

ウイングアーク 1 s t 健康白書

2024年6月発行

ウイングアーク 1 s t 株式会社

WingArc **1st**

The Data Empowerment Company

健康経営にかける想い

社員の幸福と健康寿命の延伸をテーマに長く元気に働けるよう、様々な健康課題の改善に全社で取り組むため、2020年3月「健康宣言」を制定し、健康経営を全社で推進しています。

健康宣言

ウイングアーク 1 s t グループは、Visionである
「Empower Data, Innovate the Business, Shape the Future.
情報に価値を、企業に変革を、社会に未来を。」を
実現するためには、最も大切な資産である社員のパフォーマンスが
非常に大切だと考えています。

社員のパフォーマンス最大化のためには、
心と体の健康は最も優先すべきものです。

当社は社員の健康を維持向上する事を一番に考え、
心身ともに最高のコンディションで業務にあたることができるような
様々なサポートをする企業を目指します。



ウイングアーク 1 s t 株式会社
代表取締役 社長執行役員CEO
田中 潤

健康経営で目指すこと

ウイングアーク 1 s t では、多様な働き方を推奨する中で100%リモートワークを推進しています。自律的に働くことを自己管理しつつ、顔が直接見えない中で社員同士が円滑かつ自由闊達なコミュニケーションを図りながら業務を推進し、最大のパフォーマンスを発揮していくことが求められています。

そのため、健康づくりを全社、職場毎、個人毎の施策階層で推進・浸透させていくことで社員一人ひとりの心と体を整えていくとともに、働きやすい職場環境作り、ワークライフバランスの充実を図ることで働く幸せとワークエンゲージメントの向上に繋げていきます。それらによって、全社的なプレゼンティーズム※やアブセンティーズム※の損失を減らしていくことを目指しています。

※プレゼンティーズム：欠勤にはいたっておらず勤怠管理上は表に出てこないが、精神面を含め健康上の理由で仕事のパフォーマンスが低下している状態

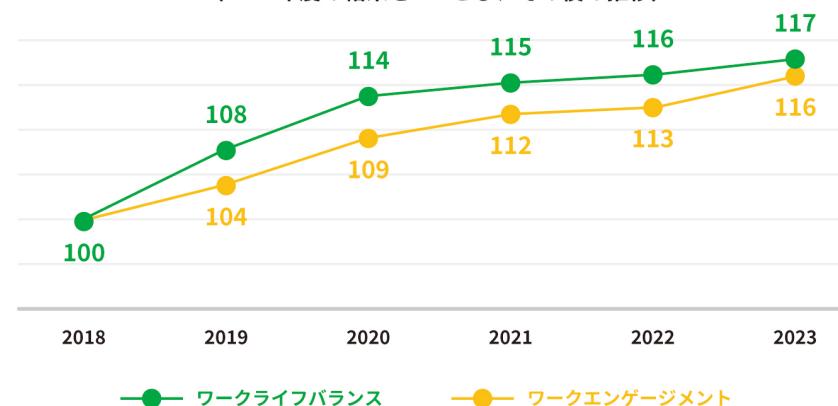
※アブセンティーズム：病気や体調不良によって勤務できない状態



ウイングアーク 1 s t 株式会社
執行役員（人材・組織文化&サステナビリティ担当）

吉田 善幸

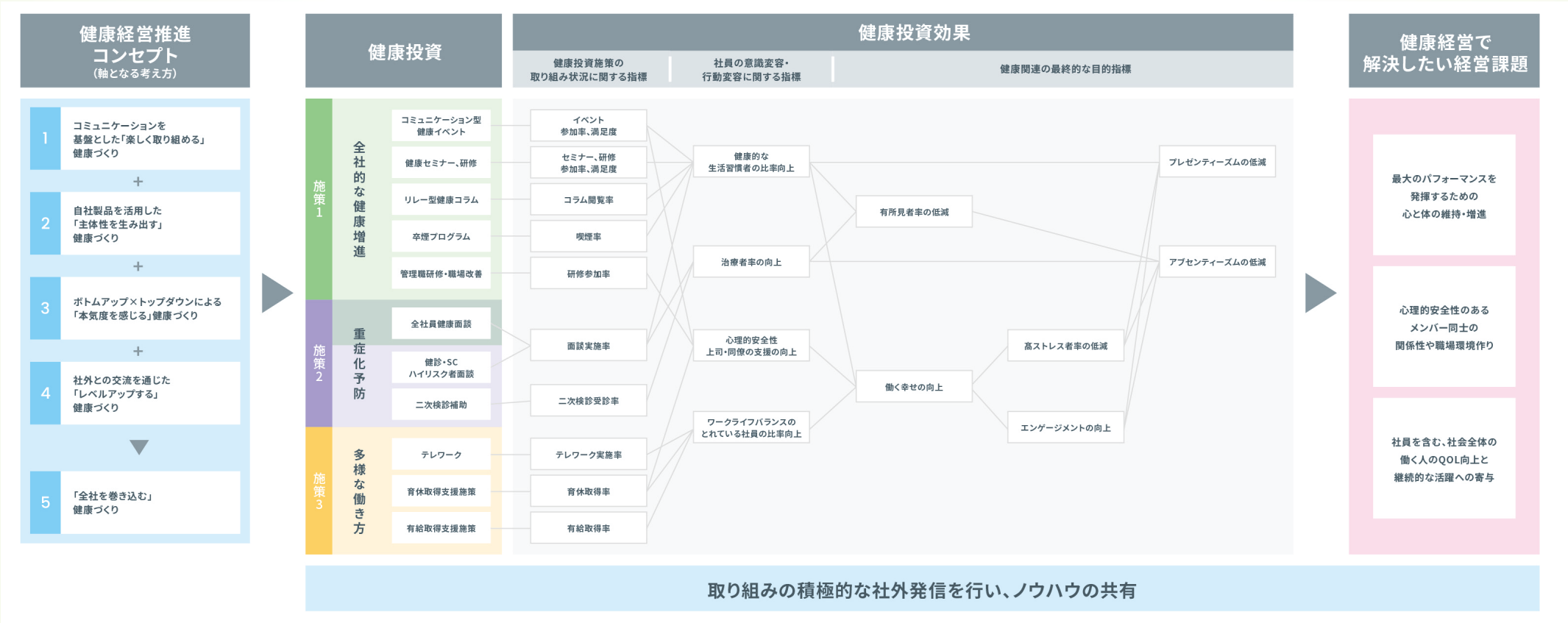
ワークライフバランスの充実とワークエンゲージメントの向上
(2018年度の結果を100とし、その後の推移)



