



2024年4月26日
東日本旅客鉄道株式会社

「JR 東日本グループ健康ビジョン 2029」の策定について

- JR 東日本グループは、グループ経営ビジョン「変革 2027」において「健康経営の推進」を掲げ、「社員・家族の幸福の実現」を目指しています。
- このたび、社員一人ひとりの健康レベルのさらなる向上とグループの持続的な成長を目指し、健康に関する2024年度から2029年度までの中期計画である「JR 東日本グループ健康ビジョン2029」を策定しました。
- 戦略的な健康経営を推進することで、社員の健康レベル向上とグループの持続的な成長を実現し、「社員と会社の新たなエンゲージメント」を創出します。あわせて健康寿命の延伸や医療費の適正化など社会的課題の解決にも貢献していきます。

1. 名称

「JR 東日本グループ健康ビジョン 2029」

2. キャッチフレーズ

「からだ」「こころ」「つながり」から創る社員と家族の豊かなミライ

3. ビジョンの全体像

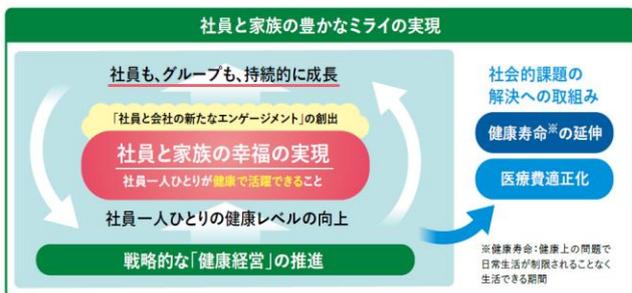
<健康経営の意義>

- ・戦略的な健康経営を推進することにより、社員一人ひとりの健康レベルを向上し、社員と家族の幸福を実現することで「社員と家族の新たなエンゲージメント」を創出し、社員とJR 東日本グループの持続的な成長を目指します。
- ・あわせて、健康寿命の延伸や医療費適正化等の社会的課題の解決にも取り組みます。

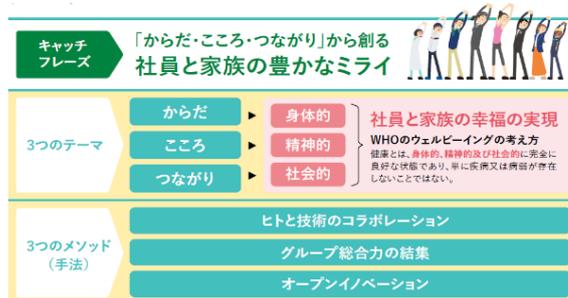
<コンセプト>

- ・JR 東日本グループで働く社員一人ひとりを健康創りの主役とし「からだ」「こころ」「つながり」の3つのテーマ※および「ヒトと技術のコラボレーション」「グループ総合力の結集」「オープンイノベーション」の3つのメソッド(手法)により、戦略的な健康経営を推進します。

※WHO(世界保健機関)のウェルビーイングの考え方を参考に、「からだ」「こころ」に「つながり」を加えました。グループ各社、職場、社員が「つながる」ことで健康を高めていきます。



健康経営の意義



コンセプト

4. JR 東日本グループ一体となった健康創りの具体的取組み

(1) グループ各社のコンテンツを活用した健康創り

- ① スポーツ/マインドフルネス【JR 東日本スポーツ株式会社】
 - ・フィットネスクラブ「JEXER」の体験イベント開催等により、運動習慣の定着を促進します。
 - ・マインドフルネスを高める YOGA イベント等を開催します。
- ② 食生活教育/栄養バランスイベント【株式会社 JR 東日本クロスステーションなど】
 - ・健康創りに着目したメニューや献立を提供し、食生活の改善につなげます。
 - ・正しいお酒の飲み方講座等、適正な飲酒に関するセミナーを開催します。
- ③ DX ソリューション提供【株式会社 JR 東日本情報システムなど】
 - ・健康情報システムを展開し健康創りの DX を推進します。
 - ・健康診断結果等のデータを分析し、効果的な健康創りに取り組みます。



