

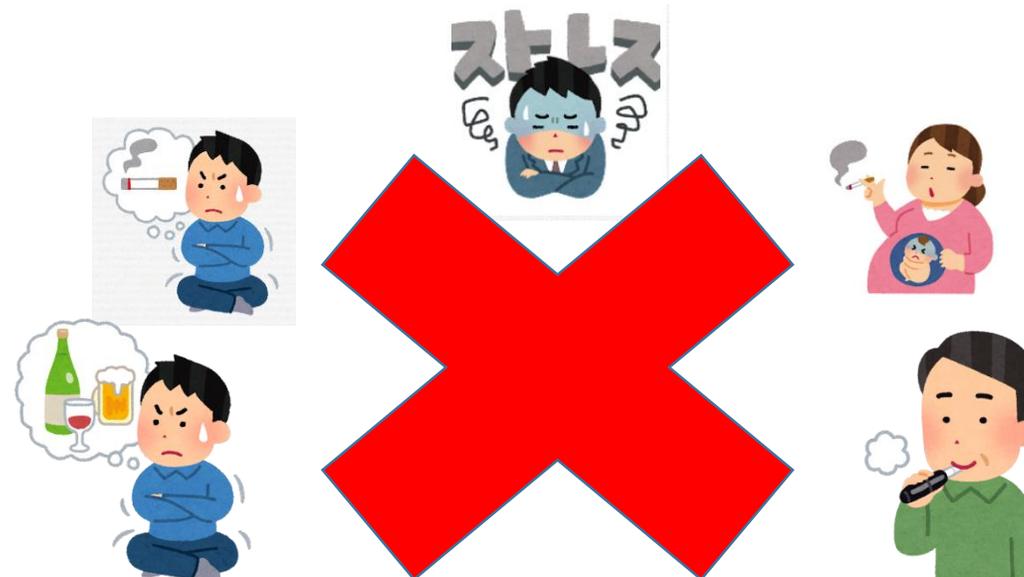
# 健康経営の取組

One Two Smile OTS  
沖縄ツーリスト



社名	沖縄ツーリスト株式会社
本社所在地	〒900-8602 沖縄県那覇市松尾1丁目2番3号
代表者	代表取締役会長 東 良和
設立日	1958年(昭和33年)10月1日
資本金	7,755万円
従業員数	296名(男性 135名 女性161名) ※2023年7月1日現在
主な事業	旅行事業、OTA事業、レンタカー事業、保険販売事業
総取扱高	80億円(2022年度)
登録番号	観光庁長官登録旅行業第155号
加盟団体	JATA(日本旅行業協会)正会員、 IATA(国際航空運送協会)公認代理店 PATA(太平洋アジア観光協会)正会員

2015年OTSグループ全社員を対象として個別面談を実施。個別面談した結果、課題の一つとして見えてきたのが「喫煙問題」でした。喫煙問題は、喫煙者はもとより受動喫煙による非喫煙者の社員やお客様にも健康被害をおよぼす可能性があり、接客業務を担う立場であることから先ずは、喫煙による健康被害を防止しようと2016年、社内に健康経営の部署を新設しました。また社員と家族が身体ともに健康であることは、個々のパフォーマンス向上させ、仕事・家庭の両面においても生活の質の向上が見込めると考え、「飲酒」「食事」「運動」「睡眠」についても取り組んでおります。



【OneTwoSmile OTS！健康宣言】

One Two Smile OTS!  
健康宣言

私たち OTS グループは、健康こそが社員及びその家族の QOL (=Quality Of Life: 生活・人生の質) の向上ならびに会社の発展を支える有用な経営基盤であり、社会に貢献するものと考え健康経営の推進に取り組むことを宣言いたします。

