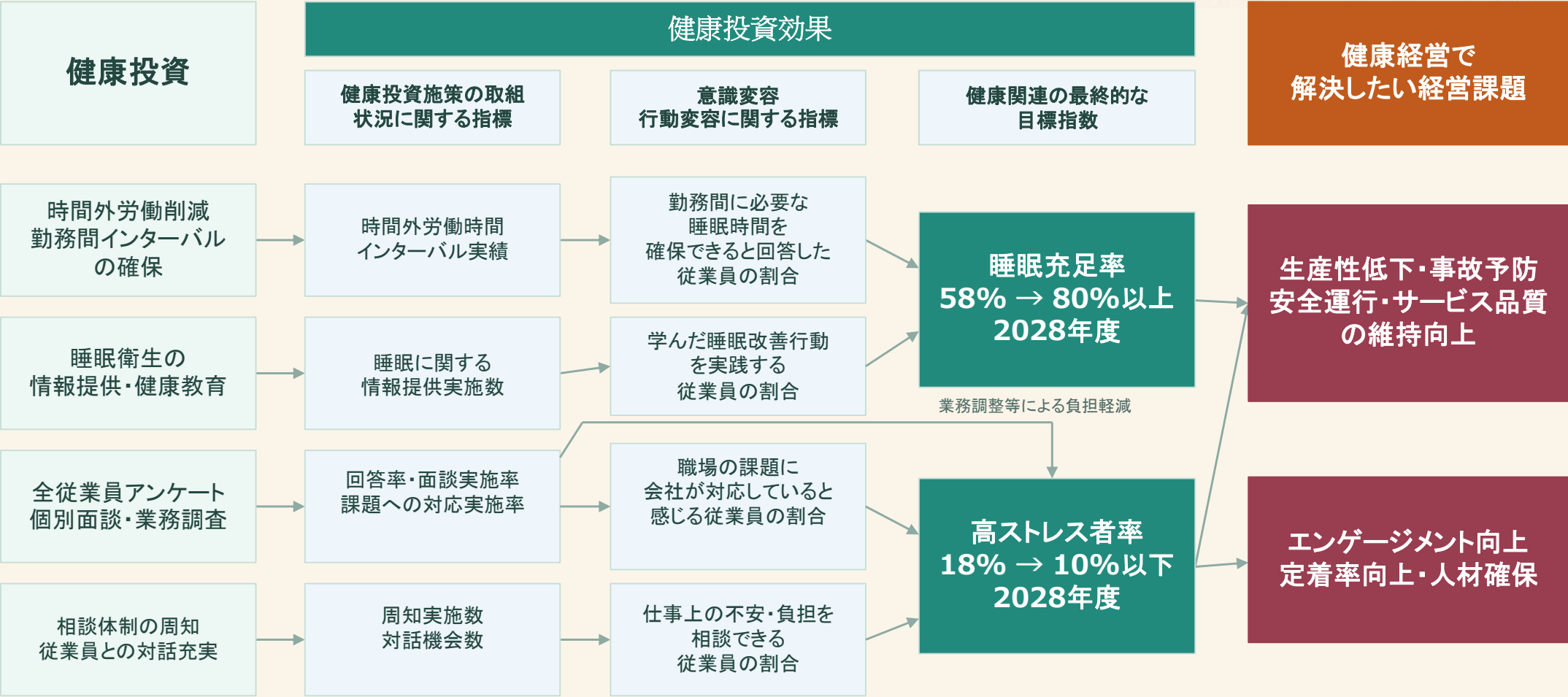


健康経営戦略マップ

「従業員の健康は、一人ひとりの幸福の源であり、会社発展の源である」

心身の健康と働きがいを高め、能力を発揮できる職場から、安全・安心・快適な輸送を継続する



従業員と会社の成長／地域社会から信頼される企業

KGIは健康習慣アンケートで測定。矢印は期待する関係を示します。

健康経営の評価指標と測定方法



確認すること	指標	測り方・位置づけ
取組・勤務管理の実績	平均時間外労働時間	従業員平均31.5→15時間。比較期間・時間単位は要確認
取組・勤務管理の実績	勤務間インターバル実績	勤怠・運行記録で勤務終了から次の勤務開始までを確認
取組・勤務管理の実績	睡眠情報提供実施数	掲示・健康教育等の実施数と内容を記録
取組・勤務管理の実績	回答率・面談実施率	回答者数÷対象者数。面談者数÷対象者数 アンケートは2026年45名／52名、87%
取組・勤務管理の実績	課題への対応実施率	対応した課題数÷対応対象の課題数 業務・休暇調整等。対象と完了条件は別途定義
取組・勤務管理の実績	周知実施数・対話機会数	相談体制の周知回数と、従業員との対話機会数を記録
睡眠時間の確保	勤務間の睡眠時間確保	「勤務間に必要な睡眠時間を確保できる」肯定回答率 会社の勤務設定による睡眠機会を評価する
従業員の実践状況	睡眠改善行動の実践	「学んだ睡眠改善行動を実践している」肯定回答率 対象行動・実践期間を定め、同じ設問で評価する
従業員の受け止め	会社の課題対応への認識	「職場の課題に会社が対応していると感じる」 肯定回答率で評価する
従業員の受け止め	不安・負担の相談しやすさ	「仕事上の不安・負担を相談できる」肯定回答率 同じ設問で前年からの変化を評価する
周知の確認（補助）	相談窓口認知率	窓口を知る回答者数÷有効回答者数 周知の確認用。

