

就職・卒業  
引越し

春は異動の季節です！

## 扶養しなくなったら取り消し手続きを！

被扶養者は、「主として被保険者に生計を維持されている」ことが認定の条件となります。被扶養者が下記に該当する場合は、**速やかに**会社の健保担当部署へ申し出をして、「健康保険被扶養者(異動)届」の提出と健康保険証の返却をしてください。(提出期限:異動があった日から5日以内)



## こんなとき

被扶養者が  
・就職  
・収入増加  
・死亡、結婚、離婚  
・失業給付受給

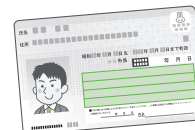
被扶養者に  
・仕送りをしなくなった など

・60歳未満の方  
年収130万円以上(月収108,334円以上)

・60歳以上の方または障害年金受給者  
年収180万円以上(月収150,000円以上)

## マイナンバーカードが保険証として利用できます

令和3年3月から医療機関・薬局などでマイナンバーカードの健康保険証利用が可能になりました。なお、健康保険証が利用できなくなるわけではなく、いずれも利用可能です。マイナンバーカードの取得にあたっては数ヵ月かかるケースもございますので、お早めにお手続きいただきますようお願いいたします。



## 健康保険証利用申込のお問い合わせ

マイナンバー総合  
フリーダイヤル **0120-95-0178**

音声ガイダンスにしたがって「4→2」の順にお進みください。

受付時間(年末年始を除く) 平日:9時30分～18時30分

申込方法は  
特設ページでも  
確認できます！



[http://mina.go.jp/html/hokenshoraiyou\\_top.html](http://mina.go.jp/html/hokenshoraiyou_top.html)

## [当組合からのお知らせ]

## 事業所編入

編入日: 令和3年4月1日

事業所名

株式会社トヨタレンタリース新大阪

## 事業所脱退

脱退日: 令和3年1月1日

事業所名

トヨタホーム北関東株式会社

## 組合会議員の就任

交代日: 令和3年1月1日 敬称略

事業所名

株式会社エフ・イー・シーチェーン

氏名

大波 伸次

令和3年度任意継続被保険者  
標準報酬月額の上限額

適用日: 令和3年4月1日

任意継続被保険者の保険料は、退職時の標準報酬月額と、当組合被保険者全員の前年の9月30日時点の平均標準報酬月額とのいずれか低い方に保険料率をかけて算出します。

令和3年度に使用する平均標準報酬月額について、下記の通りお知らせいたします。

令和3年度(令和2年9月30日時点の平均)

360,000円(25等級) ※従前より変更なし

けんぽ  
インフォメーション2021  
VOL.209  
春号  
2021年4月15日発行健康づくりの事例がわかる  
全国の  
加入事業所を紹介  
P.8～11をご覧ください。

ご家族皆で読みましょう

けんぽからの大事な情報が満載です! ご家族向けの情報もあります。

トヨタ販売連合健康保険組合 〒461-0001名古屋市中区東一丁目23番36号NBN泉ビル3F TEL.052-952-2679 URL <http://www.toyota-hrkenpo.jp>

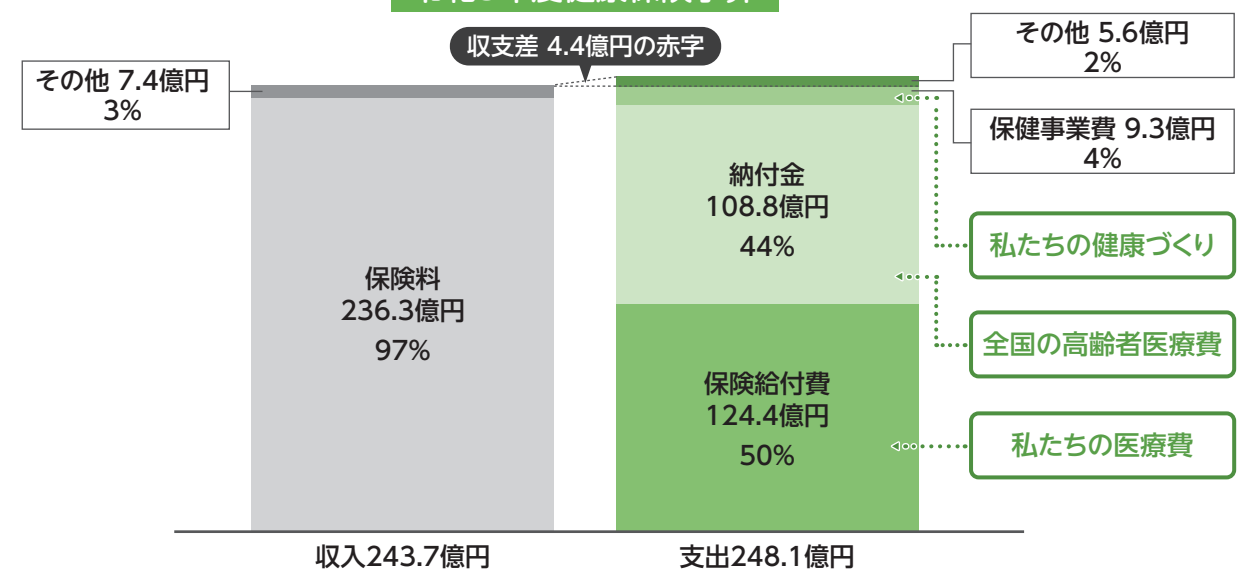
## 令和3年度予算と事業計画が決定しました

## 健康保険

[健康保険料率は現行(9.7%)を維持]

- 令和3年度は、高齢者制度への納付金および保険給付費が増加する見込みであることから4.4億円の赤字予算となりました。
- 赤字分は当組合の保有する積立金を取り崩して充当し、保険料率の引き上げは行いません。
- 事業計画は、加入事業所様の「健康経営」の取り組みをさらに後押しするとともに、より組合員の健康増進に効果のある取り組みを推進していきます。

## 令和3年度健康保険予算



## 介護保険(40歳以上)

[介護保険料率は引き上げ(1.74%→1.82%)]

