

「出光ルブテクノ(株) 健康づくり活動状況」

[事業所概況]

出光ルブテクノ(株)本社(社員数63名 2014年6月1日現在)は、川崎市臨海部に位置する出光興産(株)京浜ルブセンターの潤滑油製造業務を受託運営しており、出光ルブテクノとしては、千葉・門司・供給本部とあわせ4事業所体制となっております。

現在、出光グループの潤滑油事業では省エネルギー、低燃費を実現する環境対応商品(高性能潤滑油)の開発・提供に注力し、グローバル展開を進めており、出光ルブテクノ本社事業所はグループの潤滑油事業を支えるマザー工場の運営を担っています。



[健康づくり活動の推進]

当社は、安全衛生環境委員会が主体となり、全社で『社員の健康維持増進』に向けて取組み、『心と体の健康づくり活動』を継続的に推し進めています。

具体的な取組みとしましては、1.(心の健康づくり計画に基づく)メンタルヘルスチェックの実施
2.産業医2名体制による健康相談の推進 3.健康診断と体力測定の実施 4.健康セミナーの実施
5.健康増進イベントの開催 6.食堂における低カロリーメニュー導入 7.5S活動の推進
などがあります。

[活動の詳細]

1.(心の健康づくり計画に基づく)メンタルヘルスチェックの実施

2013年度より全社員を対象とするメンタルヘルスチェックを導入し、年2回の必須チェックとあわせ、社員本人の必要性に応じて随時チェックできる体制となりました。検査結果が気になる社員はメンタルを専門とする産業医による社内での健康相談を受けることもできます。

2.産業医2名体制による健康相談の推進

2013年度より産業医が内科医、精神科医の2名体制となり、社員は定期健康診断結果や禁煙に関する指導、メンタル不全防止などに関する指導を、専門医別に受けることが可能となりました。今後も産業医、職場、安全衛生環境委員会、衛生管理者が、社員の健康保持増進に向けて協力できる体制作りを積極的に進めてまいります。

3.健康診断と体力測定の実施

法定の定期健康診断にとどまらず、下記を推進し、社員に健康管理を促しています。

(1) 歯科健診(年1回)

(2) 法定外健診(乳がん・子宮がん健診、家族健診制度)

また社員は、体力測定に参加し、専門家による指導を年1回受けています。結果は数値化され、測定項目(体脂肪率、筋力)ごとに一般の平均値と比較可能であり、体力数値の過去データによ

る経年チェックとあわせ、社員は健康への意識向上と健康増進に役立てています。

4. 健康セミナーの実施

外部講師（保健師）をお招きし、喫煙者に対する禁煙の啓蒙のほか、メンタルヘルスに関する留意点をご指導頂きました。（2013年度）

今年度も昨年度に引続き、禁煙、メンタルヘルスに関するセミナーを開催予定です。



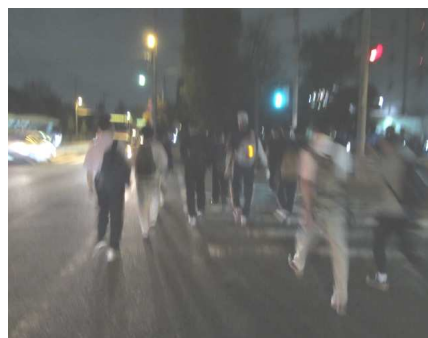
5. 健康増進イベントの開催

フットサル大会、ボーリング大会をそれぞれ年1回開催し、社員間の交流を図りながら、無理なく体を動かす機会を設けています。



また、社員が全員参加する健康ウォーキングを継続実施し、1日1万歩以上を目標に、今年度も1年をかけてイベントとして推進しています。

優秀成績者を表彰するなど、社員が互いに励まし合いながら、また希望者が参加する10キロウォーク等も1年の間にはさみながら、楽しく健康増進を図っています。



6. 社内食堂における低カロリーメニューの導入

従来から、複数種の定食・麺類がメニューとして整っていましたが、このうち定食1種類については明確に低カロリーメニューとして位置づけ提供しています。カロリーを抑えたい社員はこちらのメニューを選ぶことで、栄養バランスに配慮するだけでなく、摂取カロリーを抑えることができ、健康管理に役立てています。また今年度から食堂委員会を定期実施し、関係者が意見交換できる場を設けています。

7. 5S活動の推進

快適な職場環境を社員全員の協力で実現することを目標に、継続的に5S活動を推進しています。こちらは専門家の指導を受けながら進めており、社員の憩いの場である談話室や更衣室の環境改善のほか、安全確保や作業負荷低減に向けた各種改善を進めています。

以上が出光ルプテクノにおける健康づくりの取り組みです。