

【山口】ドライバー
や庫内作業員の体調

宇部貨物 イベントで運動習慣 健康と安全が直結



2026

健康経営優良法人

KENKO Investment for Health

中小規模法人部門



成績優秀チームに授与されたメダルを手に
「運動習慣ができた」と話す木村副部長（右）
と佐藤課長

策の「材料」として
実践。今年3回目の
健康経営優良企業認
定を受けた。

同社では、大手生
命保険会社が提供す
る。参加メンバーの一
人、業務部の木村敦

がそのまま安
全に影響する
——化学製品
の輸送を手掛
ける宇部貨物
（青山祥社長、
宇部市）は、
従業員の健康
管理を安全対
策の「材料」として
実践。今年3回目
の健康経営優良
企業認定を受け
た。

同社では、大手
生命保険会社が
提供するアプリを
全社員が活用。歩
数や健診の記録を
自身で把握でき
るようになっている。
また、この保険
会社主催で、年
に3回あるウォー
キングキャンペーン
にも参加し、2022
年秋に全国4位に
躍り、翌年は同8
位に入賞するなど
好成績を収めて
いる。

副部長は「いい結
果を出したくて、通
勤時にとにかく歩
いた」。総務部の佐
藤文治課長は山登り
が趣味だというもの
で「チームで競うの
で普段から意識して
歩くよう心がけた」と
両氏ともゲーム感覚
で参加したが自然と
運動習慣ができた
と振り返る。

ザの予防接種
を会社が費用
を負担し受け
られる。従業
員の私生活の
悩みごとを相
談する支援プ
ログラムも
導入。顧問
弁護士に会社
の外の悩みを
相談できる
ため、「メン
タルヘルス
ケアとしても有
効。悩みを早
く解消し、仕
事

事に集中でき
るようになる
にしたい」（青
山社長）。
健診後に再検
診が必要な
従業員には担
当者が受診を
促すが、「特に
現場は健康
状態が安全に
響く。健診の
結果を会社
が把握し、再
受診の日程調
整がスムーズ
にいくよう声
かけしている」
という。

健康経営の取
組みを進める
なかで社内
では健康に関
心をもち、意
識が高まる
者が増えた。青
山社長は「福
利厚生ではな
く、安全運転・
作業を支える
重要事項だと
考えるように
なった」と話
す。
ドライバー特
有の勤務時間
や生活リズム
にどう対応す
るか、健康と
安全を連動し
て管理し、A
Iを導入する
など実効性
が高い取組
みにしていきたい
と先を見据
える。
（伊藤由貴）

◆宇部貨物の健康経営データ

創業	1949年
車両台数	90台
従業員数	74人（男性67、女性7）
主な荷物	化学製品全般
認定回数	3回目
主な取り組み	・健康管理アプリの導入 ・ウォーキングイベントに参加 ・インフルエンザ予防接種 ・ストレスチェック ・従業員支援プログラム ・有給取得状況の把握