- 国から指定された介護納付金額に見合う介護保険料収入を得るための料率を算出した結果、令和3年度も介護保険料率を引き上げることとなりました。
- 令和4年度以降も介護納付金の増加が見込まれることから、料率改定を検討してまいります。

## 健診事業

当組合では契約医療機関で受診した35歳以上の被保険者・被扶養者の人間ドックなどの健診費用に対して、年度内(4～翌3月)1回まで補助を行っています。

(各年度4月1日以降、受診日まで継続して当組合に加入している(空白なし)方が対象)

**早期発見・早期治療のため、1年に1回は健診を受けましょう。**

### 【健診の種類】

受診者区分	項目	年齢(※2)	自己負担
被保険者	人間ドック	35～49歳	65%(約26,000円)
		50歳以上	50%(約20,000円)
	すこやか健診・共同定期健診	35歳以上	35%(約8,000円)
被扶養者(※1)	人間ドック	35～49歳	26,000円
		50歳以上	20,000円
	すこやか健診	35歳以上	8,000円
	地域巡回健診(女性対象)	35歳以上	2,000円
	特定健診	40歳以上	0円

### 【オプション検査】

受診者区分	項目	年齢(※2)	自己負担
被保険者	乳・子宮がん検査(※3)	20歳以上	0円
	前立腺がん検査	35～54歳	10%(約200円)
		55歳以上	0円
	腹部超音波検査		70%(約4,000円)
	C型肝炎検査	35歳以上	1,400円
	脳ドック		70%(約21,000円)
	肺がん精密検査		70%(約9,000円)
被扶養者(※1)	乳・子宮がん検査(※3)	20歳以上	0円
	前立腺がん検査	35～54歳	200円
		55歳以上	0円
	腹部超音波検査		4,200円
	C型肝炎検査	35歳以上	1,400円
	脳ドック		70%(約21,000円)
	肺がん精密検査		70%(約9,000円)

※1:任意継続被保険者(保険証記号が「990」の方)は被扶養者と同様

※2:各年度末(3月31日)時点の年齢

※3:乳・子宮がん検査については、20～34歳の方も単体補助として利用可

●指定医療機関で受診した場合は、健保組合負担で実施

●指定医療機関以外で受診した場合は、後日補助金を支給(補助金額上限あり)

## 保健指導事業

健診結果(腹囲や血液検査など)から、支援レベルの判定をし、40歳以上の被保険者・被扶養者を対象に保健指導を実施します。

**保健指導の案内が届きましたら、積極的なご参加をお願いいたします。**

	積極的支援プログラム	動機付け支援プログラム
対象者	メタボリックシンドロームに該当された方	メタボリックシンドローム予備群の方
内容	初回面談時に、生活習慣改善の目標を設定し、3ヵ月間プログラムに取り組んでいただきます。3ヵ月後に結果を評価します。	初回面談時に、生活習慣改善の目標を設定し、3ヵ月後に結果を評価します。

今年度より、35～39歳の被保険者を対象に「メタボ確率通知」レターの送付を開始します。  
(健診結果から40歳到達時にメタボとなる確率を算出)

食事・運動等の生活習慣を振り返り、改善に取り組むきっかけとしてください!  
確率50%以上の方向けの改善プログラムも準備中ですので、積極的なご参加ください!  
(レターと一緒にプログラムを夏頃ご案内予定)



## その他事業

**さまざまな健康支援があります。ぜひご利用ください。**

事業名	時期	事業内容
オンライン禁煙支援プログラム	4～9月	オンライン禁煙支援プログラムの費用を一部補助します。 ⇒ 詳細P.7
健康セミナー費用補助	随時	会社が実施するメンタルヘルスなどの健康セミナーの実施費用を補助します。
けんぽインフォメーション(機関誌)	年3回	健保組合からの各種ご案内を掲載した情報誌を被保険者の方に配布します。
赤ちゃん和妈妈誌	毎月	被扶養者となる第1子を出産された加入者を対象に、1年間ご自宅へ送付します。
医療費のお知らせ	毎月	健康保険で受診された履歴をWeb(毎月更新)でお知らせします。
ジェネリック医薬品のお知らせ	年2回	ジェネリック医薬品に切り替え可能な新薬を使用している方を対象に切り替えた場合にいくら安くなるかを具体的にお知らせします。 ⇒ 詳細P.4
無料歯科健診	随時	(株)歯科健診センターと提携する全国の歯科医院で、半年に1回まで無料で歯科健診が受けられます。⇒ 詳細P.4
健康相談	随時	無料で、電話健康相談やメンタルヘルスカウンセリングサービスをご利用いただけます。⇒ 詳細P.4
健康年齢	年1回	健康診断の結果から健康年齢を算出し、お知らせします。(健診受診から3～4ヵ月後)
スポーツクラブ法人契約	随時	提携スポーツクラブを法人会員価格で利用できます。挟み込みチラシをご参照ください。 [ルネサンス]全国約100ヵ所 [JOYFIT]全国約300ヵ所(令和3年4月～)

チャットボットでの健康相談も可能になりました

JOYFITとの契約を追加!



## ジェネリック医薬品を活用しましょう!

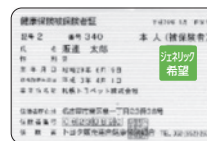
この春、就職して社会人になられた方、おめでとうございます。  
みなさまはジェネリック医薬品を使用されたことはありますか?  
花粉症の薬などを継続して服用されている方は、社会人になられたこの機会に、ぜひジェネリック医薬品への切替の検討をお願いします。

### ジェネリック 医薬品とは

先発医薬品の特許期間が過ぎた後に製造・販売される医薬品です。有効成分はもちろん、安全性も先発医薬品と同等ですが開発コストが抑えられる分、低価格なのが特徴です。



健康保険証と「ジェネリック希望シール」がお手元に届きましたら、健康保険証の余白部分に「ジェネリック希望シール」を貼ってお使いください。



## 無料歯科健診 をご存じですか?

当組合では、定期的に歯科健診することをお奨めしています。歯は健康の入り口であり、虫歯や歯周病で歯を失うことは、生活の質を低下させるだけでなく、健康に直結します。組合員のみなさまは、(株)歯科健診センターと提携する歯科医院で、歯科健診を無料でお受けいただけます。是非ご利用いただき、全身の健康を守りましょう。