当社実施のエンゲージメントサーベイから抜粋

健康経営戦略マップ

健康×コミュニケーション活性化をテーマに健康経営で解決したい「経営課題」に向かって、様々な健康施策を実施しています。また、その取り組みを積極的に社外発信しています。

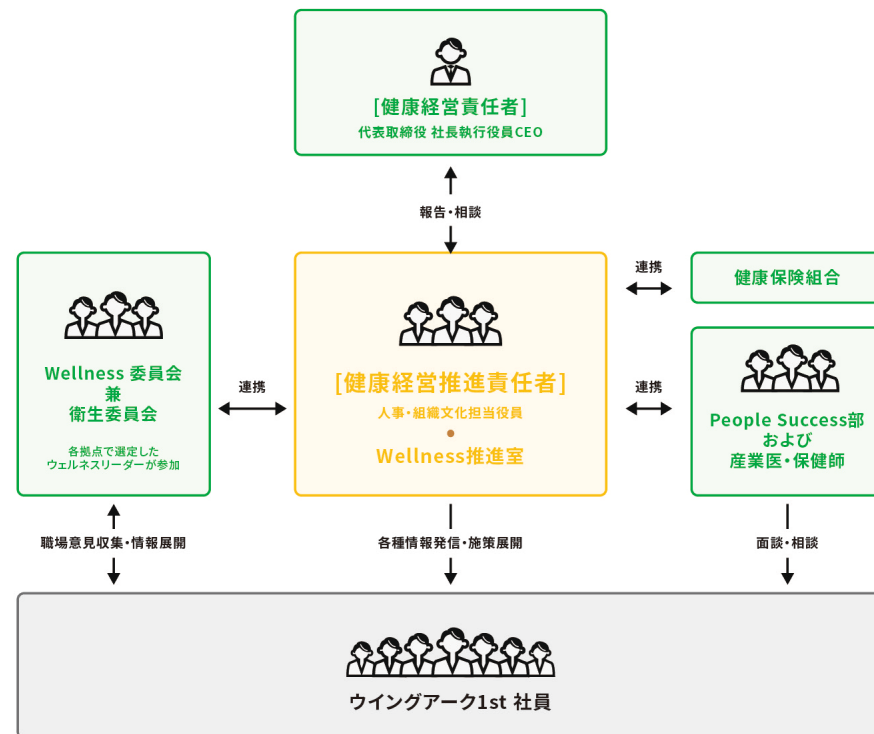


健康経営推進体制

当社では、経営トップが健康経営責任者、人事・組織文化担当役員が健康経営推進責任者となり、重要な企業戦略として健康経営を推進しています。

また、健康経営の専属組織であるWellness推進室を設置し、ウェルネスリーダーと連携しながら、健康経営の施策を企画・推進し、社員1人ひとりへの浸透を図っています。

また、健康保険組合（関東ITソフトウェア健康保険組合）とも密な連携を図りながら、コラボヘルスを積極的に推進しています。



ウイングアーク 1 s t の 健康経営推進には欠かせない ウェルネスリーダーの存在

様々な部門や全国のオフィスからメンバーが構成されるウェルネスリーダー。月に1回の衛生委員会を兼ねたWellness委員会では、健康に関する情報共有をはじめ、各施策の推進についてアイデア出しや活発なディスカッションをしながら活動しています。

各部門・オフィス単位や個人で取り組んでいた健康施策をウェルネス委員会に持ち寄り、全社へ情報発信・展開したり、面白い取り組みを楽しく考える場になっていて、いつも笑いが絶えません。イベント開催時には、ウェルネスリーダー自ら積極的に情報発信し、健康施策推進リーダーとして周囲の人を巻き込む役を担ってくれています。

