

宮城県

仙台営業所

東軌工業株式会社



WEBサイト



「今日より明日は少しでも良くなるように」の想いで 取り組む健康経営



川畑 拓実社長

代表取締役

川畑 拓実

本社所在地

宮城県宮城郡利府町利府字新谷地脇5-10

主な事業内容

鉄道メンテナンス

従業員数

60人

健康保険組合名

全国健康保険協会宮城支部

効果実感



ワークライフ
バランス向上



健康リスク
マネジメント



生産性・
効率向上



「仲間（従業員）を大切にする企業」を目指し、2022年度から健康経営に取り組み、健康経営優良法人2026においてブライツ500に認定されました。 今日より明日は少しでも良くなるように」と、前向きな想いを大切に、「日常生活の改善」＝「従業員の待遇改善」と位置づけて健康経営の取り組みを実践しています。

「働きやすい環境づくり」を目指し、的確に課題を抽出

働きやすい環境づくりを目指し下記3点の課題を抽出しました。

- ①建設業における若手人財不足と作業員の高齢化
- ②建設業における喫煙率と生活リズムに対する食生活
- ③鉄道メンテナンス特有の夜勤メインによる生活リズム⇒睡眠・休憩と体調管理

特に、③については2025年度に傾注した項目です。従業員の大半が夜勤メインで最終列車～始発列車までの限られた時間帯での施工となる為、勤務のパターンは月曜に日勤・夜勤を行い、火～金曜は連日夜勤となっています。勤務時間が21:00～6:00となり、家族と時間が合わない等、家庭生活への負担は他業種よりも大きくなります。また共働き家庭が増え、夜勤終わりの日中に家に居ることで、家庭の用事を頼まれる等、従業員の睡眠不足による健康への影響が想定されました。更に食生活についても家族との生活リズムのズレが関係し、食事内容・栄養バランスなどの健康影響が想定されました。



夜間作業（連続軌道ブロック敷設）

「従業員の健康意識改善」と「従業員が健康で長く働ける環境整備」を目標に取り組み実践

- ①健康セミナー（年1回の当社安全大会や毎月実施する安全会議時）
- ②健康意識向上・「アクサ生命健康経営ワンポイントアドバイス」を毎月の安全会議で紹介、点呼場・喫煙所・トイレなど人目につきやすい箇所へ健康情報の掲示を行い、健康意識向上を図る。
- ③産医共からのアドバイス 毎月の安全衛生委員会で頂いた健康アドバイスを従業員に発信
- ④健康習慣アンケートを活用し、従業員の現状を把握、コミュニケーションツールとしても活用
- ⑤年1回、全従業員と社長の個人面談（ストレスや健康状態確認）を実施。
- ⑥腰痛防止の取り組み（・腰痛防止ベスト導入・現場作業における機械化推進）
- ⑦定期健康診断における再検査受診率向上を目指した費用負担（条件あり）
- ⑧置き方夕食により、従業員の食生活サポート（購入金額の一部は会社負担、買い物をする手間が省け睡眠時間確保できる、帰宅時間短縮で居眠り運転事故防止）



全従業員参加型の健康セミナー

2025年度は「睡眠・休憩」に焦点を当て従業員の睡眠時間確保に向けた取り組みに注力！

○睡眠課題の洗い出し

健康習慣アンケートやストレスチェックの結果データ分析と「全従業員と社長との個人面談の実施」によりストレス、悩み、健康状態を把握します。アンケートの経年評価からは従業員の健康意識は確実に向上しているものの、睡眠に関しては連続勤務について「体力的に厳しい」事と「日勤終了～夜勤開始までに睡眠が上手に取れない」夜勤中や終了後に眠気を感じる事があるとの意見もあり、従業員の健康にプラスして鉄道インフラの根幹「安全」に大きく関わることから課題解決が必要と考えました。

○課題に対する取り組み

各部署・元請業者等と協議を重ね作業計画の調整、勤務時間の有効活用、元請会社の協力により連続勤務解消が可能であることがわかり、2026年度から4週6休→4週8休(週休2日制)の、準備を進め2026年4月から4週8休の勤務体制変更して動きだしました。



日中作業（機材準備）

自社だけではなく関連会社（みちのく軌道会 23社）全体で取り組んでいく事を目標に

東軌工業はこれからも「健康経営の取り組み＝従業員の健康を守る事」と「今日より明日を少しでも良くする事」を大切に、諦める事無く様々な取り組みを実施する事で従業員と一緒に健康意識向上に努めたいと思います。そしてこの取り組みは関連会社である、みちのく軌道会23社全体へ波及させていきたいと思っています。離職を減らす、社員が長く働きたいと思える会社を作っていく、従業員が自分たちの職場を良くできると思える体制を作っていく、そういった環境を整えていけるようグループ会社へ啓発活動を続けていきます（現在23社中9社が取組）。



みちのく軌道会での健康経営セミナー

健康経営を通して思うことは、会社がしてあげられることは些細な事、従業員一人一人がどう思うかで到達点が変わる、本人たちの意識改革のためにこれからも健康経営の取り組みを通して従業員の健康をサポートをしていきます。