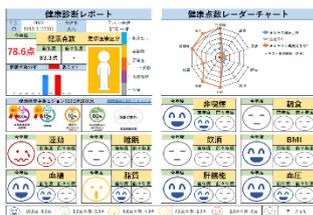
フィットネスクラブ「JEXER」
体験イベント



マインドフルネス YOGA イベント

(2) 「ヒト」起点の健康創り

- ① 社員一人ひとりが「主役」となる取組み
 - ・全社員への勉強会等で健康創りの「主役」である社員一人ひとりの健康意識とヘルスリテラシーを高め、健康情報システムから作成される健康診断レポートの活用などにより健康レベル向上を目指します。
 - ・社員一人ひとりの発意を大切に健康創りに取り組みます。
- ② 職場を中心とした取組み
 - ・健康推進リーダー(新設)を中心に職場全体で健康創りに取り組む体制を構築し、職場のコミュニケーションを活性化します。
 - ・スポーツイベントや女性社員向け健康セミナーなど、各職場の発意に基づく取り組みを行います。
 - ・職場の目標を設定し、職場が一体となって健康創りに取り組みます。優れた取り組みを行った職場へのインセンティブとして表彰を実施します。



健康診断レポート



職場のスポーツイベント



女性社員向け健康セミナー



職場表彰の実施

(3) 直営医療部門との連携

① JR 東日本健康推進センター

- ・産業医、保健師等の専門知識を活かした情報発信や、社員一人ひとり及び職場に対するサポートを強化します。
- ・女性の健康課題などヘルスリテラシーを高める健康教育を実施します。
- ・データ分析や最新の知見を取り入れた効果的な取組みを職場に提案します。

② JR 東京総合病院／JR 仙台病院

- ・精密検査受診者へのサポートを強化し、安心して受診できる環境を整備します。
- ・専門医や認定看護師等による講演会等の開催や情報発信により、職場での社員の健康創りをサポートします。



保健師による健康サポート



保健師による健康情報サイト



JR 東京総合病院
(建て替え後イメージ)



JR 仙台病院
(社員向け講演会)

5. 目標

6つの数値目標・定性目標を設定しました。グループ各社でも独自の目標を設定します。

<数値目標>

項目	目標値	目標達成に向けた取組み
定期健康診断受診率	100%	職場での呼びかけ強化
喫煙率	15%以下	禁煙セミナー、喫煙所見直し
適正体重維持者率	70%以上	運動・食事習慣改善イベント開催
1日1時間以上歩行する人の割合	80%以上	ウォーキングイベント開催
ストレスチェック受検率	95%以上	職場での呼びかけ強化
高ストレス者割合	10%以下	集団分析に基づくアクションプラン策定

<定性目標>

項目	目標達成に向けた取組み
バランスの良い食生活	食生活改善イベント開催
適正な飲酒	正しいお酒の飲み方講座の開催
血圧・血糖等 健康リスクの理解	生活習慣病予防教育の実施
職場イベント開催	健康創りをテーマとしたイベントの開催
精密検査受診	紹介状受領者等へ呼びかけ
特定保健指導受診	職場での呼びかけ強化

(参考)当社グループの健康経営の外部評価について

(1) 健康経営優良法人認定

① 健康経営優良法人 2024(大規模法人部門(ホワイト 500))

JR東日本

② 健康経営優良法人 2024(大規模法人部門)

JR 東日本スポーツ、JR 東日本マネジメントサービス、
ジェイアール東日本都市開発、JR 東日本メカトロニクス

③ 健康経営優良法人 2024(中小規模法人部門)

ユニオン建設

(2) スポーツエールカンパニー2024認定

JR 東日本、ジェイアール東日本都市開発、仙台ターミナルビル



※健康経営は、NPO 法人健康経営研究会の登録商標です。

※JR 東京総合病院のイメージ図は計画段階のものであり、施工上等の理由により変更となる場合があります(提供:竹中工務店)。