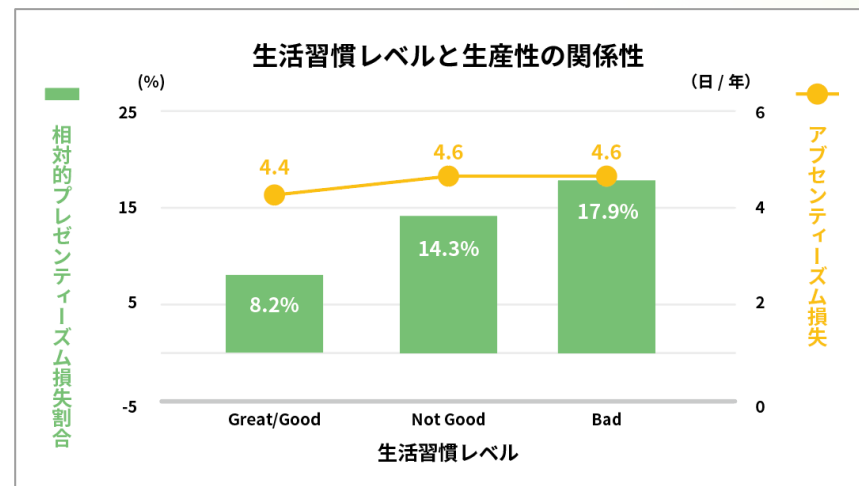
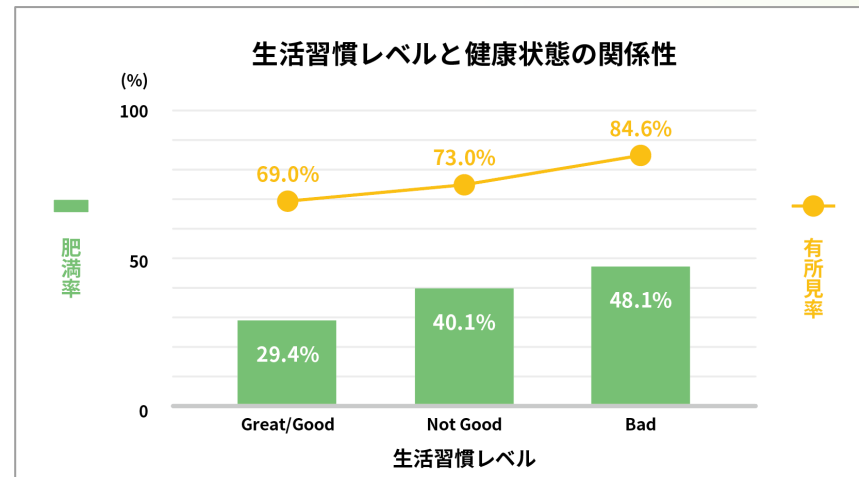


健康課題

健康関連データ分析の結果、生活習慣レベル※¹が低い社員ほど、肥満率※²や有所見率※³が高く、プレゼンティーズム、アブセンティーズムの損失割合が大きい状況となっています。

このことから健康的な生活習慣を促進していくことが、心と体の健康、そして生産性にも好影響を与えると認識しています。

1. 生活習慣レベル：生活習慣の健康度をはかるライフスタイル調査を全社員に実施しており、Great～Badでレベル分けしています。
2. 肥満率：BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m) で計算される肥満度判定の割合です。
3. 有所見率：健康診断結果において、厚生労働省が定める保健指導判定値、受診勧奨判定値の対象になる人の割合です。

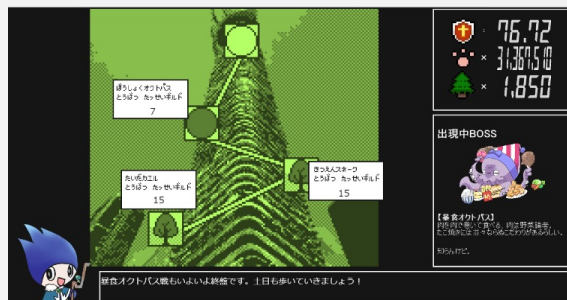


健康診断結果と当社実施のライフスタイル調査より

主要な取り組み

コミュニケーション活性化を伴いながら社員一人ひとりの心と体の健康づくりを促進しつつ、職場のサポートを向上させる楽しいオリジナルな取り組みを通じて、全社的な健康増進を推進しています。

全社ウォーキング大会



毎年、春と秋の年2回、全社ウォーキング大会を実施しています。自社製品のMotionBoardを活用し、毎回様々なテーマ設定で取り組みますが、2022年秋のウォーキング大会は、「みんなで歩いて健全な森を取り戻そう」と題して、社員の歩いた歩数を木に換算し、健全な森林循環活動を実施している団体に寄贈いたしました。また、ウォーキングボード上では、毎週「生活習慣病モンスター」（泥酔ドラゴン・過食オクトパス・スモークスネーク・怠惰カエル）が登場し、社員の生活習慣見直しへの関心を引きました。参加率は全社員の内78%が参加、2950本分の寄贈となりました。