沖縄ツーリスト株式会社

## 【健康経営の取組】

- ・産業医との個人面談及び衛生委員会（月1回、臨空豊崎、松尾ビル）
- ・健康診断（年1回、全社員）
- ・健康診断後の保健師による健康指導（生活習慣病予防）
- ・ストレスチェック（年1回、全社員）
- ・シンデレラ運動：暴飲、暴食を避け、適正な飲酒、食事、睡眠をとることを目的
- ・歩GO!（あるこう）：3ヶ月毎に集計、表彰などを行っております。
- ・健康に関するセミナー等（腸の勉強会：ヤクルトさん、ウィルス、パワハラ、禁煙の害、アンガーマネジメント、アレルギー等）
- ・OTS受動喫煙削減プロジェクト  
（取組開始：2016年～2020年1月には全社員非喫煙者へ目標達成）※現在も継続中
- ・GLOBAL WELLNESS DAY(毎年6月第2土曜日)  
※youtubeへ投稿全世界へ発信（ヨガ、ウォーキング等）
- ・インフルエンザ予防接種(年1回、11月～12月接種、費用会社負担)
- ・職域ワクチン接種（新型コロナワクチン接種）
- ・OTS休暇促進旅行支援制度
- ・JOYFIT法人会員（全国チェーン）
- ・相談窓口（メンタルケア・メディカル・介護）専門家との電話相談24時間365日
- ・健康課題（飲食、食事、運動などの啓発書類などの配布、掲示等）
- ・アンケート（健康、運動、食事、その他）年に2回程
- ・地域イベントへの参加：ひやみかちウォーク（毎年11月、家族参加型、健康弁当付）、てだこウォーク（毎年2月）、ベジ選手権

## 【健康経営の取組】

### 【健康診断】

- ・ 法定健診（34歳まで）
- ・ 生活習慣病予防健診（35歳以上）
- ・ 人間ドック

### 【健診受診100%に向けての改善】

- ・ 受診の日程を多くする → 期間設定（4月～8月）
- ・ 希望の医療機関での健診 → 通院先での検査など
- ・ 検査項目の充実、費用など（オプションなど）  
→ 検査機関で料金が異なる
- ・ 健診の受付をGoogleフォーム活用