「お申込みは歯科健診センターのホームページから!」

WEB & 携帯サイト

[www.ee-kenshin.com/](http://www.ee-kenshin.com/)

歯科健診センター

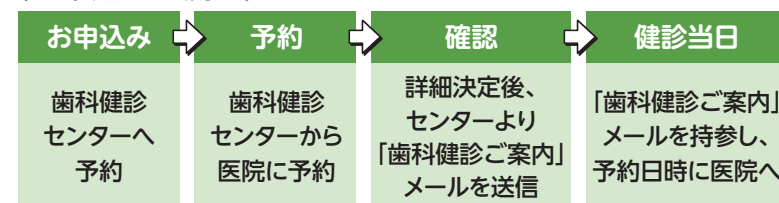
検索



全国の歯科医院と提携。最寄駅近くの歯科医院を検索して予約できます



〈お申込みの流れ〉



※歯科医院に直接連絡されても、この無料歯科健診は受けられません。

## 健康ホットラインをご利用ください!



←利用案内へアクセスできます。もしもの時のために、このページをお気に入り登録しておきましょう!  
<https://t-pec.jp/riyou/124783>

### チャットボット健康相談

新規!!

医療スタッフ監修の適切なアドバイスをコンピューター自動返信機能形式のチャットによりスマホで気軽に受けられるツールです。詳しくは、挟み込みチラシへ!!



### 電話健康相談サービス

医師や看護師などの相談スタッフがわかりやすくアドバイスいたします。

相談内容 ・健康 ・医療 ・介護  
・育児相談 ・医療機関情報 など

健康ホットライン 0120-124-783

### メンタルヘルスのカウンセリングサービス

臨床心理士などの専門家によるカウンセリングが受けられます。(※治療中の方は主治医の了解のもと面談可能)



面談予約方法 健康ホットライン (☎0120-124-783) またはWEBから予約

↓カウンセリングに関しての詳細や予約はこちらからできます

<https://t-pec.jp/websoudan/> ユーザー名 toyota  
パスワード hrkenpo

## 保養施設

被保険者・被扶養者のみなさまは嵐山近隣施設と比べ、格安な料金でご利用いただけます。

直営保養施設

京嵐山亭

地元食材が中心の京風料理が楽しめます。



住 所 京都府京都市西京区嵐山西一川町2-1 (渡月橋すぐ)  
TEL 075-861-4017  
定 員 42名 8室 (和洋室7、洋室1)  
全室トイレ・洗面所・冷蔵庫・マッサージチェア・床暖房完備



和洋室の一例



カラオケルーム

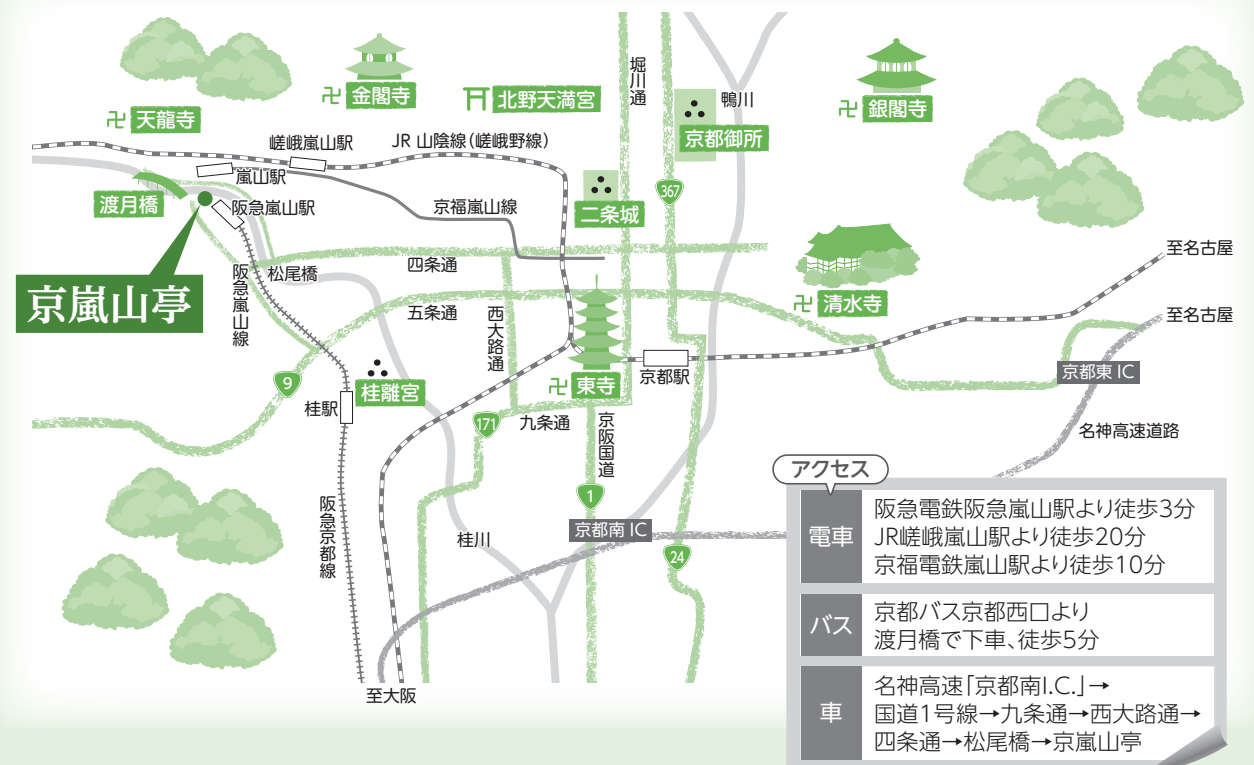
料金表 (1泊2食付:税込料金) 大人:中学生以上 小人:小学生

	組合員利用		一般利用	
	大人	小人	大人	小人
通常期	7,800円	4,100円	11,900円	6,200円
閑散期	6,700円	3,500円	10,800円	5,700円
特別期間	8,800円	4,600円	12,900円	6,800円