施策の詳細はこちらをご覧ください
<https://note.wingarc.com/n/n17272cf8c073>

クリスマス健康チャレンジ



Wellnessリーダーによるオリジナルのストレッチ動画を5本作成し、冬の運動不足の時期に毎朝ストレッチに取り組みました。自社製品のdejirenから毎朝「今日も体操頑張ろう！」と通知があり、体操に取り組んだ後にdejirenで実施報告をすると、自社製品のMotionBoard上にある体操カードにスタンプがたまっていきます。貯まったスタンプの数に応じて、クリスマスプレゼントがもらえる企画は「毎朝、運動する習慣がついた」と大変好評でした。

ヘルスケアリレー



全社員でつなぐ、リレー型健康コラムを社内ポータルサイトで配信しています。「お酒とダイエットって両立できないのー！！？」「オリンピックで話題になったし、スケボー始めたら良いこと尽くめだった件」などユニークなテーマのコラムで、健康意識の低い社員にも関心を持ってもらえるように工夫をしています。これまでに合計184本を配信しています。



施策の詳細はこちらをご覧ください
<https://note.wingarc.com/n/n5e2eacbdca96>

主要な取り組み

ウィングアーク1stでは全社員参加型の健康増進に取り組んでいます。
自身の健康づくりを行うことが当たり前の会社を目指しています。

喫煙者ゼロ宣言

2025年 喫煙者ゼロ宣言

WingArc1st

2021年5月に「リモート禁煙強化宣言」を発表し、就業時間中の禁煙規則、禁煙外来の受診料サポートや、喫煙者の家族に向けた禁煙に向けたサポートのお願いを当社代表から手紙送付する等の施策を行ってきました。
2023年5月、健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に取り組む健康経営銘柄企業として、社員の禁煙施策を強化し、2025年には喫煙者ゼロを目指すことを宣言。喫煙者ご家族の協力を得ながら推進しています。

2025年喫煙者ゼロ宣言はこちらをご覧ください
<https://corp.wingarc.com/public/202305/news2577.html>

オーラルケア



健口スマイル支援制度

全身の健康に影響を及ぼす歯科疾患。特に歯周病は、糖尿病や動脈硬化と互いに影響しあっており、歯周病を予防することは、生活習慣病をはじめさまざまな病気のリスクを減らすことに繋がります。そのため、1年に1回の定期歯科検診とクリーニング費用を支援しています。
また、専門家によるオーラルケアセミナーを開催し、健康診断と共に歯科検診の習慣化を意識づけています。



施策の詳細はこちらをご覧ください
<https://note.wingarc.com/n/n943fc95b2b67>

社員総会でのウォーキング大会&ストレッチ



創業20周年となる2024年4月、全社リモートワーク体制の中、社員総会を実施。
Wellness委員会では、当日3,000歩以上歩いて会場に来到、スポーツドリンクやナッツをプレゼントする企画を行いました。
更に、ダイエットアドバイザーの資格を持つWellnessリーダー監修で、Wellnessリーダーによるストレッチの時間も設けました。全役員・社員、国内外の子会社社員、来賓のお客様も含め、会場が一体となって実施したストレッチは、「毎年、開催してほしい」などの声が寄せられ好評でした。昨年は、当社のビジネスカンファレンス「updateNOW23」の幕間で視聴者向けにストレッチ動画を配信し、当社の健康施策を発信・体験いただきました。
なおこのストレッチ動画は、毎週火曜日に開催されるオンラインの全社情報共有会でも活用しています。

