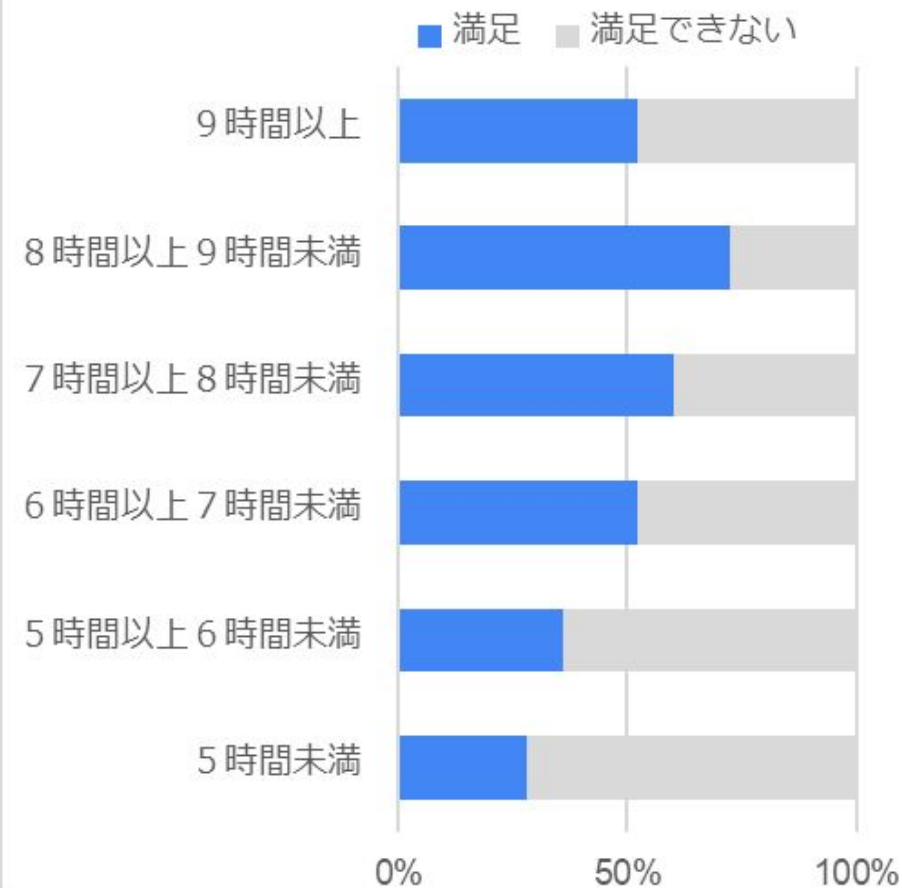
1日の平均睡眠時間



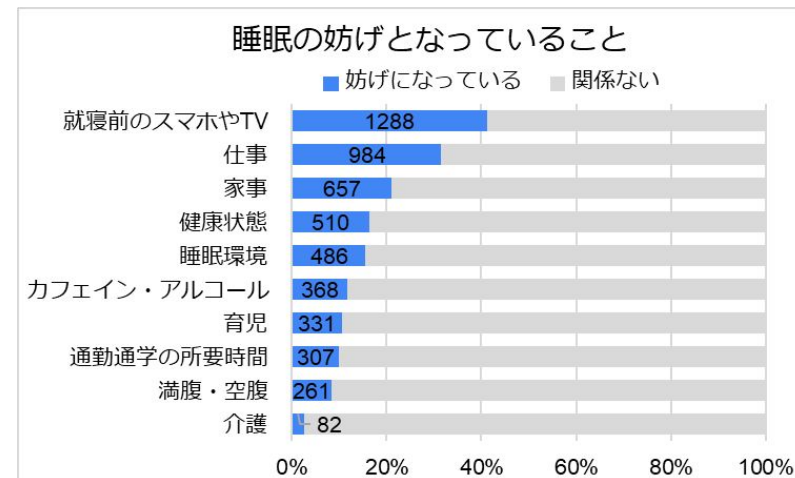
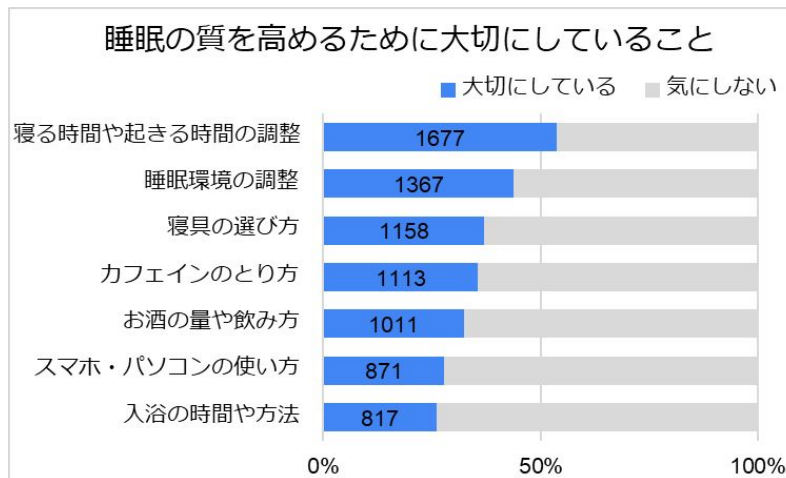
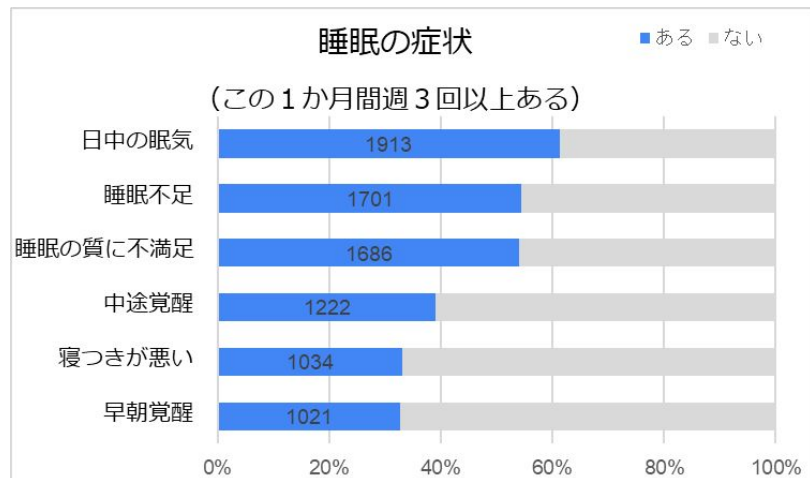
睡眠で休養は十分にとれている



1日の平均睡眠時間と睡眠の質の満足度



データで見るサツドラ健康経営



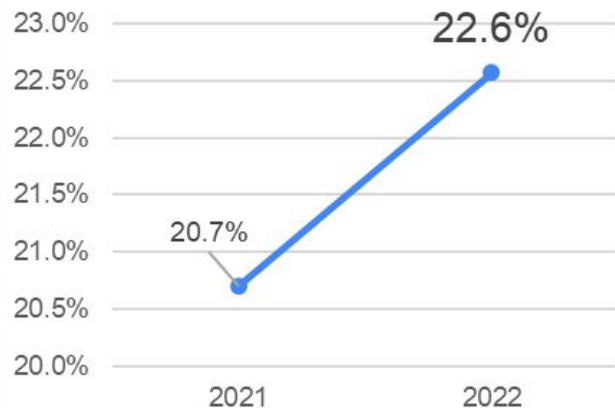
超健康調査からみえる
睡眠
2022年10月実施

平均睡眠時間が6時間以上は**55.0%**である一方、6時間未満も**45.0%**。睡眠で休養が十分とれているのは**52.0%**。2021年に引き続き睡眠の満足度が低いのは6時間未満であるため、満足度を得るためには6時間以上の睡眠時間の確保が必要であるという結果になりました。