※洋室 (2名定員) は大人・小人とも左記料金より1,000円割引。  
※被保険者のお申込みであれば、どなたでもご利用いただけます。

組合員利用 ・当組合の保険証を持っている方  
・当組合を55歳以上で脱退された被保険者と、その被扶養配偶者

一般利用 組合員以外の利用者



### その他ご利用いただける施設

下記施設をお得な利用料金でご利用いただけます。

●トヨタグループ共同利用保養所 ●テラス蓼科 ●プリンスホテル ●リゾートトラスト

施設の詳細を当組合ホームページでご案内しています。



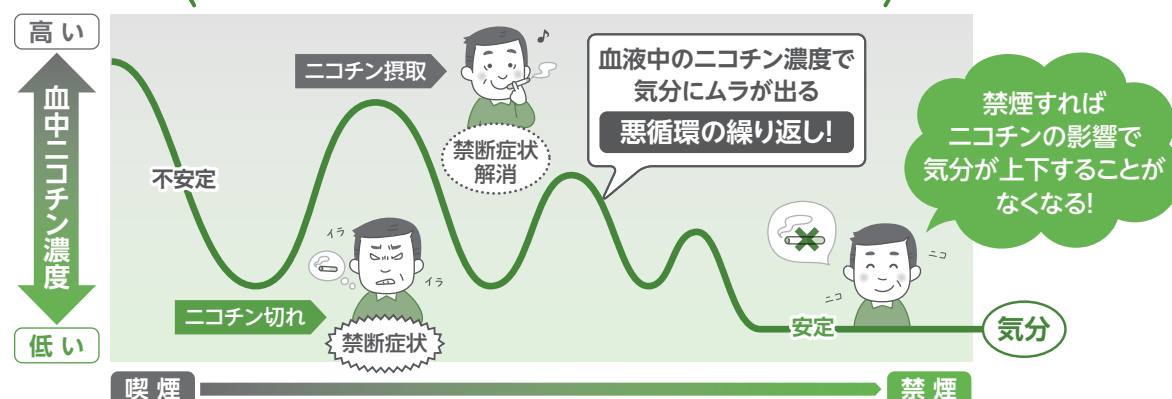
# NO SMOKING

知ってトライ!

## 「タバコがストレス解消になる」 というのはトリック

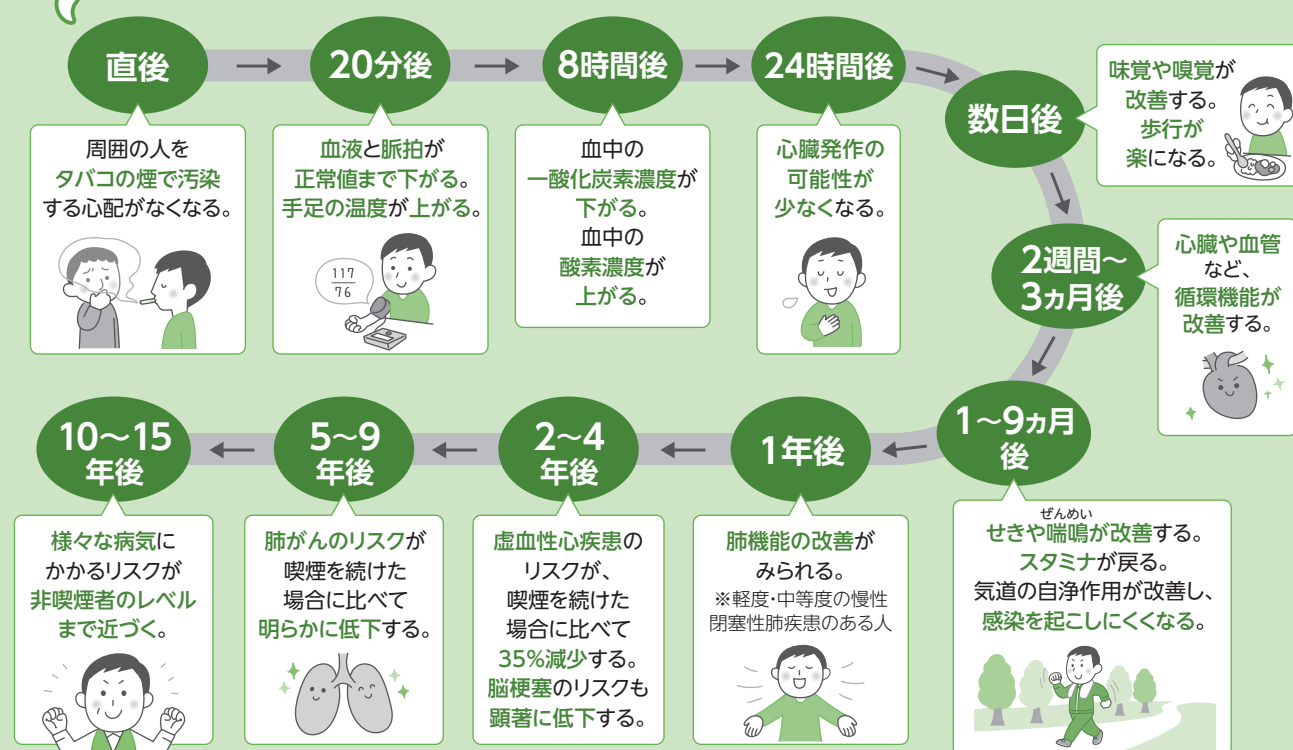
喫煙者は、タバコを吸うと「目が覚める」「集中力がアップする」「気分が落ち着く」などといいます。実はこれが**ニコチンの危険性**です。しばらくタバコを吸わないと、一種の**禁断症状**が出ます。そこでタバコを吸えば禁断症状がなくなる…ただそれだけのことです。実際には脳のはたらきが向上するわけではなく単なる禁断症状の解消を“**喫煙のメリット**”と錯覚しているにすぎません。こういった点からしても**タバコは麻薬に似ています**。

### ニコチンの血中濃度とストレス(禁断症状)の関係 /



### 今からでも 遅くない! 禁煙の効果

禁煙は、**約20分後**から健康効果があらわれます。いつからやめても効果があります。  
今すぐ始めてみませんか? 結果的に**寿命、健康寿命※**を延ばすことにつながります。  
※人生のうち、健康で過ごせる期間



中村正和 禁煙の効果 e-ヘルスネット <https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/tobacco/t-08-001.html> 厚生労働省(2020)

期間限定

## オンライン 禁煙支援プログラム費用補助

禁煙成功率  
93%!



