

医療法人クレモナ会ティーエムクリニック

信頼される医療人として健康増進

地域のホームドクターとしてハイレベルの診断を通じて、よりよい治療効果を追求する医療法人クレモナ会ティーエムクリニック。信頼される医療人として行動するためには、従業員自身の健康増進が必要と考え、2018年に健康経営を宣言した。長時間労働の解消にとどまらず、さまざまな事情に対応できる柔軟な働き方を取り入れた「働きやすい環境づくり」と、多様な医療機器と人材を活用した「働く人の健康づくり」に取り組んでいる。

柔軟な働き方を取り入れて働きやすい環境づくり図る

健康経営に取り組むきっかけは、協会けんぽのサポートカルテの結果に危機感を募らせたことだった。「健康状態を把握しているか」の項目が「×」の評価で、同業種（医療、福祉）2249事業所中490位と低かった。「健康づくりをサポートする事業所なのに、勤めている人たちがこれではしょうがない」と、2018年11月から協会けんぽの支援を受けながら、従業員と家族の健康保持増進の取り組みを始めた。

各部署から選出された約10人の委員による健康経営推進委員会（現在は健康経営委員会）が中心になって健康経営の推進方針を立案、委員は率先して具体的な行動を実践した。この結果、2020年3月に経済産業省の推進する「健康経営優良法人（中小規模法人部門）」、同年11月には協会けんぽの「健康優良企業（STEP2）」の認定を受け、翌年以降も継続している。

働きやすい環境づくりでは、時間

外労働の削減に特に力を入れている。健診場所までの時間がかかり、早朝から夜までの長時間労働が多い巡回健診の部署は1カ月単位の変形労働時間制、シーズンごとに忙しさに波のある院内健診部署も1年単位の変形労働時間制を導入し、仕事が終われば早帰りできるようルール化した。

さらに、土曜日のみだったノー残業デーに水曜日を加え、勤務間インターバルを確保するために勤務終了の予定が午後10時以降のときは翌日を休日にした。取り組みが進み、2019年に月平均18.2時間だった時間外労働が、2021年は6.4時間と3分の1近くまで減った。2025年まで



兼板理事長、松本常務理事らとともに、インタビューに応じた健康経営委員会の皆さん。総勢10数名が健康で働きやすい職場環境づくりに知恵を絞る



所在地：熊谷市三ヶ尻48

TEL：048-533-8836

URL：<https://www.cremona.gr.jp> 従業員数：85人

事業内容：外来診療は、内科・呼吸器科・循環器科・禁煙外来・内分泌代謝内科・乳腺外科。院内健診は、各種健康診断のほか、がん検診や人間ドックなどを実施。巡回健診は検診車で出向き、職場、学校、地域の健康管理をサポートしている。

に時間外労働ゼロを目指す。「朝から晩まで働いていると、休みがあっても寝て終わってしまう。少しでも早く帰ることができれば、趣味にも、運動にも時間が使える。自分の身体を見つめ直す時間もできる」と従業員は評価する。

育児休業後の短時間労働も、育児・介護休業法で義務づけられている3歳までを、小学校入学までと延長し、法に規定された6時間の勤務時間も本人の事情に合わせて短くできるようにした。

休憩室に宅配型社食を作り健康に配慮した「食」提供

「食」の面からのアプローチも。休憩室に「宅配型社食」を導入し、冷凍食品や総菜、パン・ごはん、スープ・味噌汁などを常備。添加物を使わないなど健康に配慮した食材で、補助を出すことで価格も100円～200円に抑えられている。朝食抜きの人も減り、巡回健診の担当者は出かける時に持って行く。「体によいものもいつでも食べられる。規則正しい食事の習慣とともに、栄養のバランスや添加物を意識して食品を選ぶきっかけにもなっている」と評判がよい。

従業員の健康づくりの面でも、手厚い取り組みを進めている。定期健康診断では一般項目だけでなく、本人負担なしでメタボリック症候群になりやすい体質かどうかや、発がんの危険性の判断材料となる酸化ストレス度と抗酸化力の検査、男性は前立腺がん、女性は乳がん・卵巣がん



①兼板佳孝理事長 ②健康管理部の矢嶋祐一 部長 ③「危機感を持った」と語る松本利也常務理事

などの腫瘍マーカーを実施。がんの早期発見の精度を上げるため、2022年からは40歳以上を対象に超音波検査も加えた。

健康経営は各人の意識改革生活習慣の改善に力入れる

特定保健指導は、希望する日時に

出勤扱いで受けられる体制を整え、クリニックの保健師、管理栄養士などが指導を行う。BMI25以上の人を対象に7カ月間、体重計測と血圧測定を続けるセルフモニタリングも実施。変化を記録することで成果を実感してもらい、さらなる行動継続への動機づけにつなげている。

インフルエンザワクチン予防接種や新型コロナウイルス抗体価の測定なども本人の負担なしで行っている。

運営する医療法人クレモナ会の兼板佳孝理事長は「健康経営は一人一人の意識改革。残業についてはかなり意識が変わってきたが、生活習慣の改善はまだまだ険しい。知識では分かっている、行動までつなげていない。継続的な取り組みが必要」と語り、2025年の目標として適正飲酒率60%、適正睡眠率65%、喫煙者率ゼロを掲げている。



④休憩室の「宅配型社食」コーナー ⑤冷蔵庫の中（提供写真）

