

2026 年度 健康経営 具体的推進計画

重点課題：高ストレス者の低減

法人名	中日本技研株式会社
計画期間	2026 年度～2027 年度
策定・推進主体	人事総務部・安全衛生委員会

本計画は、健康経営優良法人 2027（中小規模法人部門）の「健康経営の具体的な推進計画」に求められる、①自社の健康課題、②具体的な計画・数値目標、③実施主体・責任者、④期限・達成スケジュールが確認できるよう整理したものである。

1. 健康課題の把握と背景

2025 年度に実施したストレスチェックの結果、全従業員のうち高ストレスと判定された従業員は 22 名（24.2%）であった。約 4 人に 1 人が高ストレス状態に該当しており、メンタルヘルス不調の未然防止および働きやすい職場環境づくりの観点から、高ストレス者の低減を健康経営上の重点課題と位置付ける。

現状値 22 名 高ストレス者数	現状比率 24.2% 全従業員に占める割合	重点テーマ メンタルヘルス ストレス関連疾患の予防・早期対応
-------------------------------	------------------------------------	---

2. 目標

評価指標	現状値	目標値	達成期限
高ストレス者数	22 名	15 名以下	2027 年度ストレスチェック
全従業員対象の新福利厚生制度	検討中	1 施策以上を導入・運用開始	2026 年度～2027 年度内
新制度の社内周知	—	全従業員へ周知実施	制度導入時

主たる成果目標：高ストレス者を 22 名から 15 名以下へ低減する（7 名以上、約 31.8%の減少）

3. 具体的な実施内容・推進計画

No.	時期	実施内容	実施主体	確認方法	状況
1	2026 年度	前年度ストレスチェック結果を確認し、高ストレス者 22 名（24.2%）という課題を把握する。	人事総務部	結果集計	実施済
2	2026 年度	全従業員を対象に、新しい福利厚生制度に関する Google フォームアンケートを実施し、従業員ニーズを把握する。	人事総務部	アンケート結果	実施済
3	2026 年度	アンケート結果を安全衛生委員会で共有し、リフレッシュ休暇、カフェテリアプラン等の候補施策を検討する。併せて役職者へ必要性を説明する。	人事総務部・安全衛生委員会	委員会議事録	実施済
4	2026 年度内	アンケート結果、費用、利用しやすさ、ストレス軽減への寄与を踏まえ、全従業員に関係する新福利厚生制度を 1 施策以上決定し、運用を開始する。	経営層・人事総務部	制度規程・社内通知	計画
5	制度導入後	制度の目的・利用方法を全従業員へ周知し、利用促進を図る。安全衛生委員会で利用状況や従業員の意見を確認する。	人事総務部・各部門管理職	周知記録・委員会記録	計画
6	2027 年度	ストレスチェック結果を前年と比較し、高ストレス者数・比率の変化を評価する。目標未達の場合は要因を分析し、福利厚生施策・職場環境改善策を見直す。	人事総務部・安全衛生委員会	ストレスチェック集計	計画

4. 推進体制

- ・ 実行責任者：衛生管理者 中村（健康経営推進の統括、進捗確認、経営層への報告）
- ・ 実施主体：人事総務部（ストレスチェック結果の把握、アンケート、制度設計・周知、効果測定）
- ・ 審議・評価：安全衛生委員会（課題・施策・進捗・評価結果の共有および改善案の検討）
- ・ 協力：各部門管理職（制度周知、利用しやすい職場環境づくり、従業員意見の吸い上げ）

5. 評価・改善（PDCA）

Plan	ストレスチェック結果から高ストレス者の多さを重点課題として特定し、数値目標と福利厚生制度導入計画を設定する。
Do	従業員アンケート、安全衛生委員会での検討、役職者への説明を経て、新制度を決定・導入・周知する。
Check	新制度の利用状況・従業員意見を確認し、2027 年度ストレスチェックで高ストレス者数と比率を前年と比較する。
Act	目標未達または改善効果が不十分な場合は、アンケート・集団分析等を踏まえ、施策内容・周知方法・職場環境改善策を見直す。
目標判定	2027 年度ストレスチェックにおいて、高ストレス者数 15 名以下を達成しているかを判定する。