今年もテレビ電話で医師と面談し、自宅で禁煙補助薬を受け取ることができるプログラムの費用補助を期間限定で実施いたします。昨年はプログラムを完了した100名のうち93名が禁煙に成功しました!!ぜひ、この機会に禁煙に取り組みましょう!

来年度の事業計画は未定です。  
健保で費用補助を受けられるのは今年が最後のチャンスかも? 募集人数にも制限があります。  
思い立ったらすぐ禁煙!今すぐお申込みください。  
(令和2年度に禁煙できなかった方の再エントリーも可能です)

申込期限 2021年9月30日まで

募集人数 先着100名

参加費用 自己負担 55,000円  
15,000円(税抜)

お申込み

アプリは下記QRコードからダウンロードできます。もしくは、App Store・Google Playで「medically」で検索してください。



iOS 10.0.0以上対応

Android 6.0以上対応

ユーザー登録の際に必要な  
健保認識番号

623089

### 参加者コメント

トヨタモビリティ東京株式会社  
平松 宏和さん(49歳)  
【喫煙歴】29年  
【禁煙歴】なし  
【1日の喫煙本数】20本程度  
【飲み薬】チャンピックス



「1ヵ月のタバコ代(15,000円)で禁煙。安いし、できたらすごいな!」告知を見た時の印象です。タバコの良さもありますが、やめたことで得られることも多くあります。想定通りの辛さ(ココロのストレスや薬服用での気持ち悪さ)には、初期の併用時に実感した「こんなにタバコってまじったっけ…」を思い出しながら、誘惑に負けず乗り切りました。

トヨタモビリティパーツ株式会社 埼玉支社  
山口 貴央さん(29歳)  
【喫煙歴】9年  
【禁煙歴】5ヵ月  
【1日の喫煙本数】10~15本  
【飲み薬】チャンピックス(処方のみ)



禁煙は今回が初めてではなく以前に何度か挑戦したことがありましたが、理由も何となく「やってみようかな」という程度でしたので、なかなか思うように進みませんでした。今まで、自分の体のことや周囲への影響についても深く考えていませんでしたが、30歳を目前にして、健康への意識を持つことにつながったのは良かったと思います。

## 「健康経営優良法人2021」認定事業所のご紹介

2016年度より、「健康経営」に積極的に取り組む企業を認定・公表する「健康経営優良法人認定制度」(経済産業省・日本健康会議)が始まっております。

当組合加入事業所で、「健康経営優良法人2021」として認定された事業所は以下のとおりです。

### 【大規模法人部門】

事業所名
トヨタエルアンドエフ東京株式会社
株式会社トヨタエンタプライズ (子会社トヨタエンタプライズアシスト含む)
株式会社トヨタシステムズ
福岡トヨペット株式会社
札幌トヨペット株式会社
トヨタカローラ宮城株式会社
ネットトヨタ仙台株式会社
トヨタ西東京カローラ株式会社
朝日航洋株式会社
トヨタモビリティ東京株式会社
トヨタモビリティパーツ株式会社愛知支社※
トヨタファイナンス株式会社
大阪トヨタ自動車株式会社
大分トヨペット株式会社

「ホワイト500」  
として認定!  
(大規模法人部門の  
上位500社)

「ブライツ500」  
として認定!  
(中小規模法人部門の  
上位500社)

### 【中小規模法人部門】

事業所名
株式会社北海道朝日航洋
株式会社北日本朝日航洋
株式会社タス
セントラルヘリコプターサービス株式会社
知多半島ケーブルネットワーク株式会社
株式会社トヨタ名古屋教育センター
トヨタ瑞浪開発株式会社
トヨタ販売連合健康保険組合

※優良法人を決めるための「健康経営度調査」において、「認定相当」の成績を獲得されました! (支社のため、認定取得自体は不可)





オフィスでつくる  
みんなの健康！  
会社紹介

# 株式会社トヨタ名古屋教育センター

会社概要  
■名古屋市昭和区八事富士見1737番地 052-832-2366  
■代表取締役社長／宮武 伸次  
■設立／1957年5月 中部日本自動車学校設立  
1963年1月 株式会社トヨタ名古屋教育センターとして独立  
■社員数／143名(2021年1月現在)



昭和32年(1957)、トヨタ自動車販売株式会社の社長だった神谷正太郎氏の「自動車を作るからには、利用する人たちの交通安全にも関わらなければいけない。一生無事故のドライバー養成を」という強い想いによって誕生した、中部日本自動車学校。その後、株式会社トヨタ名古屋教育センターが設立され自動車学校の運営を移管、現在では同社が自動車学校における教習事業のほか、教材開発・制作販売、研修、安全教育の全4事業を展開しています。



## 創業時から「健康」に強い想い。 「わたくし事」という当事者意識で継続を

当社の社是は  
「一生無事故」。  
そのためには心身ともに  
健康でなければね。

代表取締役社長 宮武 伸次さん

自動車学校では、マンツーマンで運転を教える場面が多くあります。それもあって、当社では「教える側が心身ともに健康でなければならぬ」と、開校時から安全・健康管理のサポート体制を整えるよう注力してきた経緯があります。医務室も開校時にすでにありましたので、そこからも想いは伝わってきます。

その流れを引き継ぎ、日ごろからのひとつひとつの取り組みが評価され、健康経営優良法人において2019年から3年連続で認定を受ける事ができて嬉しかったですね。この認定を受ける事で、社員の日々の取り組みが受賞という形になって表現され、改めて健康への意識付けが強められたことはよかったと思っています。

いま、健康推進の新たな試みとしてスマートフォンのアプリを使ったウォーキングイベントを開催していますが、ひとりひとりが主体性を持って参加するという「当事者意識」を持てたことが大きな収穫でした。何で

も継続するには「わたくし事」という意識が大切ですね。私も、社員の下支えのつもりで参加して、昼食後に2kmほど会社のまわりをがんばって歩いていますよ(笑)。

また、当社では育児休業などの制度面も充実していて、取得率は男女ほぼ100%です。管理する上司にも、その必要性をしっかりと伝えしっかりと理解してもらっている、休暇などが取りやすい良い社風が出来上がってきていると感じています。今後はお客様にご不便をおかけしないよう配意しながら、年間の休日数の拡大を推進していきたいと考えています。