データで見るサツドラ健康経営

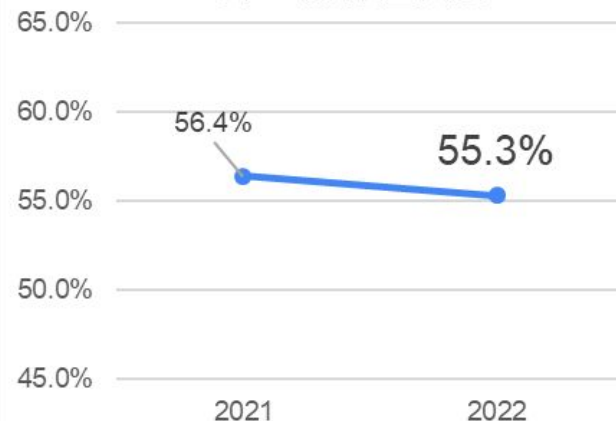
運動習慣がある

1回30分以上の軽く汗をかく
運動を週2日以上、1年以上実施



日常生活での活動

歩行又は同等の身体活動を
1日1時間以上実施



2022年度 22.6% **目標** 2027年度 30%

超健康調査からみえる

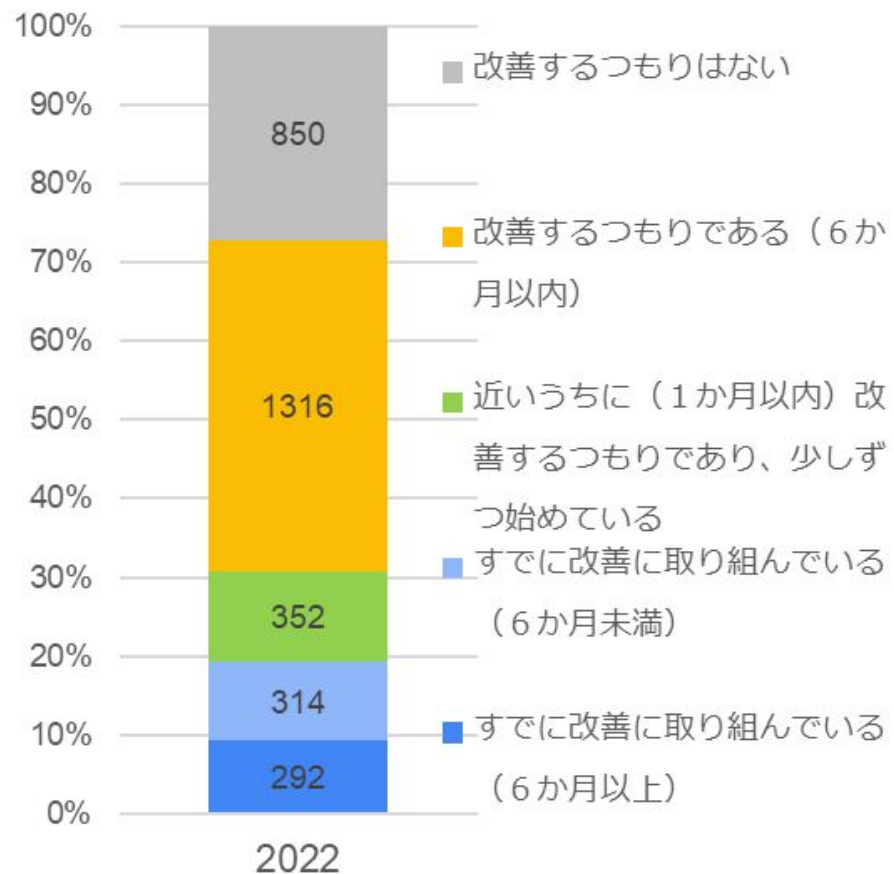
運動習慣

2022年10月実施

運動習慣のある割合が2022年度では22.6%と2021年に比べて上昇。サツドラ健康重要課題の一つである「運動習慣のある人の割合の増加」については達成。また、本社では肩こり、腰痛予防対策として毎朝9:30にラジオ体操第1を実施しています。ヨガ教室は日中だけではなく、週末の夜にも開催。2023年からは親子ヨガも開催し、親子で心身のリフレッシュできる場も提供しています。