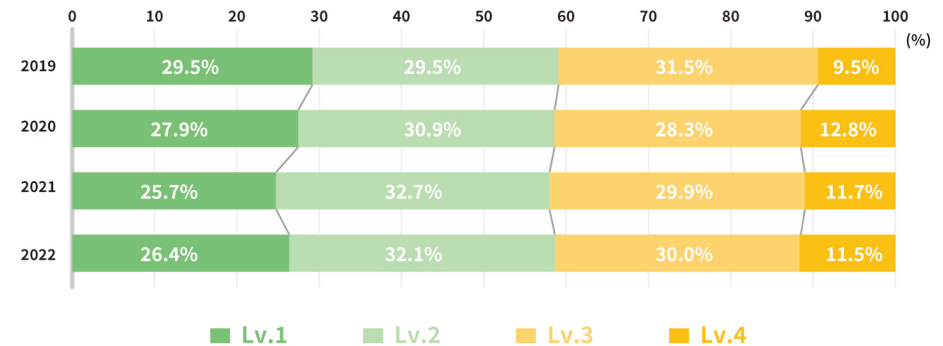
健康課題

当社では、産業医や保健師面談の体制強化を行い、健診結果に基づく有所見率※の低減に取り組んでいます。

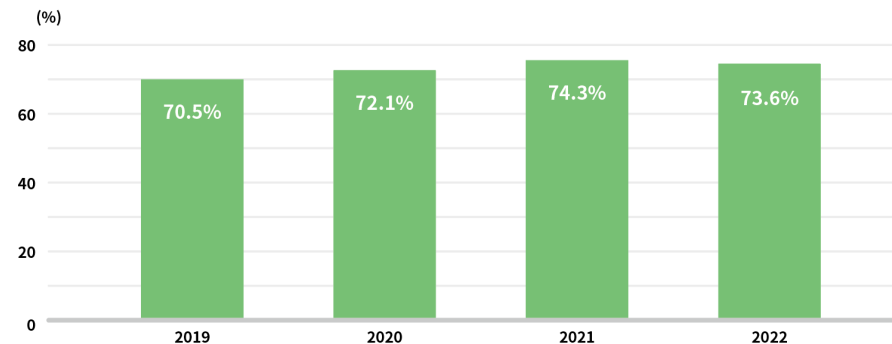
2021年度から 2022年度にかけて、有所見者の割合が微減しました。コロナの5類移行により通院控え、リモートワークに伴う身体活動量の低下が若干改善された事が要因と推測します。更なる全体の健康意識の底上げと同時に、二次健診の受診勧奨や保健指導をより強化し、リスクレベルが進行しないように対策を行っていきます。

※厚生労働省「標準的な健診・保健指導プログラム[改訂版]」の基準に基づき集計、血圧・脂質・血糖・肝機能のうちいずれか1つ以上が受診勧奨判定値である場合にはLv.3（更に厳しい社内基準に抵触する場合はLv.4）、いずれか1つ以上が保健指導判定値である場合にはLv.2、全てが基準範囲内であればLv.1とし、Lv.2以上を有所見と定義

リスク別判定内訳



有所見率



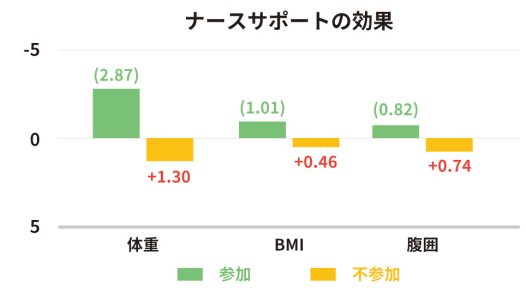
主要な取り組み

全社員健康面談



全社員が保健師と面談を行う機会を設けています。2021年度は面談100%達成。面談の満足度アンケートでは「満足」「とても満足」を選んだ社員は72%。「健診結果の悪いところを相談できた」「気にしていなかった生活習慣の問題点に気づくことができた」などのコメントが寄せられ、非常に価値を感じてもらっているため、継続して取り組みを行っていきます。

ナースサポート



2021年度の健康診断結果から、産業医が問題視した数値（BMI30以上）の社員に対して、保健師の指導・支援による「生活習慣の改善」で「次回健診結果の数値改善」を目的とする「ナースサポート」を実施しています。特定保健指導との大きな違いは、同じ職場で働く保健師が次回の健康診断に向けて約2か月間伴走するため、リモートワーク環境で1人1人に寄り添った運動や食事の改善施策を提案できる点にあります。2022年度の実施結果は、ナースサポートに参加した社員は、体重・BMI・腹囲の数値が改善した一方、不参加の社員は悪化しました。ナースサポートの効果は、大きいと理解できたため、2023年度からは管理栄養士にも参加してもらい、サポートを強化しています。