コロナウイルスの影響で昨年4月には1ヵ月間、休業しましたが、私はその時間を利用して、家の周辺を週2〜3回、5km程度歩くようにしていました。それまではとくに運動などしていなかったですからね、良い習慣が出来ました。それが現在の昼食後のウォーキングにつながっています。飲みに行く回数も随分減りましたね(笑)。

残念なのは社員の皆さんとの懇親会などがコロナの影響で開催できないこと。これは、細やかなコミュニケーションで解決したいと思っています。

コロナ禍を経験し、改めて安全や健康が社会のベースになっていると強く感じました。この経験を活かし、今後さらに生き生きと安心して働ける職場の環境づくりに努めたいですね。

## 自動車学校という環境、コロナ禍…。それでも 皆さんの安全・健康、守ります!

社員はもちろん、教習を受けに来られる方の安全や健康を守るための取り組みにも力を入れ、コロナ対策も徹底しています。今後も、社員もお客様も満足できる企業になるようがんばっていききたいですね。教習が20時までであるため、労働時間が長くなりかねどの課題もありますが、こうした点をフォローする意味でも、さまざまな健康推進に取り組んでいきたいと思っています。



取締役 山畑 伸一さん



総務部  
総務課課長  
伊藤 誠さん

どうしたら働きやすい環境に改善していけるか、皆で話し合いながらすすめています。アプリを使ったウォーキングイベントを初開催しましたが、社内で盛り上がりを見せ嬉しいですね。今後も皆が楽しめる方法を考えながら、イベントなどを展開したいと思っています。

同社で健康推進や働き方改革の中心となっているのは、取締役の山畑さんと総務部課長の伊藤さん。人の出入りが多い学校という環境や、教習のインストラクターが社員の大半を占めるということから、コロナ対策では苦勞も多かったと言います。

### 🌿 コロナ対策、万全です!

- 入り口のサーモカメラで体温測定
- 各所でアルコール消毒、次亜塩素酸水スプレーを用意
- 光触媒のコーティングを各所に塗布
- 来校時にマスクを忘れてきたお客様に無償提供
- 出張者にはコロナ抗原検査
- 出張者に非接触体温計の貸し出し
- ウイルスブロックおしぼりの配布

### 📱 スマホアプリを使った 初開催中! ウォーキングイベント

スマートフォンのアプリを使い、ウォーキングの歩数で競う大会を1月〜2月で初開催。「全体的に1日の平均歩数が増えて、BMIが減少した人が34%になりました」と看護師の中嶋さん。イベントには、社長も参加。成績優秀者には、チームと個人に分けた表彰が行われました。

## 健康サポートの要は

## 🏥 社内診療所 🩺

産業医 竹澤 博人さん



病気になってしまう前に、「意識する」ということが大切です。少しでもおかしいと感じたら早めに相談、診察してもらおう。メンタル的にも自分だけで抱え込まず、悩んだら誰かに相談してみることが大切です。

看護師 中嶋 寿美子さん



皆さんが生き生き働けるために役立てる場所でありたいと思っています。弊社では退社時間の関係から夕食が遅くなる人も。そんな人には、夕休憩と帰宅後に小分けした食事摂取をおすすめしていますよ。

昭和32年の開校当時から設置されているという同社の社内診療所(医務室)。看護師は常勤、産業医は週2回で在勤し、急病への対応や健康相談、保健相談



を行っているほか、風邪や花粉症などの軽い症状であれば薬も処方。インフルエンザ予防接種や、新型コロナウイルス抗原検査も診療所内で受けることができます(費用は会社負担)。とくに法的な設置義務がない中、ここまで整った環境があるのは高い健康意識への表れです。

## 健康推進、がんばってます!

### 禁煙対策

禁煙を推奨するため、管理職向けに禁煙研修会を実施。また、順次喫煙場所を少なくし、現在では敷地内完全禁煙に。こうした対策の結果、現在では喫煙率が21%まで減少しました。

2007年 敷地内就業時間内禁煙  
ニコチンガムなどの  
禁煙支援や禁煙治療も実施  
喫煙率 35%

2020年 敷地内完全禁煙  
喫煙率 21%

### セミナー開催

熱中症対策  
セミナー 二輪教習の指導員に、定期的に熱中症対策セミナーを実施。

肥満・腰痛  
対策  
セミナー 教習インストラクターの持病とも言える腰痛の対策や、肥満対策に筋力増加などのセミナーを実施。

コミュニ  
ケーション  
研修 メンタルヘルスやハラスメント防止研修として、コーチングスキルの勉強会の実施。



どのセミナーも和気あいあいとした雰囲気。すぐに役立つ内容が多く、参加者も積極的です。

### CLOSE UP! 1

マラソン同好会は  
強者揃い!  
ジョギングで  
体力鍛えてます!



挑戦しました!  
飛騨高山  
ウルトラ  
マラソン  
丸田 光さん

2人に誘われ出場したマラソン大会が、もう楽しくてそこからはずれませんでしたね!ジョギングは、疲れたら歩かずにゆっくり走る。これを繰り返すと長く走れるようになりますよ。

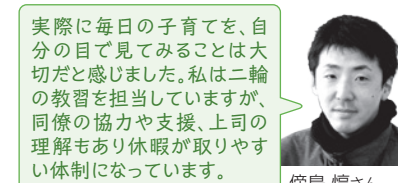
挑戦しました!  
チャレンジ  
富士五湖  
ウルトラ  
マラソン  
山口 健太郎さん

30歳半ばかり体重が落ちなくなり、メタボ防止で始めたのがきっかけです。食べたら走る、走ったら寝る。寝たら食べるの繰り返しです(笑)。皆で走るのはいっぱい楽しいですね!

### CLOSE UP! 2

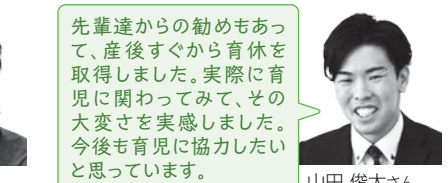
育休取得率は  
男女とも  
ほぼ100%!!