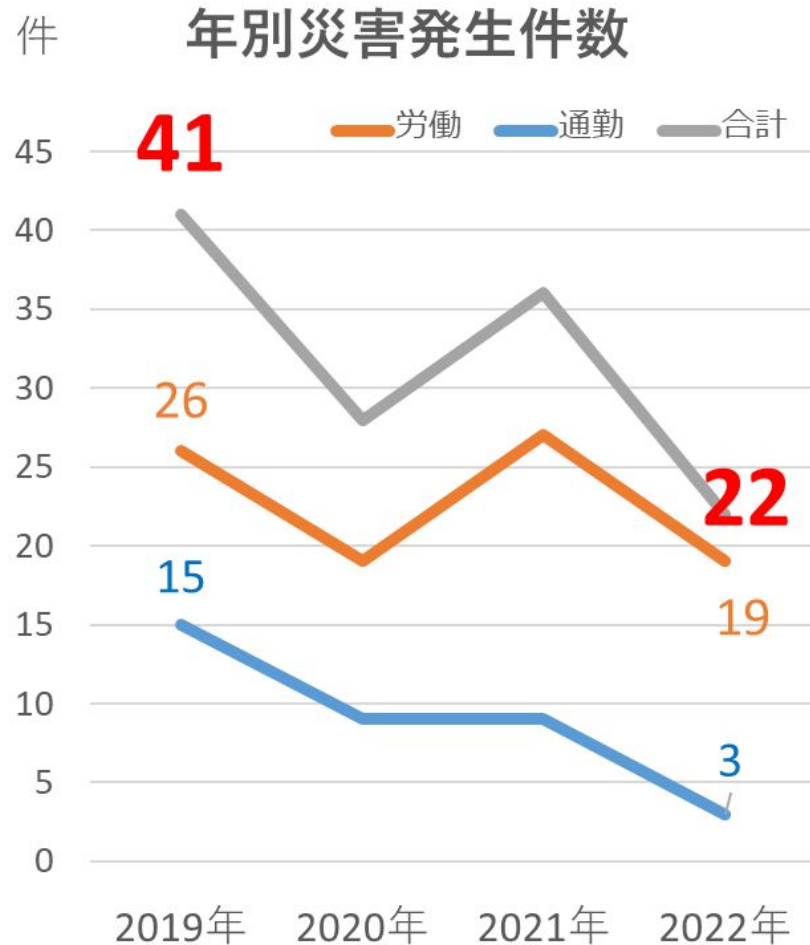
データで見るサツドラ健康経営

生活習慣改善への意欲調査



生活習慣を「すでに改善に取り組んでいる」「改善するつもりである」を合わせると**70%以上**という結果に。
自分の健康のために生活習慣を整えようとする人の割合が多いことがわかります。

データで見るサツドラ健康経営



2019年度から労災発生状況の集計と対策を開始。2019年度では全体で41件だったものが**2022年度には22件と半減**。特に冬場に多く発生していた冬道での転倒による通勤災害も、降雪前に注意喚起することによって大幅に減少。労災対策として、毎月全社員に向けて労災の発生状況・原因・対策について周知し労災発生予防対策に取り組んでいます。

発生	発生場所	発生時刻	発生状況	発生原因	発生結果	発生原因の調査	発生原因の対策
1	2019.12.11 1階事務	10:00	男性 20代	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。	軽傷	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。
2	2020.12.15 1階事務	15:00	女性 30代	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。	軽傷	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。
3	2021.11.10 1階事務	10:00	男性 40代	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。	軽傷	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。

