

中長期活動計画（2021～2026年）

活動項目	3年目標値	2021年	2022年	2023年	2024年	2025年	2026年
全体進捗確認	各月1回以上	●	●	●	●	●	●
①健康寿命企画活動	要生活習慣改善者数の低減：8.6%以下	<p>抗加齢^{トク}</p> <p>健康アプリのイベント企画/社員フォロー</p>					
②生活習慣病対策活動	40歳以上 BMI：18.5～25率 67.2%以上	<p>健康チャレンジの展開</p> <p>健康アプリ「QOLism」登録促進 ※2</p> <p>オンライン・エクササイズ</p>					
③法令順守活動	特定保健指導完了率 80%以上※1	<p>特定健診/特定保健指導受診率向上取り組み</p> <p>対面式の面談計画/進捗管理/社員フォロー</p>					
④メンタルヘルス活動	平均睡眠時間 6時間以上 睡眠十分率：67.4以上	<p>自前のリワークプログラムの提供</p> <p>オンライン・エクササイズ</p>					

中長期活動計画（2021～2026年）

活動項目	3年目標値	2021年	2022年	2023年	2024年	2025年	2026年
⑤受動喫煙対策活動	喫煙率： 31.9%以下	屋外喫煙所整備					
		屋外喫煙所利用制限					
		スワンスワン活動					
		敷地内禁煙					
⑥働き方改革活動	実施率：100%	いききプロジェクト/職場実態アンケート					
		時差出勤やリモートワーク等のwithコロナに対応した働き方の推進 ※2					

※1 2021年9月改訂

※2 2022年5月改定