### 【健診結果後の対応】

- ・ 産業医による結果の確認及び面談
- ・ 特定保健指導者による保健師との件団
- ・ 二次健診や治療（病院）

## 【健康経営の取組】

### 【外部リソースの活用】

- ・ ウェアラブル端末の推奨  
健康アプリの活用

スマートウォッチタイプ



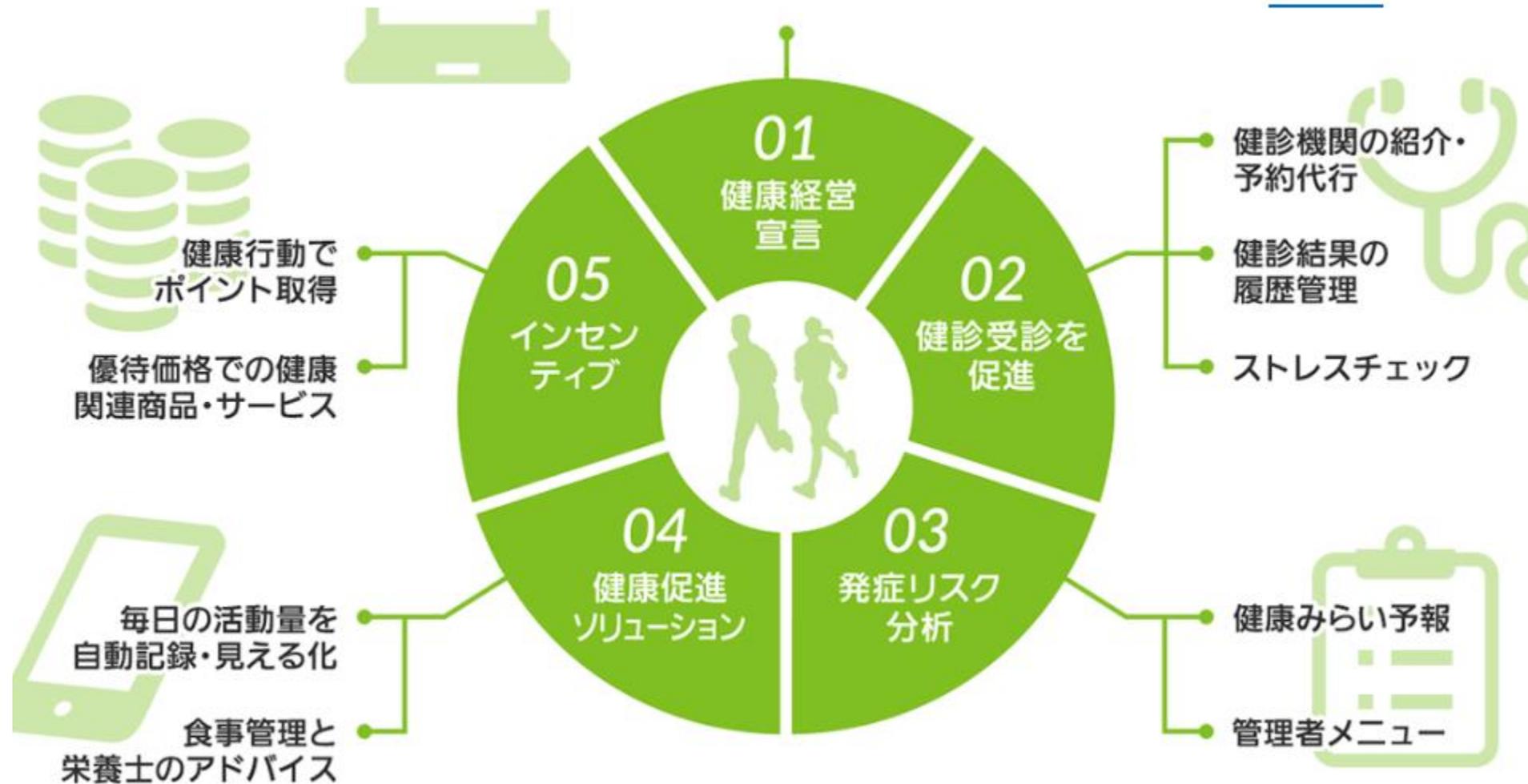
活動量計タイプ





【外部リソースの活用】 大同生命

(引用先 大同生命 KENCO SUPPORT PROGRAM)



【健康経営の取組】

【外部リソースの活用】 **大同生命**

・健康リスクの将来予測

(引用先 大同生命 KENCO SUPPORT PROGRAM)

2022年06月13日の健診結果にもとづき、「健康みらい予報」で算定した将来予測です。

受診日時点の年齢が **63** 歳になるまでの、各疾病の発症リスクは…

	同性同年齢と比べた 発症倍率	発症確率	血管年齢	
糖尿病	4.3倍	22.80%	-	<a href="#">詳しく見る</a>
心血管病	1.0倍	2.59%	53歳	<a href="#">詳しく見る</a>
虚血性心疾患	0.8倍	0.72%	-	<a href="#">詳しく見る</a>
脳卒中	1.0倍	2.58%	-	<a href="#">詳しく見る</a>

