

03

ライフステージに合わせた働き方を支援
健康経営を推進し、教職員の活力ある職場づくりへ

学校法人リズム学園

【2025年4月取材】



所在地	北海道
URL	https://www.rhythmgakuen.com/
学種	幼稚園 他
従業員数	250人程度

健康経営優良法人2025® 大規模法人部門 認定校

! 健康経営に取り組むきっかけ

▶ 教職員の活力があふれる職場づくりが子どもたちの未来を支える

教職員がライフステージに応じて安心して働ける職場環境を整えるためには、心身ともに健康で生き生きと働ける職場づくりが欠かせないと考え、健康経営に取り組み始めました。教職員一人ひとりが子どもたちの未来を見据え、仕事に誇りとやりがいをもって業務を遂行する力を最大限に発揮できることが大切だと考えています。

↑ 健康経営に取り組む姿勢

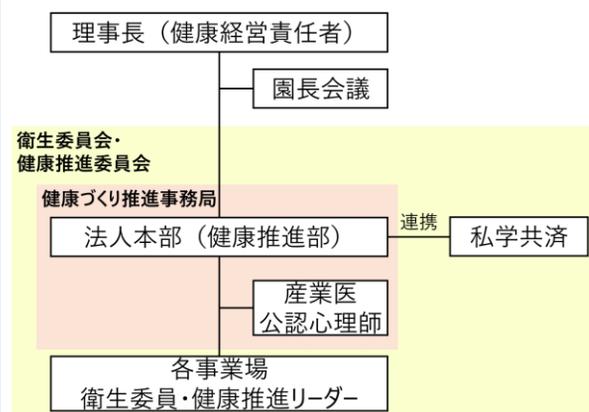
▶ 健康経営の取り組みを学園全体の文化として浸透させる

継続的な健康経営を行うために、管理職には健康経営の意義や経営戦略としての価値を明確に伝えていくこと、教職員には具体的などのような取り組みが健康経営に該当するのか、また、取り組みによって得られた効果を周知していくことが必要だと感じています。

健康経営の取り組みを開始して1年目のため、まだ定量的な効果や実績は示せておりません。また、すぐに効果が現れるものとは考えていません。健康経営の取り組みは徐々に学園全体に広がり、当たり前のこととして定着していくような活動だと考えています。学園として「どのような姿を目指したいか」を忘れずに取り組む必要があると感じています。



👤 健康経営の推進体制



▶ 衛生委員会・健康推進リーダーとの対話を重視

理事長を健康経営責任者とし、園長会議で健康経営のPDCA全体に関与し、意思決定を行います。衛生委員会をもつ3つの事業所を拠点と考え、衛生委員と法人本部の職員間で定期的に対話することで、衛生委員会で挙がった職場環境などの問題点を法人本部内で共有しています。

さらに、すべての部門に健康推進リーダーを任命し、各部門のリーダーとも定期的に対話をしています。

また、各種相談窓口を法人本部に設けているため、周囲の職員に気づかれることなく、個別的な案件も安心して相談できる体制を整えています。

健康経営で実践したこと

メンタルヘルス不調の発生予防と早期発見

教職員へのアンケートの結果、業務量が多い中で精神的な不安定さを抱える職員が少なくないことが判明しました。この状況に対し、月に一度外部から公認心理師をお招きし、学校外の専門家に職員が悩みを相談しやすい環境を整えました。また、メンタルヘルス不調のリスクを抱える職員が在籍する職場の管理職へ働きかけたところ、管理職と職員間のコミュニケーションの改善が見られました。

メンタルケアを目的として、「坐禅とマインドフルネス」と題した講座を開きました。曹洞宗の僧侶でもある理事長自らが講師となり、椅子坐禅の方法をレクチャーしました。参加した教職員は坐禅を体験し、心静かな時間を過ごしました。



身体のメンテナンスと運動習慣の増進

保育の仕事は腰に負担のかかる動作が多く、腰痛のある職員や、腰痛に不安を抱える職員が多くいらっしゃいます。少しでも改善につながるよう、外部の理学療法士をお招きし、腰に負担のかからない姿勢を学ぶ腰痛講習会を実施しました。また、私学事業団が契約しているPep Upを活用しています。ウォーキングラリーへの参加を通じてヘルスケアポイントを獲得できるため、「歩数を意識して日常生活を送るようになった」との声もありました。職場内には立ち会議スペースや昇降式デスクを設置し、日々の業務を通して運動量を増やす工夫もしています。

取り組みのポイント

企業やWHOの健康の定義を参考にしながら健康宣言を行うことからスタート

健康経営に取り組むにあたり、既に取り組んでいる企業を参考にし、保険会社の健康アドバイザーから助言をいただきながら、健康宣言を行うことから始めました。健康宣言では、「健康とは何か」を再確認する必要があると考え、健康について調べたところ、WHOが1946年に定義した「健康の定義」*1に辿り着きました。この定義こそがリズム学園の目指すべき姿であると考えています。

データ保管のルール策定・インセンティブの仕組みづくりによって健康経営を促進

健康経営に関するデータや衛生委員会の議事録を法人本部のクラウドに集約しました。これにより、各事業所の関係者が他の事業所の情報を相互に閲覧できる環境を整えています。健康経営の促進と、教職員のモチベーション向上のため、インセンティブ制度を導入しています。2025年度は「健康」の分野を追加し、徒歩・自転車通勤や、健康に関する研修への参加など、健康増進の取り組みにインセンティブを支給しています。その一環として、恵庭の鍼灸院の先生をお招きし、実際にお灸を体験する機会を設けました。



今後の展望

従業員の健康づくり推進と地域社会への貢献を目指す

健診受診率100%達成を目指しています。法人本部が受診勧奨し、同じ職場の方に健診結果が見られないよう配慮しています。また、精密検査などの対象者にはメールで受診勧奨し、未受診者には再度メールを送付するなど、健診受診後のフォローアップを丁寧に実施したいと考えています。

健康経営の施策に満足している職員も多く、健康づくりへのニーズをしっかりと把握した上で、情報提供や研修を進めたいと考えています。北海道の学校法人としては初めて大規模法人部門に認定されたことを踏まえ、認定校の先駆けとして地域社会に貢献し、健康経営の普及に努めたいと思います。



*1 WHOの健康の定義 … 「健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいいます。」(日本WHO協会誌)