産休や育休などの制度が充実している同社。驚くのは、男女ともに育休取得率がほぼ100%という点!しかも男性育休取得日数は平均70日と長期にわたっています。ここでは、実際に昨年約2ヵ月間の育休を取得した男性社員2人にお話をうかがいました。



傍島 博さん

実際に毎日の子育てを、自分の目で見てみることは大切だと感じました。私は二輪の教習を担当していますが、同僚の協力や支援、上司の理解もあり休暇が取りやすい体制になっています。



山田 俊太さん

先輩達からの勧めもあって、産後すぐから育休を取得しました。実際に育児に関わってみて、その大変さを実感しました。今後育児に協力したいと思っています。



## 手土産

菓宗庵

「レトロプリン」「カステラ」

かつて路面電車の終点として栄えた八事で、昭和21年から創業する歴史あるお菓子屋さん。名古屋コーチン卵を100%使用した、固めの食感の「レトロプリン」や、『世界にも通用する究極のお土産』にノミネートされたこともあるふんわりしっとり「カステラ」がおすすめです。

【八事店】

■愛知県名古屋市中区昭和区広路町石坂36

■TEL:052-831-2488

■営業時間:9時30分〜18時30分(火曜定休)

【日進店】愛知県日進市栄2丁目403

【中部国際空港セントレア】銘品館と菓子コーナー

【オンラインショップ】http://www.kasyuan.jp/





# トヨタモビリティパーツ株式会社 三重支社

会社概要  
■三重県津市あつた4丁目2番地3 050-3163-2111  
■支社長／平田 裕二郎  
■沿革／昭和43年(1968年)12月 トヨタ部品三重販売株式会社  
昭和49年(1974年) 8月 トヨタ部品三重共販株式会社  
令和 2年(2020年) 4月 トヨタモビリティパーツ株式会社三重支社  
■従業員数／111名(2021年2月現在)



トヨタ車を支える部品の安定供給を目的に、1968年に創立されたトヨタ部品三重販売株式会社。1974年にはトヨタ部品三重共販株式会社として営業を開始し、そして昨年、全国のトヨタ部品共販店とタクティーの計34社が企業統合、トヨタモビリティパーツ株式会社三重支社として生まれ変わりました。新たな組織では、スケールメリットを生かした物流の再構築や、物流網を活用した新しいサービスの提供に向けた取り組みを進めています。三重支社では、共販時代から健康づくりや働き方の改善に向けたさまざまな活動を積極的に展開。長年培った「粘り強く真面目に頑張る」社風をベースに、未来に向けた「挑戦」をスタートさせています。

## 社員みんなで培ったエネルギーを、未来のために！ 組織改革で、生き生き働ける職場に

弊支社では昨年から3カ月に1度、社員による一斉清掃日を設けたんです。今どき、流行らないですか(笑)?これは社員の一体感を醸成することが目的なんです。

組織改革のスタートは2018年12月に伊那食品工業さんへ会社幹部とバスツアーで訪れたことがきっかけでした。同社は木が年輪を重ねるように、少しずつ会社を成長させる「年輪経営」で知られていますが、実際に訪れると社員の皆さんは自主的に毎朝始業前に清掃をされるなど、愛社精神に満ち溢れているのです。(今は、労基法の観点から時間内に変更されていますが)そこまでの愛社精神を社員の皆さんに育てられているということに大変感動し、そこまでの経営はなかなかできることではないと、感じました。

当時のトヨタ部品三重共販は正社員100人に満たない小さな会社でしたが、だからこそ社員一人に頼る部分は大きく、「社員一人一人全員が生き生きとして、愛社精神に満ち溢れた会社」にしたいと、いう想いがありました。そして、行った改革が「チームワーク」を大切にすることです。事務系も営業も、それまで個々に任されていた仕事をチームで取り組める組織に組み直し、業種が違う部署間のローテーションも積極的に試みました。はじめは大変でしたが、それは多能工化につながり企業力も強化したと感じます。休みやすい環境づくりにもつながりました。

もちろん「生き生き働く」ことの原点は「健康でなければ元気に仕事もできない」のですから就業環境の整備も進めました。「健康経営」という言葉は後から知ったのですが、「生き生き働ける会社」にするための取り組みが、「健康経営」の考え方に一致していた訳です。すべての源は健康にありますね。

インタビュー当日は、  
熱量たっぷりに  
お話をいただきました。

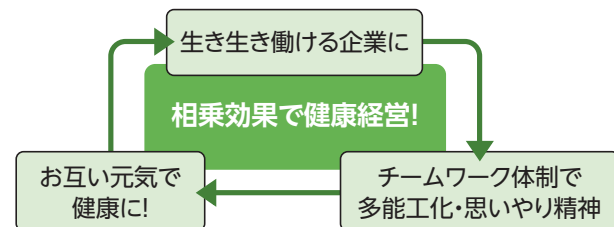
支社長  
平田 裕二郎さん



私も遅ればせながら大好きだったお酒を減らし、普段は缶ビール1本程度。週一で休肝日もつくっています。古くから私を知る人は信じてくれませんが(笑)。

当社のウォーキングイベントでは1日最多9時間かけて5万歩も歩きましたが、それでも5位。もっと上の元気な社員がいて感謝です。今では1時間歩く程度は全く苦にならなくなりました。

まだまだ、支社の社員に「愛社精神」が育てられているというレベルには程遠いと思っています。加えて、トヨタグループ内の多くの会社や組織に学ばべきことはたくさんあると感じています。みんながもっともっと元気になるために頑張りますよ。



### 良い環境は、働く意欲を高めるはず!

従業員の皆さんの健康やワークライフバランスの管理を行っているのが、総合推進部の皆さん。有竹さんは、店頭スタッフ、営業(外販)企画などの部署を経て、2017年に現在の部署に異動しました。その間には産休・育休を3度経験。

「産休・育休を取りやすい環境が整備されていて助かりましたが、だからこそ復帰したらがんばろう、今度は自分が助ける立場に!という気持ちになりました。これまでの経験を生かしながら、より働きやすい環境づくりを皆で考えていきたいですね」

総合推進部  
有竹 愛さん



皆で会社全体の推進を  
バックアップ!!