## 【健康経営の取組】

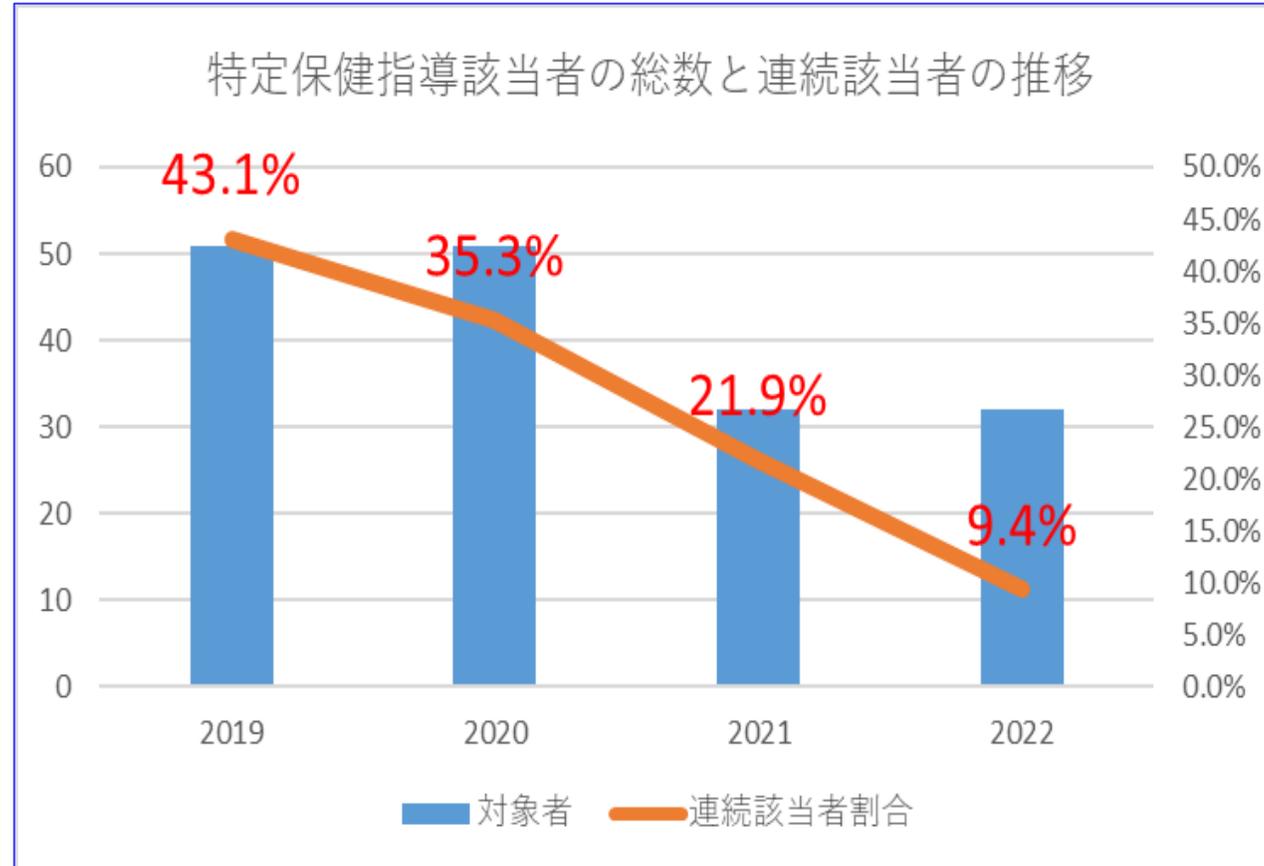
### 【生活習慣病対策の強化】

- ・生活習慣病**関連有所見率低下**
- ・**特定保健指導**保険受診率向上

### 特定保健指導対象者（40歳～74歳）

- ・血糖
- ・脂質
- ・血压
- ・腹囲  
(男性85cm以上/女性90cm以上)

【特定保健指導該当者の総数と連続該当者の推移】 ※40歳以上～



(引用先：協会けんぽ)

## 【健康経営の取組】

## 【シンデレラ運動】

過度な飲酒を控え、24：00までに帰宅、就寝を推奨！

暴飲暴食を避け、適正な飲酒、食事、睡眠をとることを目的として24時までに帰宅、就寝を推奨しています。コロナ禍で外飲食は減ったものの適正飲酒のオンラインセミナー等で意識改善を図り、家飲みの適性飲酒に繋がっています。

健康課題（飲酒、食事、運動、睡眠、喫煙）にあわせて、年に数回のセミナーや啓発書類を発行、配布、掲示をしています。



## 【健康経営の取組】

### 【感染症予防対策】 各種ワクチン接種率 目標 80%

- ・感染症についての勉強会
- ・新型コロナ、インフルエンザ、風しん、麻疹などの病気の説明や予防接種の必要性
- ・感染症予防対策として備品類、講習、オリジナルカード作成配布
- ・インフルエンザ予防接種の費用負担
- ・コロナワクチン職域接種、個人接種の案内や実務的な手続きなどをサポート



### 【過去の健康講話】

「健康講演会」※ウイルスについて 社員、旅の友会員（250名）

「新しい『かん治療』のかたち」※重粒子線治療 旅の友会員（200名×2回）

「いつもでも健康でお酒を楽しむために」社員、取引企業向け（40名×2回）

「食のバリアフリー講演会」※食物アレルギー 関連、社内講習（50名×9回）

「健腸授業」※沖縄ヤクルトへ見学 20名×14回）社員

【感染症予防対策】

沖縄ツーリスト株式会社 新型コロナウイルス対策

健康経営推進本部  
2020年8月20日現在 第2版

次の症状がある方は新型コロナウイルスの相談窓口へご相談ください。

**相談・受診の目安**

☆37.5度以上の発熱や咳など風邪症状が見られたら

- ①学校や会社を休み、外出を控える
- ②毎日、体温を測定して記録する
- ③基礎疾患(持病)をお持ちの方で症状に変化がある方  
新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、  
まずは、かかりつけ医等に電話で相談してください。
- ④小児については、小児科医による診察が望ましいので  
かかりつけ小児医療機関に電話などで相談してください。