1 ヒールケースの載った小型キャリーでも足元を隠した
【状況】
【対策】

①進行方向を確認！
②手前30cm斜める
(原状復帰に足元を隠さない！)

2・3 通勤時に転倒

雪解け後、春の道は
穴だらけです。

歩きやすい靴ですか？
両手をあげて！

時間にも余裕をもって
行動する

履物不潔：靴の持ち方
注意！
動画を視聴し、各店舗共有

【1 内容確認後、目付を記入し押印またはサイン】

安全衛生委員会より

配信部署 人事部労務担当 配信日 2023年2月8日

踏み台から降りるときは足元をよく見て！

発生	発生場所	発生時刻	発生状況	発生原因	発生結果	発生原因の調査	発生原因の対策
1	2023.01.10 1階事務	10:00	男性 30代	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。	軽傷	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。
2	2023.01.10 1階事務	10:00	女性 30代	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。	軽傷	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。	歩行中に足元を見ずに歩いたため、床に倒れた。

1 凍結路面で転倒

- 時間にも余裕をもって行動する
- 歩きやすい・滑りにくい靴をはく
- 両手をあげる（リュックなど）
- 歩きスマで水濡れ！

2 踏み台から降りようとして転倒

1段の踏み台のつもりで降りようとしたが、2段目立った。足が痛かす転倒！

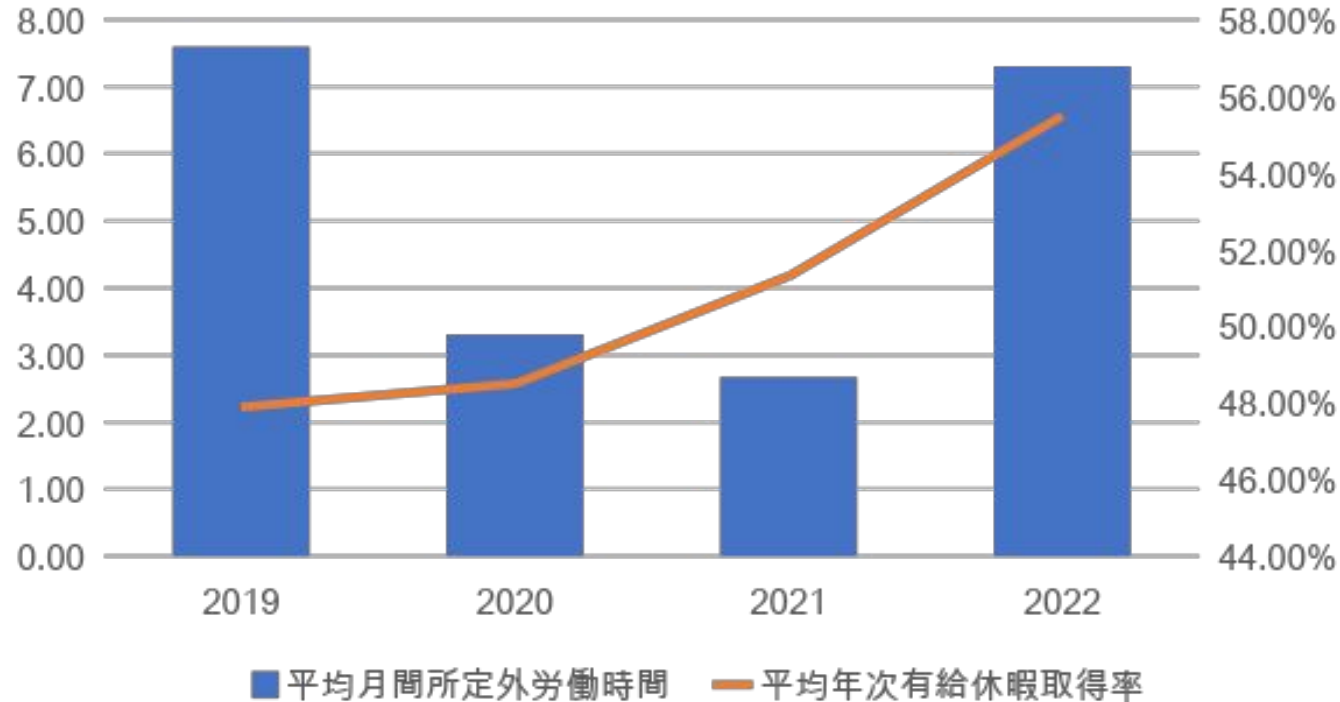
全員の転倒予防

注意！

- 周囲や足元を確認してから降りる
- 1段ずつ降りる

データで見るサツドラ健康経営

正社員の残業時間と年休取得状況



正社員の平均月間所定労働時間(残業時間)は2019年度は新型コロナウイルス感染による休職者が相次ぎ、出勤者がサポートに入ったため残業時間が増加しています。2020年、2021年は減少傾向にあったものの、2022年は新店オープンが相次いだことと、長期の休職者のフォローのために残業時間が増加しています。一方で、年次有給休暇取得率は増加しており、ワーク・ライフ・バランスを意識した働き方が根付いてきたことが伺えます。