当社対象者の2021年と2022年の健康診断データより

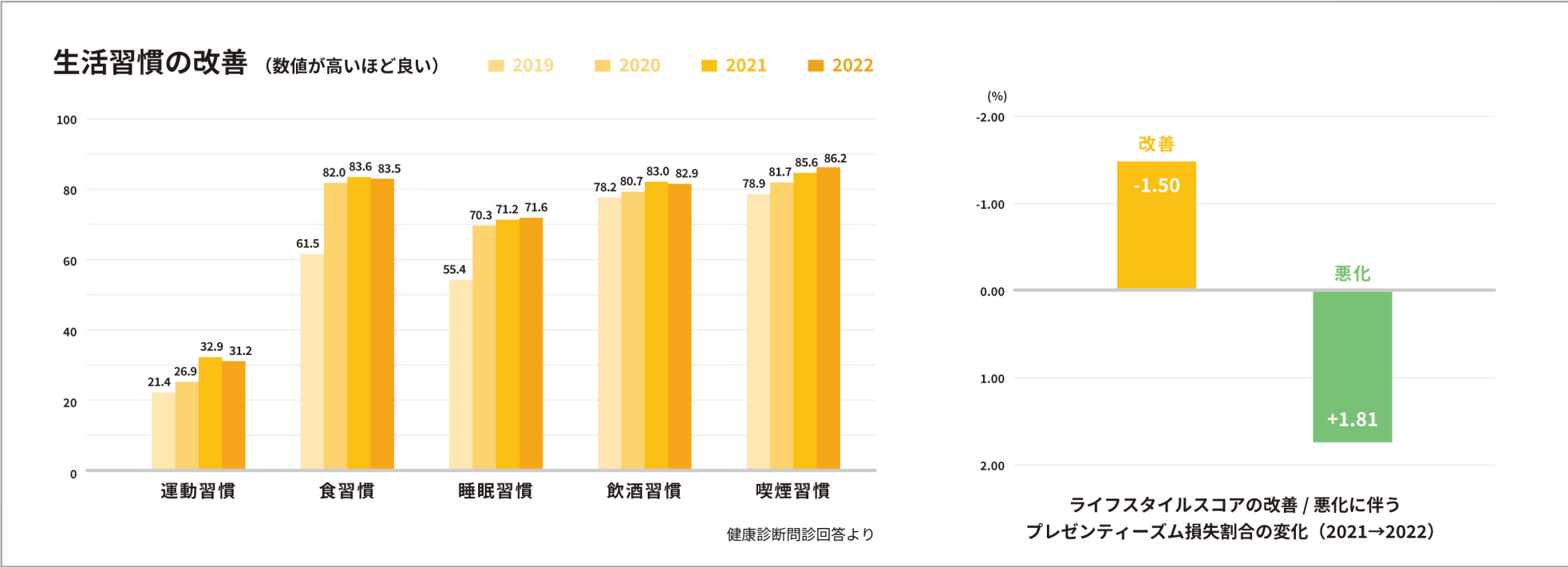


施策の詳細はこちらをご覧ください

<https://note.wingarc.com/n/n07bb48570ba0>

生活習慣の改善

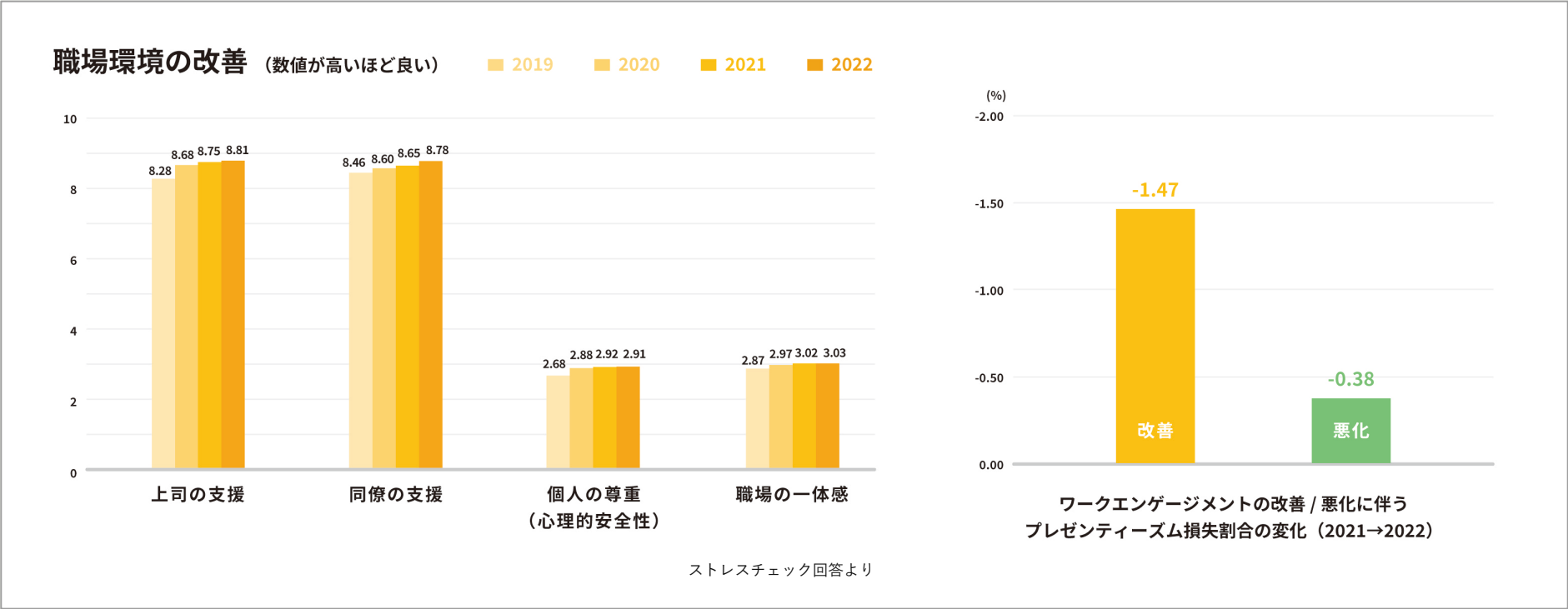
生活習慣の改善に取り組んだ結果、問診回答における睡眠・喫煙において改善が見られました。
特に、リモートワークに切り替えた2020年から睡眠の数値が改善し続けており、生活リズムが整うことで、
生活習慣病の予防にも良い影響を及ぼしています。



そして、直近1年間でライフスタイルスコアが改善した群は、プレゼンティーズム損失割合が1.50%改善した一方で、
ライフスタイルスコアが悪化した群は、プレゼンティーズム損失割合が1.81%増加する結果となりました。

職場環境の改善

個人と職場へのアプローチを通じてメンタルヘルスケア対策に取り組んだ結果、
上司・同僚の支援や職場の一体感などの職場環境が改善しました。
そして、職場環境が改善した群はワークエンゲージメントも改善した一方で、
職場環境が悪化した群はワークエンゲージメントも低下しました。