比較的に軽い風邪症状  
一般の人(子供含む)

重症化しやすい方  
高齢者 妊婦 持病のある人  
(糖尿病 心不全 呼吸器疾患等)

息苦しさ(呼吸困難)  
強いだるさ(倦怠感)  
高熱等の強い症状

4日以上続く ↓      ↓      **すぐに** ↓

新型コロナウイルス感染症 相談窓口

**098-866-2129 24時間対応**

・症状には、個人差がありますので、強い症状と思う場合はすぐに相談してください。  
・医療機関を受診する際にはマスクを着用するほか手払いや咳エチケットの徹底をお願いします。

【 沖縄県内の保健所連絡先】

那覇市保健所	098-853-7971	北部保健所	0980-52-5219
南部保健所	098-889-6591	宮古保健所	0980-73-5074
八重山保健所	0980-82-4891	中部保健所	098-938-9701

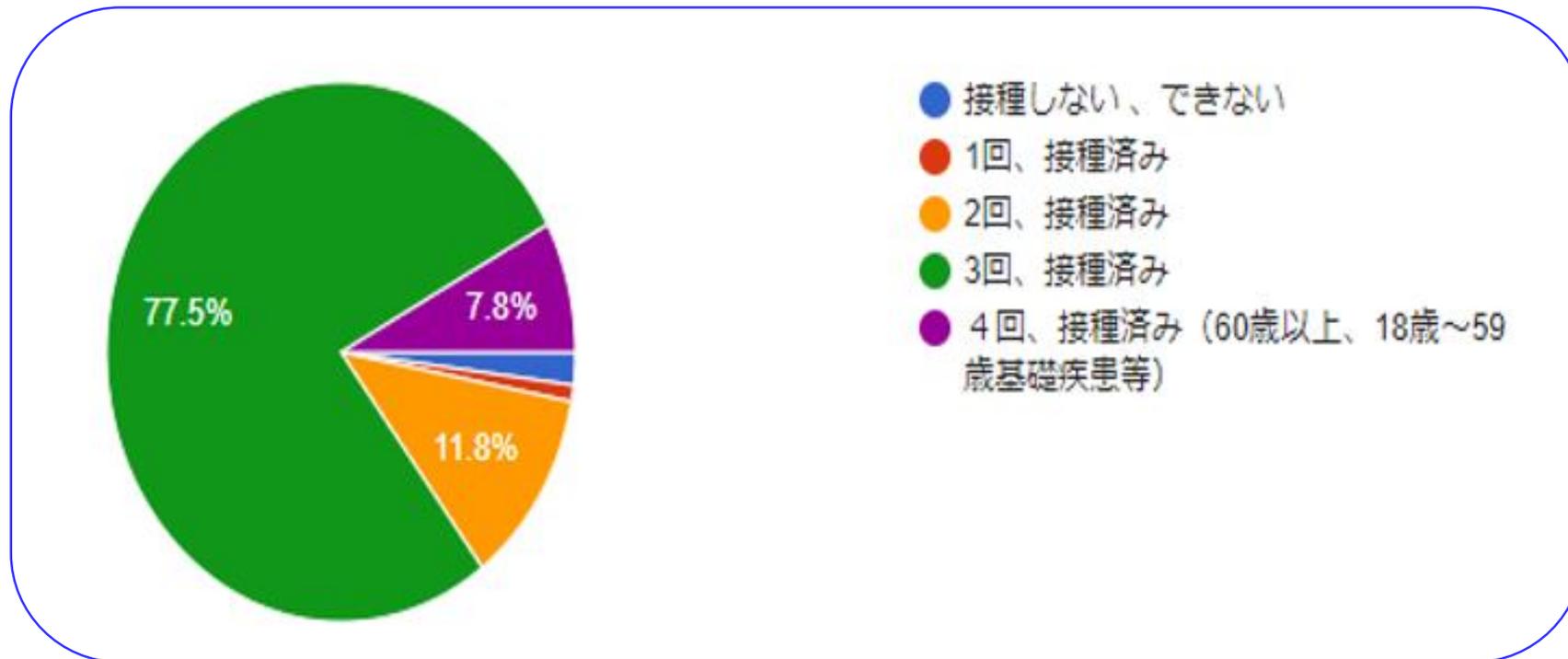
【 本土地区の保健所連絡先】

※ご自身の自宅管轄をお調べになってご記入ください。

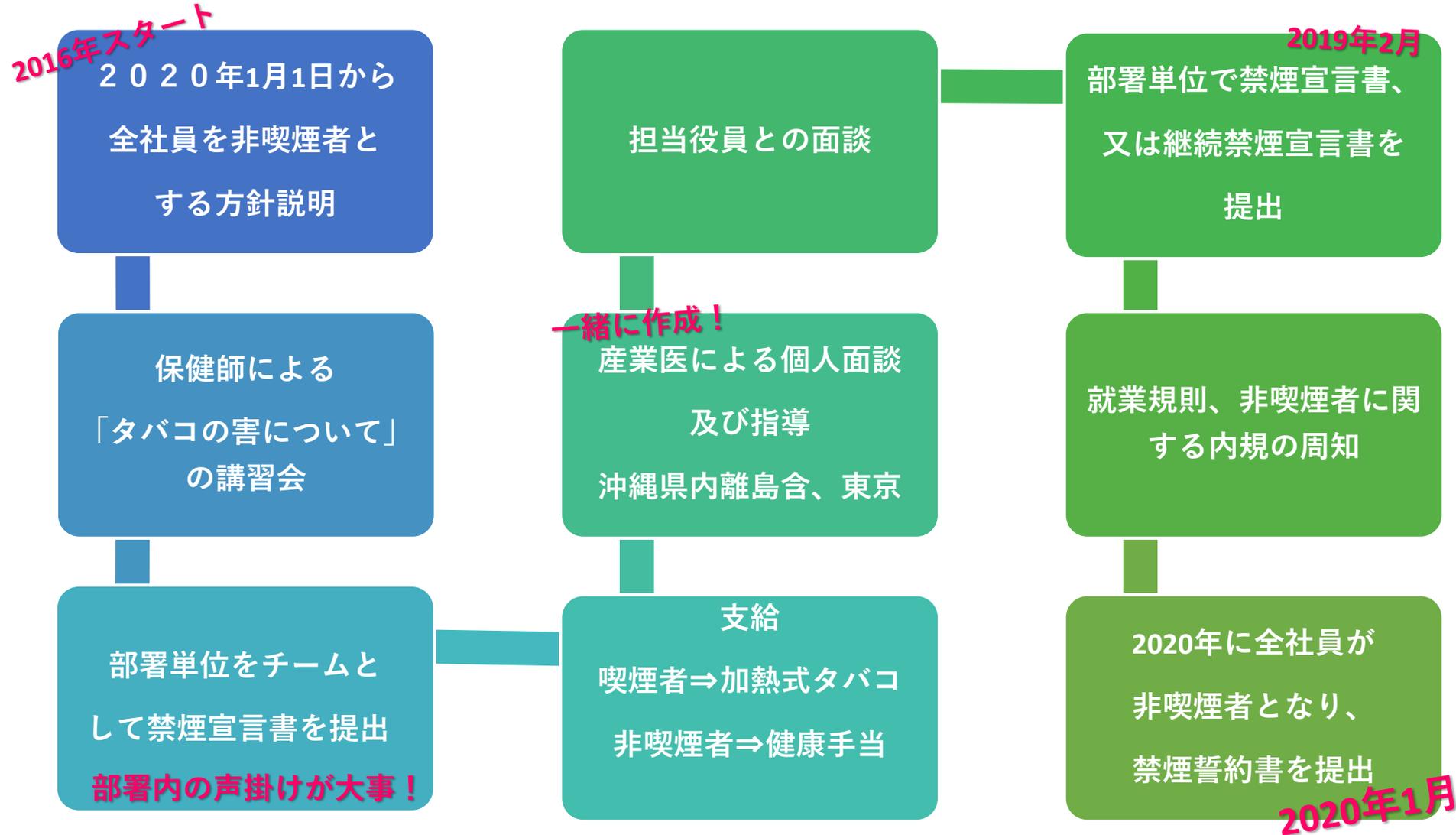
保健所 (            )            -

【感染症予防対策】 各種ワクチン接種率 目標 80%