写真で見るサツドラ健康経営



「8のつく日はヨガの日」として運動習慣の定着と肩こり・腰痛予防対策のため2022年6月より月1回ヨガ教室を開催。会場だけではなく、zoomを使ってオンラインで参加出来たり、後日動画を配信して、いつでも・どこでも視聴してヨガができる環境を整えています。また、週末の疲れを癒すためのYOGA NIGHTも開催。



子育て中の社員が気兼ねなく集まって、仲間づくりができる場として親子ヨガイベントを開催。運動不足・ストレス解消の場にもなっています。



社内にバランスボールを各所に設置。必要時利用して体幹を鍛えることもできます。



運動習慣の定着のために本社で毎日9:30にラジオ体操第1を実施。約400もの筋肉を使うラジオ体操第1を行うことで、肩こり・腰痛予防対策に取り組んでいます。

写真でみるサツドラ健康経営

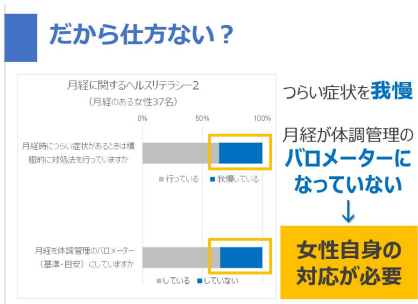


顔出しOK！
応援よろしく部門

匿名希望
恥ずかしがり屋さん部門

New! 二人三脚で
家族も禁煙部門
サツドラは
家族も大切にします！

2023年元日出走！
(禁煙開始)
応募フォームはこちら
応募期限
11月30日(水)



喫煙率の低下のため、社内で2022年1月より禁煙ダービーを開催。参加した社員は全員禁煙に成功！継続的に開催しています。特に第3回目では社員の家族も参加し、家族ぐるみで禁煙に取り組みました！2023年からは禁煙外来の費用補助を開始し、喫煙率の低下に取り組んでいます。

「女性の健康について男性社員にも知ってもらいたい」ということで、メンター研修、新入社員研修、パートナー社員研修にもPMSや更年期障害・貧血予防の内容を取り入れています。



社内はフリーアドレスを採用。好きな場所で仕事に打ち込むことでパフォーマンスUPにつながっています。



毎年、社内でインフルエンザ予防接種を実施。医療機関で接種する場合にも、費用の一部補助をして接種しやすい環境を整えて感染予防対策に取り組んでいます。



全社員を対象にハラスメント研修、労災対策としての腰痛予防の研修を実施

これからもサツドラグループは
社員一人ひとりが、
ヘルスリテラシーを高め
経営課題の解決のために
取り組んでいきます。