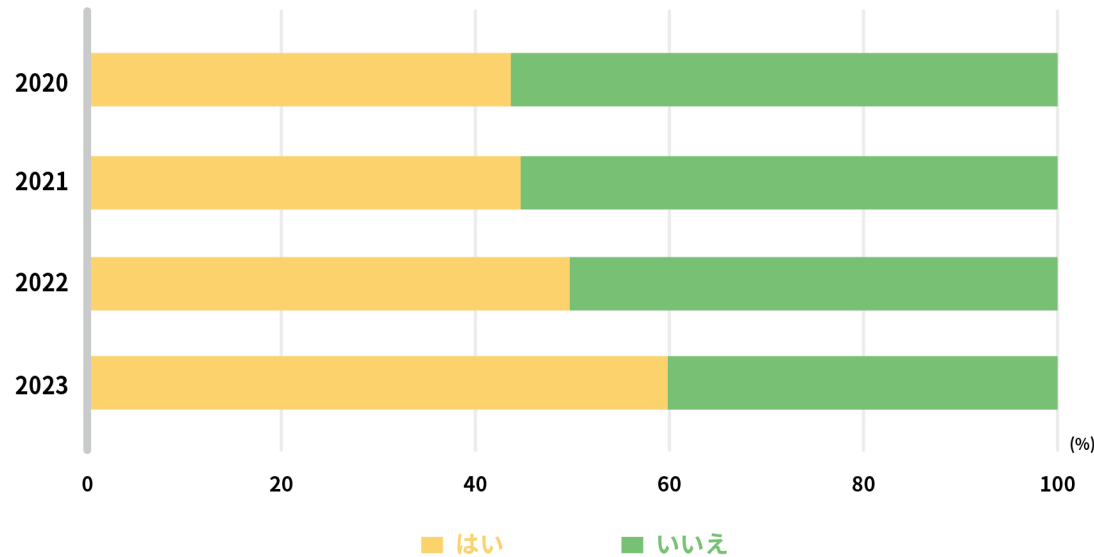
※ワークエンゲージメントが改善した群は悪化した群に比べて、プレゼンティーズムの損失割合が大きく改善する結果となりました。

健康への取り組み意識の変化

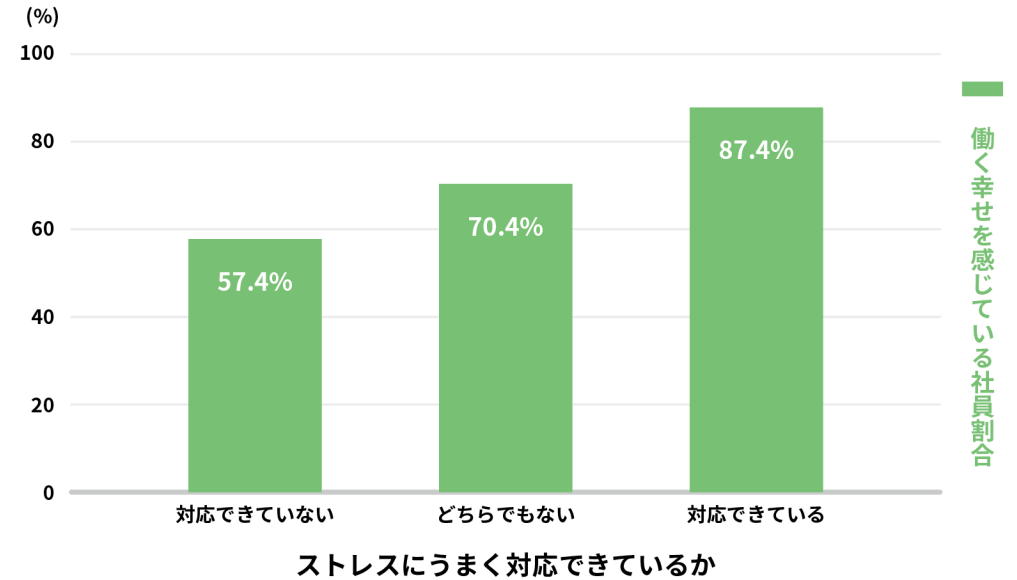
健康作りに関するアンケートを実施しており、「会社の健康づくり施策に参加したことをきっかけに新たに取り組んだり、意識し始めた生活習慣はありますか？」という質問で、毎年「はい」と回答する社員が増加しています。

また、2023年度は、記名式で収集し様々な健康データとクロス分析を実施しました。その結果、ストレスに上手く対応できている社員においては、働く幸せを感じる割合が高いことが分かりました。今後ストレスへの対処法などについての教育を強化することで、働く幸せを感じる社員割合を高めていきたいと考えています。