【新型コロナワクチン接種状況】 2022年9月



【全員が非喫煙者となるまで】



採用選考基準（2019年～）喫煙癖がないこと

## 【健康経営の取組】

### 【禁煙】

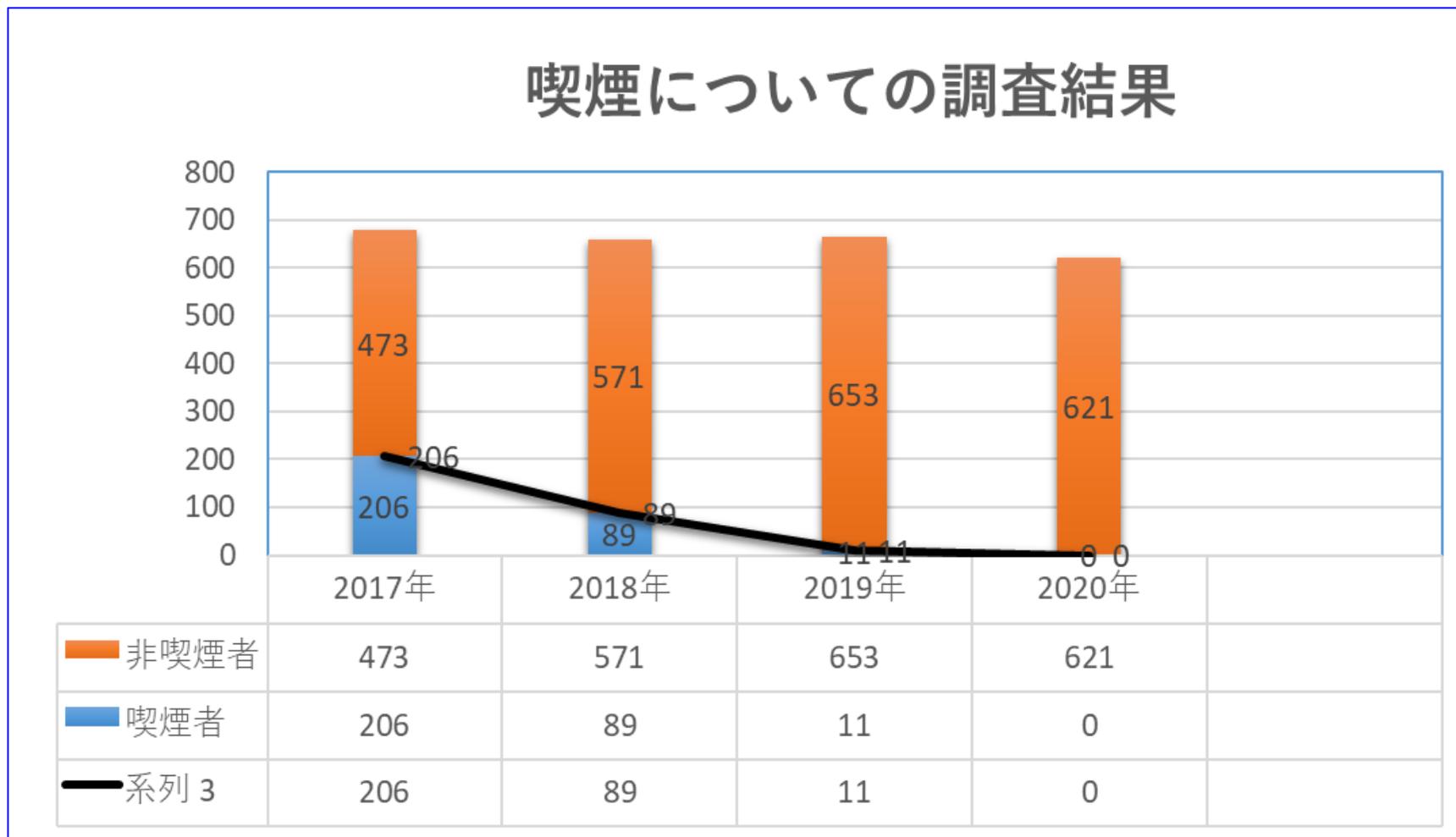
・OTS全社員禁煙化プロジェクト＝全員が非喫煙者  
2015年に社内課題として「喫煙問題」を取り上げ、2020年までにOTS全社員の喫煙者ゼロに挑みました。

社内調査：2017年5月 喫煙者206名      2018年12月 喫煙者89名  
                  2019年8月 喫煙者 11名      2020年1月 喫煙者 0名

