

2023年3月9日

# サンスター、「健康経営優良法人ホワイト500」認定 ～「健康経営優良法人」には7年連続で認定～

サンスターグループ(以下サンスター)の日本法人各社\*は、経済産業省と日本健康会議が選定する「健康経営優良法人(大規模法人部門)」に7年連続で認定されました。また、今年度は社外への情報開示を進め、新たに実施した女性の健康課題について学ぶセミナー等が評価され、「健康経営優良法人2023(大規模法人部門)」の中でも上位500社が認定される「ホワイト500」にも認定されました。



サンスターでは、「常に人々の健康の増進と生活文化の向上に奉仕する」という社是に基づき、健康経営を積極的に推進しています。特に、健康産業に従事する社員とその家族がまず健康であることが重要との考えから、健康診断と歯科健診を充実させ、さらに家族も対象としたオンライン歯科健康相談を実施するなど、健康な歯・口腔内を維持するための支援も拡充させています。また、福利厚生施設「サンスター心身健康道場」では、宿泊型健康指導プログラムを提供しているほか、2022年には、初の取り組みとしてサンスター財団に所属する保健師・栄養士・歯科衛生士が講師となり、女性の健康課題に関するセミナーを実施しました。

このセミナーでは、講師がそれぞれの専門分野から講義を行ない、保健師からは、「自分の健康を見つめ直す」をテーマに、月経随伴症状や更年期症状、女性特有の病気について、栄養士からは、「毎日の栄養を意識する」をテーマに、女性向けに貧血予防や更年期の生活習慣病予防の大切さについて解説しました。また、歯科衛生士からは、「毎日のオーラルケアの見直し」をテーマに、女性ホルモンの変化によるお口の変化と対策について説明するなど、参加者が自分自身の健康を見つめ直し、毎日の栄養やオーラルケアを意識することができるようサポートしています。

\*サンスター株式会社、サンスター技研株式会社、STARLECS株式会社、一般財団法人 サンスター財団

ヘルスリテラシーとパフォーマンス

ヘルスリテラシー高得点×PM6(月経前症候群)中  
月経随伴症状時の仕事のパフォーマンス(n=2000)

自然と整う定食スタイルがおすすめ

ビタミンC(野菜)で  
鉄分の吸収を高める

たんぱく質食材を  
必ず毎食入れる

思春期のお口の環境変化

- ◆歯肉の腫れ
  - ⇒歯肉の色が赤く腫れ、プヨプヨとしている
- ◆歯肉の出血
  - ⇒歯みがきをした際に出血がみられる

歯みがきの際にも歯肉もチェックし、  
気になる症状があれば歯科医院を受診しましょう

## 【これまでのサンスターグループの特徴的な取り組みについて】

### ■人間ドックと同等レベルの内科健診と歯科健診

従業員の健康診断では、全員に人間ドックと同等レベルの内科健診と歯科健診を実施。内科健診の結果、要経過観察となった対象者には、医師・保健師による面談及び健診 6 ヶ月後には再度血液検査などを実施し、従業員の健康意識を高めることにより重症化予防に努めています。また、特定保健指導の積極的支援、動機づけ支援対象者および BMI28 以上かつ特定保健指導の選定基準(血圧・血中脂質・血糖・喫煙)に該当した者には、社内福利厚生施設「サンスター心身健康道場」にて、2泊3日の宿泊指導プログラムを提供しています。本施設では、「食事」・「身体」・「心」の3つの視点から健康バランスを取り戻すためのプログラムとなっており、健康知識の習得、生活習慣の振り返り学習、オーラルケア指導、玄米菜食の食事、ウォーキング、アクアビクスや均整ストレッチなどの運動、冷温交代プログラムを実施しています。歯科健診では、歯科衛生士から各自にあったオーラルケア指導と行動目標をたてて実践し、むし歯・歯周病の予防に努めています。また、歯石がある方、むし歯・歯周病の治療が必要な方には、歯科医院を受療するまで歯科衛生士がフォローしています。

### ■社員と家族に向けたオンライン歯科健康相談

社員自身のお口の健康を増進するため、オンラインでサンスター財団の歯科衛生士に日頃のお口の悩みを相談できる場を設けました。社員のみでなく、その家族も対象となっており、歯のみがき方、歯間清掃具の使用方法をはじめ、子どもの仕上げみがきの方法やおやつの取り方、高齢者向けの唾液腺マッサージ、義歯のお手入れ方法などの相談、アドバイスを受けることができます。

### ■オンライン禁煙外来実施

2012年より会社敷地内全面禁煙とし、禁煙外来の補助も行ってきました。2020年にはオンラインでの禁煙外来補助も開始し、2021年には就業時間内全面禁煙とした結果、喫煙率は2019年の18.7%から2022年には12.6%まで下がりました。

### ■足腰の強化に重点を置いたサンスター体操の開発

労災、主に転倒事故防止のため、2021年9月には、株式会社ルネサンス、サンスター心身健康道場の運動プログラムの開発にも携わっている三浦さとみ先生にご協力いただき、足腰の強化に重点をおいた「サンスター体操」を開発しました。年齢も体力も違う全ての方々が「安全に」「楽しく」「効果的」に体操を行うことができないと考えると、自分で体操レベルを選択できるように通常レベルの「スポーツスタイル」と、やさしいレベルの「オフィススタイル」2種類の負荷レベルを用意しています。毎朝決まった時間に事業所内だけでなく、オンラインでも動画を流すことで、テレワーク勤務者も自宅でも実施できるようになっています。



オフィスの大型ビジョン前でサンスター体操をする従業員の様子

### <サンスター心身健康道場について>

サンスターグループでは、1985年に開設した社員向け福利厚生施設「サンスター心身健康道場」において、「食事」・「身体」・「心」の3つの視点から健康バランスを取り戻すことを目的としたプログラムを提供し、社員の健康増進に寄与しています。特定保健指導の対象の社員に対しての1泊または2泊の宿泊指導を実施しているほか、新入社員、35才時の研修でも利用されています。2020年からは、宿泊だけではなく、一部プログラムを変更し、オンラインでも実施しています。

また、「サンスター心身健康道場」で提供している玄米菜食や青汁などをもとに、1988年から「健康道場」ブランドの健康食品事業を展開、2022年からは大阪明田のオフィスでも健康道場弁当の提供を行い、社是と従業員の健康増進を基点に事業を発展させています。

#### ●健康経営優良法人(経済産業省ホームページ)

[http://www.meti.go.jp/policy/mono\\_info\\_service/healthcare/kenkoukeiei\\_yuryouhouzin.html](http://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeiei_yuryouhouzin.html)

#### ●サンスター心身健康道場のご紹介

<http://www.kenkodojo.com/shinshinkenko/>

<本件に関するマスコミからのお問い合わせ先>

サンスターグループ 広報部

Mail: [sunstarpr@jp.sunstar.com](mailto:sunstarpr@jp.sunstar.com)

〒105-0014 東京都港区芝 3-8-2 芝公園ファーストビル 21 階 <https://jp.sunstar.com>