新たな取組み・意識の変化

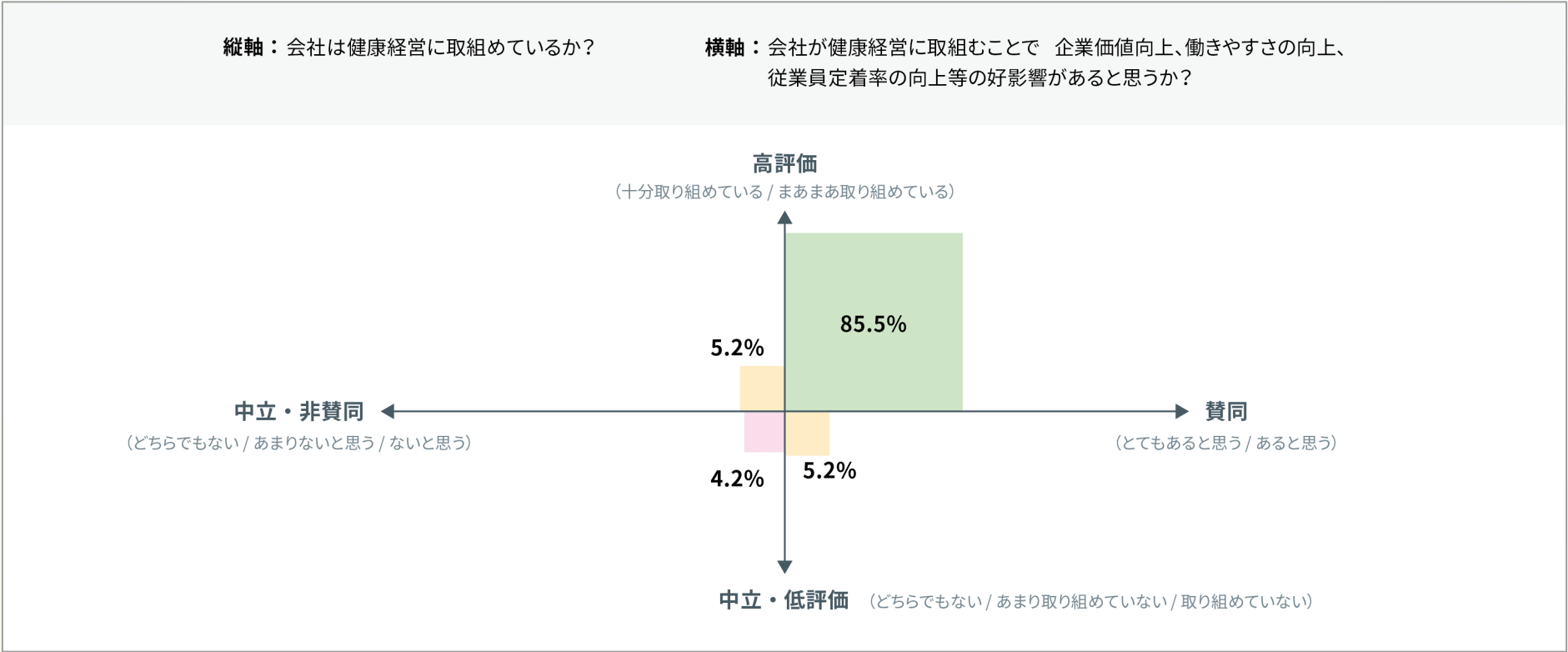


ストレス対応度と働く幸せの関係性



社員への健康経営の浸透

健康経営が全社に浸透しているか、その状況を毎年アンケートで確認しています。その結果、会社が健康経営に取り組んでいる、且つ社員と会社が健康経営に取り組むことで社員の心身の健康以外にも企業価値向上等のメリットがあると思う、と答えた社員の割合が85.5%となり、2022年度の80.5%から更に5%上昇しました。会社が健康経営に取り組むことを有意義だと考える社員が多く社員1人ひとりに健康経営が浸透していることを再確認できました。今後も同様のアンケートを継続し、しっかりと社員からの評価を確認しながら健康経営の取組みを深化させていきます。



健康経営銘柄2023に選定

健康経営の取組みの結果、経済産業省と日本健康会議が顕彰する「健康経営銘柄2023」に初選定されました。また「健康経営優良法人2024（大規模法人部門：ホワイト500）」として昨年に続き、4年連続の認定となります。

また、スポーツ庁が推進する、従業員の健康増進のためにスポーツの実施に向けた積極的な取り組みを行っている企業「スポーツエールカンパニー2024」としても4年連続で認定されました。

さらには、フルリモートワーク下で8割以上の社員が参加し、新たなコミュニケーションを生み出した全社ウォーキングイベントが評価され、『月刊総務』主催「eコミュニケーショングランプリ」にてグランプリを受賞しました。

詳細はこちら

[ウイングアーク1stの企画「全社ウォーキング大会」がeコミュニケーショングランプリを受賞！勝利の秘訣はWellness委員会の団結力！？](#)



「健康施策に取り組むことが、楽しい。働くことに幸福感を感じる。」



ウイングアーク1stは、こんな会社を目指します。

そして将来、健康経営という言葉を使わなくても、当たり前社員が健康で働き続ける会社でありたいと思います。

これからも様々な健康施策を発信し、チャレンジし続けていきます。

The Data Empowerment Company

データに価値を、
企業にイノベーションを。

私たちは「データ」が、これからの新しい資源として社会から求められるようになると思っています。
その期待にこたえられる企業とし、企業理念に The Data Empowerment Company を掲げています。