・二次、三次喫煙問題などの勉強会で社員の意識改革と喫煙者ゼロを継続中

喫煙問題は、たとえ職場で吸わなくても、私生活で喫煙すると家族の健康にも悪影響を及ぼします。  
職場内禁煙だけではなく、非喫煙になることが会社として重要だと考え取り組んできました。

【禁煙】



## 【健康経営の取組】

### 【体力増進及び交流】

- ・ 歩GO! (あるこう) ウォーキング促進活動 (表彰など)
- ・ 始業時にラジオ体操
- ・ ヨガ (GLOBAL WELLNESS DAY参加)

<https://youtu.be/6kNpWDdApK0>

(写真 Global Wellness Day ヨガ)



## 【健康経営の取組】

### 【体力増進及び交流】

- ・ 地域イベントへの参加  
（ひやみかちウォーク、てだこウォークなど）

(写真 ひやみかち那覇ウォーク)



## 【体力増進及び交流】

- ・ ボランティア活動

## SDGsパスポート

平和で持続可能な社会を目指し、皆さまの地域ボランティアを応援する活動。



笹柄暦 (ぴらつかこよみ)

<https://www.piratsuka.com/>



## 【社外活動】

- ・ 那覇市地域・職域連携推進会議 メンバー
- ・ おきなわ健康経営プラス1プロジェクト
- ・ 働き盛り世代の高血圧予防・改善プロジェクト (沖縄県医師会)
- ・ 禁煙支援者実践報告・研修会 (看護おきなわ健康21委員会)

## 【健康経営の取組】

### 【旅行社だから...】

- ・ OTS休暇促進旅行支援制度  
年次有給休暇の取得促進とOTS休暇促進旅行支援制度の計画的な取得の推進
- ・ 健康ツーリズムプログラム



#### 「家族で富士登山体験」

夏休みでツアーを設定し、家族みんなで日本一高い富士山に登る商品を企画しております。毎年人気の高いツアーです！



#### やんばる比地大滝トレッキングツアー

やんばる世界自然遺産亜熱帯特有の植物群の森とせせらぎが絶え間なく聞こえる緩やかな溪流沿いを森林散歩ができ運動効果とともに日常生活の疲れやストレスを癒し「心」と「身体」の休日を体験できます。

#### 「ハイキング&山歩き」のツアー

健康いきいき講座初級コースより設定されており、自分に合ったコースに参加できるようになっています。



#### 日帰りバスツアー「島人の力」

OTSらしいSDGsの取組として（健康経営含め）シリーズ化したツアーとなっております。沖縄で活躍するSDGsリーダーに会って、話を聞きます。  
VOL.2 タピックグループ代表 宮里好一氏 講話：「健康と生きがいのある元気なまちづくり」



【受賞】

【沖縄県健康づくり表彰制度（がんじゅうさびら表彰）】

受賞部門：事業所部門 準ブランプリ

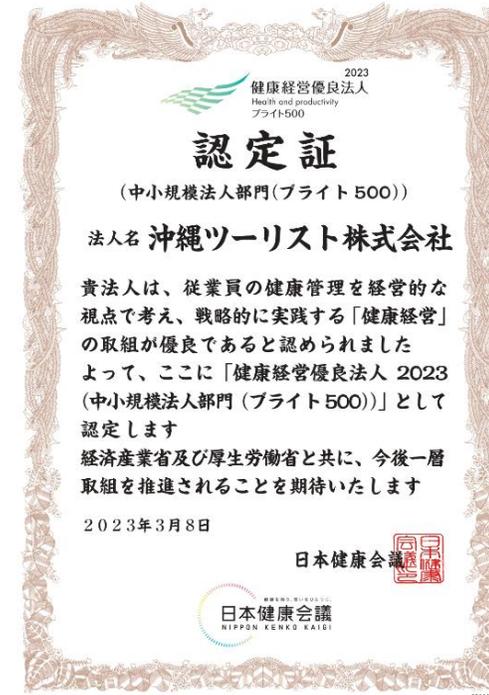


【JATA会長表彰（日本旅行業協会）】

受賞部門：働き方・休み方改革 審査員特別賞



【健康経営優良法人2023】  
中小規模法人部門（ブライツ500）



ご清聴ありがとうございました