健康経営指標の実績・推移



2026年4月20日～5月7日回答：回答率87%

指標	2023年 11-12月	2025年 4月	2026年 4-5月	前回との差
KGI：睡眠充足率	68%	69%	58%	-11ポイント
KGI：高ストレス者率※	18%	13%	18%	+5ポイント
関連：主観的健康感が悪い割合	12%	6%	11%	+5ポイント
関連：ワーク・エンゲイジメント	—	—	2.8点	—
関連：アブセンティズム	5.2日	3.7日	5.6日	+1.9日
関連：プレゼンティズム	-17%	-22%	-29%	7ポイント悪化

※ 高ストレスは集団比較で、個人追跡ではありません。
※ 「—」は過去の設問無し。
※ このほかの関連指標の推移は[こちらから](#)

健康を支える関連指標



健診・生活習慣・就業状況の推移

その他関連指標	2024年度実績	2025年度実績	2026年度実績	前回との差	備考
健康状態：定期健康診断受診率	1 0 0 %	1 0 0 %	11月実施予定		
健康状態：再検査・精密検査受診率	要確認	要確認	11月実施予定	—	
健康状態：特定保健指導実施率	1 0 0 %	1 0 0 %	3月実施予定	—	
健康状態：ストレスチェック受検率	1 0 0 %	9 8 %	10月実施予定		2025年度は1名未受診
健康状態：適正体重維持者率 BMI:18.5以上25未満	6 3 %	5 4 %	11月実施予定	—	
関連：喫煙率	4 2 %	4 2 %	3 8 %	+ 4 ポイント	
関連：運動習慣者率	1 6 %	1 9 %	1 3 %	－ 6 ポイント	
就業状態：離職者数	4	1 3	4	—	
就業：平均勤続年数（年）	8． 4	8． 7	7． 2	—	4月1日現在
関連：労働災害発生件数（件）	0	0	0	—	

健康経営指標の役割・目標



全項目の目標年度は2028年度。正式KGIと関連成果の検討目標を区別

指標の位置づけ	2026年実績	測り方・評価上の位置づけ	目標・期限
KGI：睡眠充足率	58%	「睡眠によって休養が十分に取れている」 健康習慣アンケートの回答割合	80%以上 2028年度
KGI：高ストレス者率	18%	健康習慣アンケートの判定を継続。 ストレスチェック結果は別管理	10%以下 2028年度
関連：主観的健康感が 悪い割合	11%	健康リスクの低減を確認する 補助的な成果指標	5%以下 2028年度
関連：ワーク・ エンゲイジメント	2.8点	働きがい向上の関連指標。 仕事への誇り・活力の2設問で測定	3.0点以上 2028年度
関連： アブセンティズム	5.6日	平均年間病欠・病気休業日数で評価。 自己申告の選択肢を代表値に換算	3.0日以下 2028年度
関連： プレゼンティズム	-29%	労働生産性の低下率で評価。 過去4週間の仕事の出来から集計	-15%以上 2028年度

施策の実行と評価・改善



取組の実施状況と成果を確認し、目標の達成に向けて改善する

施策	実施内容	取組の実績と確認すること	担当・場
時間外労働削減	勤怠システム刷新・日次把握 事務部門2名増員、業務負荷調整	取組の実績：時間外労働31.5→15時間 従業員の状況：勤務間の睡眠時間確保	各部門長 月次の会議
勤務間インターバル確保	運行管理を厳格化 実績・見込みを毎月共有	取組の実績：勤務間インターバル実績 従業員の状況：勤務間の睡眠時間確保	運行管理者 月次の会議
全従業員アンケート・ 個別面談・業務調査	2026年4月アンケート 5月以降に面談・課題把握 業務・休暇調整	取組の実績：回答率・面談実施率 課題への対応実施率 従業員の状況：会社の課題対応への認識	総務部長 担当課長同席
睡眠衛生の情報提供・ 健康教育	掲示で睡眠の重要性・ 就寝前の過ごし方等を周知	取組の実績：睡眠情報提供実施数 従業員の状況：睡眠改善行動の実践	総務部
相談体制・対話の充実	外部24時間窓口等の周知 働き方や収入面の不安に対応	取組の実績：周知実施数・対話機会数 従業員の状況：不安・負担の相談しやすさ	総務部
睡眠・ストレスの 改善状況の確認	健康習慣アンケートの 同一設問・判定で前年と比較 勤怠・面談等は取組評価に使用	睡眠充足率69→58% 高ストレス者率13→18%	経営者・役員 関与
目標達成に向けた 取組の見直し	労務管理に加えて睡眠教育・ 対話・不安の軽減を継続	2028年度の目標 睡眠充足率80%以上 高ストレス者率10%以下	経営者・役員 各部門