所属する「総合推進部」は旧「総務部」で、2017年に部署名を変更。その名の通り、健康をはじめさまざまな取り組みを推進します!

同支社の  
目標テーマ

明るく元気  
TMPチーム三重元気アクション

挑戦  
2021年 チーム三宅

2020年が「明るく元気」、2021年は「挑戦」。「ベタでしょう(笑)?でも皆にわかりやすいのが一番だと思うんです」と平田支社長。社員による書き初めが、支社事務所に掲げられています。

## 健康増進への取り組み、 盛りだくさん!



### 健康づくり活動

全員参加で健康づくり活動を実施。5つのコースの中から1つを選んで各自が目標を宣言。目標達成者には報奨金が支給されました。(3千円/人) 62名(達成率56.8%)



### 健康宣言5つのコース

- 歩行・歩数トライアルコース(ウォーキングイベント)
- 禁煙コース(禁煙外来補助あり)
- ダイエットコース
- 健康診断改善コース
- 健康優良維持コース



### 大大成功! ウォーキングイベント

昨年7月～9月の2カ月間実施したウォーキングイベント。5コースの中でも従業員の半数以上(63名)が参加し、大盛り上がりを見せました。スマートフォンのアプリに経過集計が表示されることで、皆さんのやる気により「火」がついたようです。達成者や優秀者には賞品が授与されました。



### 禁煙コースで見事成功! 今後も吸いません!!

1日1箱～2箱、タバコを吸っていた島田さんですが、見事に禁煙成功!!

### 男性部門1位

男性個人合計歩数1位  
(2カ月間で1,651,885歩)

管理本部長 常務執行役  
石黒 伸行さん

チームの皆で競い合い頑張ったお陰で、個人の記録も伸びました。雨の日はジョギングセンター内を何周もしていました(笑)!

目標を決めて歩き、それをやり遂げたときの達成感が好きです。今回は伊勢神宮を目的地に(約25キロ)6時間くらい歩きました!

### 女性部門4位

単日最多歩数2位  
(1日で61,993歩)

あつた営業所  
業務グループ  
西川 愛莉さん

これまで、禁煙には数限りなく失敗してきました(笑)。今回は、まわりにやめる!と宣言できたこと、禁煙外来に通えたことが成功のポイントになりました。浮いたお金で、趣味のバイク改造を楽しんでいます!

総合推進部 係長 島田 篤志さん



### 健診受診100%

健康診断などの自己負担をゼロにしている同支社。その効果もあり、受診率は100%となっています。



人間ドックはより深い健康チェックができますから安心につながりますね。結果はかかりつけの先生にもっていき、日頃の健康維持に役立っています

総合推進部 次長  
鈴木 正治さん

### その他

- 朝礼前のラジオ体操(参加自由、現在は屋外で実施)
- インフルエンザ予防接種の自己負担ゼロ
- 全拠点に体組成計と血圧計を設置
- コロナ対策にはマスク着用などのほか、健康観察表記録や自宅と職場でのW体温検査も実施

## 「チャレンジ企業」をめざし 働き方改革を進行中!

- 月1回の全社員朝礼では、「ジャンプ運動」で気分を上げて!
- メタボ予防などを目的にした健康教室を開催(人数限定)
- 社内改革に向けた討論会や書き初めなども実施



健康教室は、身体を動かす習慣づくりのきっかけに!



ノリの良い曲と担当によるMCで、ジャンプ運動!

### ワークライフバランス

フレックス制度を2020年から導入後すぐに、利用促進キャンペーンも実施。「家族との時間が増えた」など従業員からも好評。

### 助け合い精神

- 職域を超えた部署間ローテーションを実施。複数の知識が身につく、各自のスキルアップも向上!
- 月1回発行される支社報「まるみえ」の編集委員は、総合推進部+全社員の持ち回り制。

### 休みやすさ

部署ごとにチーム体制をつくり、「その人だけ」の仕事を少なくする取り組みを進行中。

### 仕事効率

- 事務作業を自動化する「RPA(ロボティックプロセスオートメーション)」の導入を進行中。
- 4つの営業所にある店頭受注業務を仮想ネットにつなげ、一つのセンターとして機能させた「バーチャルコールセンター」の仕組みを採用。



「明るく元気にしたて賞」の授与式

## コミュニケーション も大切に!

社内クラブ活動や、ビアパーティーなどの懇親会も活発な同支社。しかし、昨年はコロナ禍により多くのイベントが開催できなかったため、グループ分割でのオフサイトミーティングを開催。部署間の連携を深めました。また、昨年から行われている同支社の一斉清掃は社内の一体感や助け合い風土の盛り上げに役かっています。



年末にも一斉清掃を実施。新年を気持ちよく迎えました。

## 「現場の声」から、環境改善!

重い商品を多く扱う同支社では、少しでも社員の負担を軽くするため、作業軽減装置などを積極的に導入。

重さは、ほとんど感じません!

作業の負担軽減

搬送作業もラクラク~!

はこぶくん

初動補助装置

従業員の皆さんの日頃の声をしっかり聞くようにしています。こんなものがあつたらいいなという仕組みを、ときには自分たちでつくることもあります。

### 暑さ・寒さ対策

防風防寒カーテン

自動で素早く開け閉め可!

物流管理部  
統括次長  
木村 信雄さん

物流管理部  
係長  
加藤 英樹さん

地域の  
おすすめ品を  
ご紹介

### 手土産

### DE CARNERO CASTE

可愛い焼き印が押されたカステラは、三重県産高級小麦粉「あやひかり」や四日市産のはちみつなど、こだわりの素材を使用し焼き上げられています。焼き印は数種類から選ぶことができ、お祝いやお礼のシーンにもぴったり。有名芸能人の結婚の引き出物として使用されたこともあるんだとか。

[本店] ■三重県津市長岡町3060-1  
TEL: 059-253-3333  
営業時間: 11時~18時(不定休)  
[大阪店] 大阪府大阪市西区新町2-18-19  
[東京店] 東京都世田谷区若林3-17-10  
[オンラインショップ]  
http://www.decarnerocaste.net/